

## **FELICIDAD: ¿UNA REALIDAD TANGIBLE O UNA UTOPIA ESPERANZADORA?**

La felicidad se define según la Real Academia Española de la lengua como “un estado de grata satisfacción espiritual y física”, esta aproximación muestra ese conflicto para poder dar un concepto claro de lo que significa ser feliz, evidenciando una vez mas la dualidad entre lo objetivo y lo subjetivo, lo objetivo al ser algo racional que se toma como parte de la realidad, carece de aspectos emocionales que son los que basan lo subjetivo, por lo que las definiciones mas complejas deben ser una combinación de lo emocional y lo racional. Sin embargo, la Real Academia se aventura mas e intenta dar una situación donde se presume hay felicidad y esta es “Ausencia de inconvenientes y tropiezos”, pero ¿será que la felicidad es la ausencia de problemas? o es mas bien un sentimiento de calma autogestionado al lograr controlar la vida aun con situaciones complicadas. Pero si es así, ¿Cómo se puede lograr ese verdadero estado de felicidad? o ¿simplemente pasamos toda vida detrás de una utopía que incluso ni nosotros mismos conocemos bien?, eso es lo que intentaremos argumentar aquí sin animo de ser jueces de las creencias, sino de mas bien dar una opinión mixta entre la razón y el sentimiento de la felicidad. Evidenciando que la felicidad es un estado alcanzable pero no definitivo y mas que llegar a ese sentimiento de manera permanente, tenemos pequeños instantes en donde logramos ser felices y que le dan validez a esta sensación de satisfacción.

En una primera instancia la felicidad en la filosofía griega se planteo como una forma de conocerse a si mismo, se alcanzaba la “verdadera felicidad” cuando se llegaba a ese entendimiento propio tan expresivo que podría ser a detalle. “Las grandes bendiciones de la humanidad están dentro de nosotros y a nuestro alcance. El sabio se contenta con su suerte, sea cual sea, sin desear lo que no tiene” Séneca (4 a. C.- 65 d. C.)

El filósofo estoico creía firmemente en lo que los psicólogos llaman ahora el “locus de control”. Un concepto ampliamente usado en psicología que afecta al punto de vista de un individuo y a la manera que este tiene de interactuar con el entorno. Para algunas personas, el locus vive en el exterior; sienten como fuerzas externas guían sus acciones. Para otros, como Séneca, el locus reside dentro.

También se planteó la felicidad como una obligación, un estado necesario de las personas para su crecimiento en la vida, algo que, aunque era difícil de analizar, era algo innegable y que la felicidad debe ser parte de la dualidad del bien y el mal, por lo que, si somos capaces de sentirnos tristes, es porque debemos ser felices. “Si estás deprimido, estás viviendo en el pasado. Si estás ansioso, estás viviendo en el futuro. Si estás en paz, estas viviendo el presente”. Lao Tzu (601 a. C - 531 a. C.)

Traducido literalmente como "viejo", Lao Tzu es una personalidad china cuya existencia histórica se debate, aunque se le considera uno de los filósofos más relevantes de la civilización china. Lao Tzu sostenía que la razón de su felicidad era vivir el presente. Quienes siempre piensan en el mañana o recuerdan con nostalgia el ayer solo generan ansiedad, estrés, y dejan de disfrutar el momento y la verdadera existencia. “La felicidad; más que un deseo, alegría o elección, es un deber”. Immanuel Kant (1724-1804)

La felicidad es uno de tantos deberes del ser humano, un deber último y supremo que nos obliga a ser dignos de merecerla. La felicidad en el mundo kantiano no depende del destino ni de los demás, sino de uno mismo, de la persona, es decir, de su propio comportamiento y carácter.

Según el filósofo nihilista la felicidad es una especie de control que uno tiene sobre su entorno. El autor de 'El Anticristo' cree que existe la llamada voluntad de poder, una fuerza que nos da la vida y que nos ata a ella y que al mismo tiempo la convierte en atractiva, ya que es la que nos hace enfrentarnos a todas las adversidades.

Cuando experimentamos que la fuerza aumenta en nosotros y nos sentimos con mucha vitalidad, cuando comprobamos que hemos superado aquello que nos oprimía, según Nietzsche, es cuando somos felices. De manera más actualizada, se ha calificado la felicidad como un intento para evadir del dolor, como algo imaginario a lo cual recurrimos para huir de nuestras malas situaciones. "He aprendido a buscar mi felicidad limitando mis deseos en vez de satisfacerlos". John Stuart Mill (1806 -1873) John Stuart Mill, uno de los principales autores del utilitarismo, mantenía que el deseo de ser feliz por encima de todos los demás deseos (eudemonismo) se presenta en todo ser humano. Mill consideraba la felicidad como la búsqueda del placer y la huida del dolor, aunque no todos los placeres tienen el mismo valor, ya que los hay superiores e inferiores, y nuestras acciones deben dar preferencia a los primeros.

"De todas las formas de precaución, la cautela en el amor es tal vez la más mortal de la verdadera felicidad". Bertrand Russell (1872 - 1970) El autor de 'La conquista de la felicidad', ganador del Premio Nobel de Literatura y conocido por su influencia en la filosofía analítica, concibe el amor como un instrumento para conseguir la felicidad. Para el filósofo británico el amor ayuda a romper el ego y a superar la barrera de la vanidad que impiden ser felices.

En concreto la filosofía; como se ha evidenciado a lo largo de la historia, ha intentado entender la felicidad, pero siempre se ha visto truncada por las costumbres de la época, donde también la religión tomó partido y comenzó a definirla como el acercamiento con Dios, lo que da pie a determinar que la felicidad es algo subjetivo, algo que depende de las nociones de cada persona, ya que muchas personas pueden ser realmente felices donde otras ni siquiera se contemplan la felicidad, los humanos buscan explicar todo de manera global, cuando en realidad existen cosas que solo hacen parte de la realidad individual y que no necesariamente tienen significado en la mente de los demás, a pesar de que hay similitudes en lo que nos hace feliz, nuestras motivaciones, influencias y costumbres impide que generalicemos, por lo la felicidad no necesariamente debe ser una realidad tangible, pero tampoco una utopía esperanzadora, es lo que tu quieras que sea y con lo cual tu alcances tu plenitud, si es una mezcla de las dos, ¡bienvenido sea!. Solo tu puedes saber lo que te hace feliz, la idea es alcanzarla y mantenerse el mayor tiempo posible en esa situación.