.

LA ANSIADA META DE LAFELICIDAD

1) ¿En qué consiste la felicidad?

La felicidad, puede ser definida como un estado de ánimo placentero, afín a la alegría, que produce satisfacción y reconforta; siendo de carácter transitorio, y vinculado con aspiraciones, logros y afectos. Implica un sentido de posesión, aún mínimo, desde el más simple y elemental de los deseos, expresado tan dramáticamente en la propaganda de la UNICEF, en que se ve a un niño pobre sonriente, a quien se pregunta: "¿Qué quisieras hacer cuando seas grande?", siendo su conmovedora respuesta: "Vivir"; hasta la búsqueda lícita o no, de la concreción de los más heterogéneos y disímiles proyectos, compartibles o no, discutibles e incluso censurables; en prosecusión del bien más anhelado de los mortales, que es la felicidad.

Felicidad proviene del latín: "felix, felicis", que significa, fértil, fecundo. Curiosamente, según Mariano Amal, hay una relación de esa palabra con el verbo: "felare o fellare" (chupar, mamar). La desinencia "ix", femenina, unida a la raíz "fel", habría estado refiriéndose en su origen, al placer proporcionado a la madre por el acto de amamantar, lo que implicaría un rol activo y no pasivo, apoyando el concepto de que la felicidad está más en dar que recibir.

Españoles, italianos y portugueses tienen términos que derivan de aquella, para denominarla (felicidad, felicitá, felicidade). Los ingleses usan la palabra "happiness", de significado equivalente. Los franceses dicen: "bonheur" (buena dicha o buena fortuna). Y los alemanes: "glück" y "glüklicht" (felicidad, fortuna).

Da la impresión., si se tomara al pie de la letra, que tanto para uno como para otro de estos últimos, la dicha fuera homologable a fortuna, es decir a la suerte o a los favores dispensados por el hado; cosa que muchas veces se da efectivamente, sin haberlo esperado; aunque también y en forma frecuente, la felicidad no viene de arriba, sino que hay que buscarla y ganársela.

La felicidad es una vivencia precaria, momentánea o fugaz. En un concepto pesimista acerca de la misma, está inspirada la letra de la famosa canción compuesta para la película: "Orfeu negro", de quien es autor Vinicius de Moraes: "Tristeza nao tem fim, felicidade sim" En el ciclo vital, es habitual que alternen períodos de signo adverso con otros favorables; a menos que las condiciones de la existencia estén muy menoscabadas. Estar en paz consigo mismo y aceptar su condición, conllevan a veces la felicidad, por sí solas. En relación con esto, recordemos a "La Camisa del Hombre Feliz", cuento de León Tolstoi, adaptado por los hermanos Grimm, en el cual, el hombre afortunado, no tenía camisa.

En las religiones, la felicidad mayor a que se aspira, es la eterna, la que sobreviene después de la desaparición física; lo que constituye un consuelo para los creyentes.

Así como hay diferentes tipos de felicidad, se reconocen también distintos grados. Los mayores para muchos, son: el éxtasis de los iluminados, el amor y la amistad que son correspondidos, y tener un hijo.

2)Factores que condicionan la felicidad

Hay factores individuales y colectivos; así como también se conciben en relación con ello, una felicidad personal y otra de la de la comunidad.

Cada ser humano tiene metas y aspiraciones disímiles.

Hay actitudes conformistas, en la cual se acepta en forma fatalista la vida tal cual se presenta y se vegeta en la mediocridad.
Las ambiciones desmedidas y el pesimismo, son un obstáculo para la felicidad.

Quien tiene una discapacidad intelectual, en cambio, se contenta muchas veces con necesidades elementales, y permanece ajeno o impermeable al mundo en que vive.

Felicidad, tampoco es pretender lograr un nirvana, aislándose de la realidad e ignorándola.

