

No mês de agosto iniciamos a série JUSPREV indica com dicas de leituras por Myrian Lund, especialista em finanças e profissional renomada no mercado financeiro. O título que inaugura a série é o livro Felicidade: Lições de uma Nova Ciência, de Richard Layard, que explora conceitos de economia, psicologia e filosofia para propor reflexões sobre a felicidade e os possíveis meios para alcançá-la.

Confira o texto de Myrian Lund:

Você é feliz? Ou acha que para ser feliz precisa ter um salário maior? Será que existe uma relação direta entre felicidade e ganhos materiais, como afirma a economia tradicional?

Richard Layard, renomado economista, em seu livro Felicidade: lições de uma nova ciência, apresenta o paradoxo: **a maioria das pessoas deseja mais renda; entretanto, quando as sociedades ocidentais ficam mais ricas, seus integrantes não se tornaram mais felizes.**

Fato indicado nas pesquisas: com a renda de subsistência garantida, não é fácil tornar as pessoas mais felizes com aumento de renda.

Felicidade é se sentir bem e infelicidade é se sentir mal. Alguns fatores são externos, sociais (algumas sociedades realmente são mais felizes); outros, são internos, de nossa vida interior.

O governo pode tentar corrigir imperfeições do mercado e remover todos os obstáculos à mobilidade do trabalho e ao emprego flexível. Mas, nossos desejos dependem muito do que as outras pessoas têm e daquilo a que nós mesmos nos acostumamos. São, também, influenciados pela educação, publicidade e televisão. Somos constantemente guiados pelo desejo de não ficar atrás das outras pessoas. Isso leva à corrida por status.

Qual o melhor antídoto para que possamos gerar mais felicidade na vida? Um dos instrumentos que utilizamos é iniciar o Planejamento Financeiro listando e discutindo sonhos e objetivos de vida no curto prazo, médio prazo e longo prazo. Quando você consegue focar no que é importante para você, deixa essa lista de objetivos em lugar visível, tem mais chance de não se envolver nas histórias dos mais próximos.

Que tal iniciarmos a nossa jornada hoje, listando formalmente os sonhos e objetivos para o curto prazo (até 2 anos), médio prazo (2 a 5 anos) e longo prazo (acima de 5 anos)?

MYRIAN LUND, CPF®

Mestre em Gestão Empresarial, Planejadora Financeira, Professora de Finanças e Coordenadora de MBAs na FGV. Autora dos livros Mercado de Capitais, Liderança e Motivação e Análise Econômico-Financeira.

**Fonte:** [Jusprev](#), em 09.08.2023.