Para obtenerla, es preciso valorar lo que a menudo se tiene y no se aprecia en su justo valor, hasta el momento en que se pierde. Ya lo consigna a ésto, el dicho popular: "No tengo todo lo que amo, pero amo todo lo que tengo"
Se ha dicho que no es más feliz o más rico, quien más tiene, sino quien menos necesita. A ese respecto es bueno recordar el encuentro imaginario entre Diógenes y Alejandro Magno, en el cual el conquistador le pregunta al primero, que quiere de él, y la respuesta es: "Yo, nada; que no me quites el sol" Tengamos presente también aquella alegoría tan bonita de "El Pájaro Azul" de Maeterlink, en que dos hermanitos corren diversas peripecias en busca del pájaro azul de la felicidad, para favorecer a una vecinita, hasta que al final terminan comprobando que lo tenían en su propia casa, y lo dejan escapar.

La felicidad mayor, no es la del solitario, sino la compartida. El individualismo y el egoísmo no son compatibles con un valor auténtico.

Un pueblo, una colectividad, puede sentirse feliz cuando vive en paz, en armonía; si puede expresarse y ejercer sus derechos libremente; si no existen desigualdades; si se combate la pobreza, que es un mal inevitable, pero remediable.

3) ¿ Es válido cualquier camino para alcanzar la felicidad?

a) El Poder.-

La propia soledad del poder, es ya una limitante. Y quien lo sustenta no está exento de sufrir y experimentar los males físicos y espirituales, a que están sujetos todos los mortales. No es más feliz el que tiene más autoridad, sino lo serían todos los gobernantes.

En relación con esto, reiteramos la enseñanza del cuento de Tolstoi, puesto que el zar que buscaba la famosa camisa, para así ponérsela y ser feliz, terminó por enterarse de que el hombre dichoso, no la tenía.

También es aleccionador aquel cuento oriental, el de Hafiz, el picapedrero. Mientras éste cumplía su tarea en las laderas de una montaña, al ver pasar a un rey con su comitiva, expresó en voz alta su deseo: "¡Quién fuera rey!" Y en aquel momento una voz misteriosa exclamó: "Hafiz, lo que tú deseas lo tendrás, un rey serás" Y al principio todo fue alegría para él, hasta que un sol abrasador, lo abrumó. Ésta vez, Hafiz envidió al sol, y se vió trocado en el mismo. Y así sucesivamente, al sol lo cubrieron las nubes, él deseó ser nube y lo obtuvo. Pero un viento poderoso barrió con las nubes; por lo que Hafiz aspiró entonces a ser el viento y en él se transformó. Pero éste, soplando con fuerza, nada pudo contra la montaña. Formuló entonces su nuevo deseo y se corporizó en esta última. Y finalmente, sintiendo como un picapedrero estaba socavando sus flancos con un pico, volvió a desear cambiar su suerte, a lo que la voz misteriosa respondió: "Hafiz, lo que tu deseas lo tendrás, sé tú mismo, en picapedrero te convertirás"

b) La Riqueza y los Bienes Materiales.-

Si esto fuese así, no hay duda que Slim y Bill Gates, serían los más felices del mundo. Pero a ninguno de los valores que importan, se le puede poner precio. Nadie compra la felicidad, ni tampoco la salud, el amor o la amistad. Además dice un proverbio chino: "La mortaja no tiene bolsillos"

La acumulación de bienes de consumo, fascina a quienes concitan la dicha en poseer el último modelo de auto, heladera, T.V. o P.C. Que no conciben no tener lo último en ponerse a la venta, el Ipod, y ahora el Ipad o el Libro electrónico. Pero la felicidad, no es simplemente una mera suma de posesiones materiales.

Recuerdo una anécdota en la cual en una fastuosa mansión de Carrasco, donde se estaban efectuando arreglos; el dueño de casa, un señor mayor, observaba a mediodía desde una terraza, como los obreros hacían una pausa en su tarea, para comer el tradicional asadito de obra. Viéndolo, un albañil se sintió molesto y lo increpó: "¡Qué estás bichoneando, viejo de m.!" El aludido no se ofendió y bajó a hablar con la cuadrilla, y les manifestó cuanto los envidiaba, ya que él por razones de salud, no podía hacer lo mismo que ellos.

Las más de las veces quien tiene mucho, no se conforma con eso, sino que quiere más.

Hay otros que han pretendido que el dinero o una regalía equivalente, lo pueden todo. Ya Napoleón lo dijo: "Todo hombre tiene su precio". Pero cuando el ser humano se ve enfrentado a la desgracia, a la enfermedad o a la muerte, no puede evitar su sino, que es igual al de todos los mortales. Desafortunadamente, los anglosajones tienen un dicho: "Time is money", en que se pone como principal objetivo lo económico, que pretende menoscabar el goce de los momentos de placer que nos ofrece la vida y que no deben ser sacrificados a ese precio vil.

c) La Fama y la Gloria.-

La fama y la gloria, son atributos que se obtienen a fuerza de trabajo y méritos, muchas veces; y otras se logran por medios ilícitos. Por supuesto que también se puede alcanzar por actos reprobables. En relación con la opinión favorable y la admiración y exaltación, que pueden derivar de una actividad noble; ellas no hacen generalmente por ello, más feliz a nadie; aunque puedan contribuír en cierto grado a su concreción, siempre que no quede todo invalidado por la presunción. La exposición y la adulación, terminan en ocasiones por envilecer y opacar el éxito. Y todo pasa, aún para los grandes: "sic transit gloria mundi", según dice el dicho latino.

En relación con el éxito, hay ciertas expresiones muy discutibles, que celebran los norteamericanos, como: "Is a winner" o "Is a self made man".

d) La Sabiduría y el Conocimiento.-

Es inevitable que nos preguntemos que es la sabiduría, y creo que en relación con ello, no hay reflexión más atinada que la de Albert Einstein : "Todos somos ignorantes, lo que ocurre es que no todos ignoramos las mismas cosas" ¿Quién puede abarcar todo el conocimiento? ¿En que medida, el saber genera felicidad? El pobre Stephen Hawking con sus grandes limitaciones físicas, ¿lo es? ¿Lo fueron y en que medida : Newton, el mismo Einstein, y tantos otros sabios que dejaron su huella en la historia de la humanidad?

e) La Longevidad.-

Si la calidad de vida es buena, hay relativa autonomía, no existe mayor deterioro y se cuenta con un soporte afectivo adecuado, los años no son una carga. Pero de ahí a estimar que por vivir más años se es más feliz, la conclusión es errónea. Con los años, va disminuyendo el número de amigos y familiares que nos rodean y los achaques son comunes.

f) Los Placeres que derivan de la Satisfacción de los Sentidos.-

Son efímeros y no pueden ser tomados como un fin último. Aplacan, pero no satisfacen del todo. Comer bien es un placer, pero la vida no consiste en eso; su exceso conlleva distintos peligros y no compensa otras carencias. El sexo sin amor no es duradero, su verdadero complemento es el amor.

g) Las Adicciones (el tabaquismo, alcoholismo y drogas adictivas)

Son ilusorias y originan dependencia. No podemos contar con ellas para que seamos dichosos

3) ¿Si los caminos anteriormente mencionados, no aseguran la felicidad?: ¿Se puede entonces llegar a la felicidad y de qué modo?.-

La felicidad viene muchas veces por cuentagotas y somos ciegos para verla, porque está a menudo ahí a nuestro alcance y la ignoramos porque reside en las pequeñas cosas, en los momentos fugaces. No la dejemos escapar. Disfrutemos cada instante irrepetible, para que cuando lleguen instancias de pesar, su recuerdo sirva para iluminar nuestras vidas.

Contribuyen a la felicidad, evitar la discordia, cultivar los afectos, ocupar nuestro tiempo en algo positivo que nos brinde satisfacción, y saber compartir con quienes queremos y apreciamos, nuestra dicha. Pero también redundará en beneficio de esto, que recordemos cuanto necesitan los otros de nuestro ayuda y apoyo: porque no se puede vivir indiferente y pasivamente, para complacerse sólo a sí mismo.

Sin duda que lo más importante, lo que valoriza todo, es el amor. El que no se quiere a sí mismo, ni se tiene autoestima, no la tendrá. Tampoco el que no aprecia su trabajo, que minusvaloriza o desdeña su patrimonio; y quien no sabe lo que es amar a otro, y en general a sus semejantes. Además, como complemento indispensable, hay que estar en paz con uno mismo

Las perspectivas de la felicidad, varían con cada caso individual. En una encuesta mundial realizada en 75 países a 5.000 personas, por un equipo bajo la dirección de Yann Arthus - Bertrand, que puede conocerse a través de un programa de T.V. emitido por el Canal del SODRE, y denominado" 6 mil millones de otros"; comprobamos que para algunos ser feliz es saciar su hambre, para otros tener una pareja, o vivir muchos años. Y así cada cual tiene su propia medida de la felicidad. Lamentablemente, en la realidad, muchas veces se cifra en los espejismos del poder, el dinero, la fama, el saber y los placeres de los sentidos. Pero he aquí, que en casi todos estos casos, hay un gran ausente que es el amor

En cuanto a si ¿la felicidad se puede promover?": sí, subviniendo a las necesidades elementales de los pueblos; en el toma y daca de cada uno, del afecto que se brinda con el que se recibe; pero jamás con pretenciosos programas psicológicos de autoayuda. Se brinda felicidad con el contacto humano, se construye y hasta diríamos que es capaz de transmitirse, de contagiarse.

No obstante, teniendo en cuenta que lo antedicho, es en lo concerniente a la felicidad terrena, que como tal es imperfecta y pasajera; no debemos olvidar que los que son deístas y creen en el más allá como es mi caso, consideran la posibilidad de una felicidad sin mácula y eterna. A ello se refiere la letra del conocido vulgarmente como Himno a la Alegría, del genial L. Beethoven: "Si es que no encuentras la alegría en esta tierra, búscala hermano, más allá de las estrellas..."

El más grande de los científicos que dio el siglo XX, Albert Einstein, era deísta.

4) Comentarios de los asistentes a la exposición.- ¿Cómo se puede ser feliz aquí y ahora?. En la felicidad siempre tiene que existir una ilusión (Julián Marías). Según J. Marías, el lugar de la tierra en que la gente vive más feliz es en los lugares de mayor pobreza de Brasil. Existen para el logro de ese bien tan valorado, factores internos y externos, generadores de endorfinas. La depresión y el miedo, son enemigos de la dicha, lo mismo que el aburrimiento. La felicidad debe considerarse un derecho de todos.

Para conseguir la felicidad hay que compartir, y es necesaria también la paz de espíritu. Ser felices nos hace mejores y facilita los logros.

Para algunos la verdadera felicidad sería el olvido de sí mismo. El placer produce felicidad. Se debe luchar por épocas felices.

Respecto de los autores que van en reseña aparte, habría que buscar con cuáles de los mismos coincidimos. Uno se siente feliz, cuando lo son nuestros seres queridos. La dicha accesible es mediocre y la felicidad más elevada, inalcanzable.

El tema es inagotable. Es difícil encontrar una definición. Hay quien dice que es personal. A este respecto se deben contemplar, una felicidad individual y otra colectiva. Los gobiernos deben ocuparse de ello. Si uno piensa que la felicidad es inalcanzable, igual debe buscarla. La felicidad consistiría en alcanzar las metas y objetivos a que uno aspira. Es cíclica. Y no siempre la enfermedad anula la felicidad.

Una de las personas presentes, expresa que siempre fue feliz.

La dicha es un estado de ánimo que todos buscamos. Son gotas en un momento de la vida. Influye el entorno familiar. Hay una gran variabilidad de circunstancias, que se suceden en la vida de un ser humano. La adolescencia se caracteriza por ser una etapa conflictiva.

Las pequeñas felicidades son las que más nos reconfortan.

Hay personas que son más felices que otras, habiendo tenido aparentemente los mismos bienes y oportunidades. Ayuda a la felicidad, el aprender a ser tolerante.

Hasta un suicida puede sentirse feliz. La gente es más desgraciada de lo que parece. No hay superhombres. No esperar nada, es la contracara del temor (¿?)

El niño es dichoso. La vida es desde un comienzo muy temprano, como el ascenso por una escalera, para obtener la felicidad. La misma se elabora por eslabones de lucha.

Lo malo que a uno puede sucederle y la enfermedad, si nos superamos, puede trocarse en bueno.

Hay más momentos de lucha que felicidad.

El ser humano también depende de su entorno. El concepto de felicidad es diferente, según los distintos individuos. Está en todas partes y en las pequeñas cosas; pero depende de las posibilidades de cada uno.

La felicidad es un estado de ánimo y no debemos dejarla escapar.

No hay un tema más discutido que la felicidad.

Sólo hay momentos felices, de ahí la validez de los encuentros.