

Medio	Publimetro
Fecha	4-10-2013
Mención	El espíritu de la felicidad. Habla Fernando Contreras, Magíster en Sociología de la UAH

EL ESPÍRITU DE LA FELICIDAD

Más allá de las condiciones materiales, los nuevos índices económicos tienden a buscar mediciones de bienestar social subjetivo, de modo de fomentar la felicidad. Pero aún no hay consenso sobre el concepto mismo, ni su relación con la alegría, el optimismo o la fe.



Clown Célula Roja lleva siete años acompañando enfermos hospitalizados.

“Se empieza a hablar de la nueva economía del bienestar, una que se centra más bien en la capacidad que tiene el sujeto de construir un proyecto de vida con los elementos que tiene, más que en los propios elementos” Fernando Contreras

“El disenso no está peleado con la felicidad, es más, el pensamiento crítico te puede llevar a hacerle mejoras a las cosas” Fdo. Contreras



“Siempre se tiene la capacidad de ver el lado positivo”, dice Tapia.



“Cuando uno encuentra a Jesús no puede vivir en la tristeza”, dice Catril.

El segundo Informe Mundial de la Felicidad—preparado por la Universidad de Columbia Británica para Naciones Unidas—, lanzado en septiembre de este año, ubicó a Chile en el lugar 28 entre 156 países, y sexto a nivel latinoamericano, escalando 15 puestos desde abril de 2012. El mismo informe señala los múltiples efectos de sentirse feliz: las personas viven más tiempo, son más productivas y se convierten en mejores ciudadanos.

Lo anterior lleva a los autores del texto a abogar por políticas públicas que fomenten la felicidad. Pero de inmediato surge la cuestión: ¿Es posible definir la felicidad? Y es que la determinación por medirla empieza a ocupar las agendas de mandatarios y economistas de todo el mundo.

LOS FINES Y LOS MEDIOS

Para María de los Ángeles Riera, psicóloga clínica y formadora de las Escuelas de Verano de la Vicaría Sur, “la felicidad es un estado interno, todo lo externo puede ayudar, pero es una decisión, una voluntad, es estar integrado con uno mismo”. Así, explica, cuando uno es feliz “es capaz de contener las penas, los llantos, las desilusiones, sabiendo intuitivamente que va a salir de ese estado y seguirá siendo feliz; la felicidad es estar con uno, es llenar la soledad de uno mismo, pero no tiene que ver con el egoísmo”, aclara. Sin embargo, precisa, “para descubrir la felicidad tengo que tener mis necesidades básicas satisfechas, si no es imposible: es ridículo hablarle de felicidad a una persona que no come hace dos días”.

“Se empieza a hablar de la nueva economía del bienestar”, dice Fernando Contreras, psicólogo y

magíster en sociología de la Universidad Alberto Hurtado, “una que se centra más bien en la capacidad que tiene el sujeto de construir un proyecto de vida con los elementos que tiene, más que en los propios elementos. Ese es el gran cambio de foco”, sostiene.

Ambos psicólogos concuerdan en que medir un concepto tan subjetivo como la felicidad plantea desafíos importantes. “Un índice puede ser una guía pero jamás una definición. Es muy difícil conceptualizar lo que es la felicidad. Finalmente cada persona lo define”, dice Riera.

Contreras, por su parte, advierte que la felicidad, en tanto objetivo de políticas públicas, “supone un autoritarismo que no es evidente a primera vista”. La pregunta por la felicidad, según el académico, tiene que ver con que “la gente tenga la capacidad de resolver el problema de qué vida es la que quiere vivir, y eso nos lleva a una cuestión que, a mi juicio, es conceptualmente insalvable: que el Estado no puede decirle a los seres humanos cómo tienen que vivir para ser felices, sino que proveerles los medios para que cada uno resuelva ese problema”.

El padre Marcelo Catril, sacerdote de la Parroquia Santa María de los Ángeles de Reñaca, interpreta desde 2006 al payaso Zanahoria. Un buen día se maravilló con la alegría de la vida circense y la comenzó a acompañar espiritualmente. Hoy se maquilla como payaso y sale a escena antes de impartir la bendición, haciendo sonreír a cristianos y moros.

Para él, el asunto de la felicidad va unido a lo comunitario y lo espiritual. “Una vida en soledad me haría muy triste, pero cuando comparto las pequeñas y grandes cosas soy muy feliz, ya que el compartir está marcado por el amor, que es muy profundo. Como dice san Pablo: “Si yo no tengo amor, yo nada soy, Señor”.

Y agrega que “cuando uno va acompañando a otro, se siente necesitado y viceversa, lo que nos hace crecer en comunidad”.

El padre Catril está convencido de que “cuando uno encuentra a Jesús no puede vivir en la tristeza, en la amargura y en la oscuridad, necesariamente vamos a hacer brillar ese encuentro con Jesucristo, esa alegría de encontrar paz, esperanza y plenitud”.

Sin embargo, su visión es crítica, pues mientras que “como Iglesia y cara para el mundo estamos viviendo una nueva primavera, por el mensaje del Papa Francisco si a alguien le preguntan si es católico, contesta con cara de pescado, sin entusiasmar a nadie, y terminan siendo mutantes parroquiales, porque no han visto la alegría verdadera; cuando van a misa tendrían que salir radiantes, con alegría, pero salen serios y apesadum-

brados, entonces la fe se vuelve demasiado interna y no se comparte en comunión la alegría de que Jesús está conmigo”, explica.

¿CUESTIÓN DE ACTITUD?

Susy Tapia es coordinadora del grupo Clown Célula Roja, que lleva siete años acompañando enfermos hospitalizados. “Como el payaso transmite alegría—explica—, los seres humanos se acuerdan que aunque uno esté enfermo o lo esté pasando mal, siempre se tiene la capacidad de ver el lado positivo de las cosas”.

“La manera en que nosotros trabajamos—complementa—, con visitas periódicas aporta a que la visión de la enfermedad sea menos terrible de lo que es”.

“Ser positivo u optimista tiene que estar anclado a un criterio de realidad, de saber dónde estoy”, opina la psicóloga María de los Ángeles Riera.

“Ser optimista ayuda a ser feliz solo en el sentido de que una persona puede ver una oportunidad en el conflicto y en el sufrimiento un aprendizaje”.

Tiende a pensarse que cualquier idea crítica es una actitud negativa. Pero, como explica Fernando Contreras, “el disenso no está peleado con la felicidad, es más, el pensamiento crítico te puede llevar a hacerle mejoras a las cosas, y la responsabilidad, que te puede llevar a ser feliz, no es demasiado alegre, porque pesa”, opina.

Sin embargo, coincide con el sacerdote en el aspecto comunitario: “Creo que, efectivamente, esta sería una sociedad mucho mejor con individuos orientados a lo social, menos encerrados en sí mismos, más responsables, propositivos y críticos”.

Para Riera, la felicidad y la espiritualidad van por caminos paralelos. “Se cree que la felicidad es la meta (cuando yo sea más grande, cuando me compre la casa, cuando jubile,

cuando tenga a mi hijo), pero la felicidad, si yo quiero, empieza aquí y ahora, porque no es la meta sino el camino. Es tener un proyecto y un sentido de vida”.

Similar opinión sostiene el payaso Zanahoria: “La sociedad vive con una alegría superficial, reducida a instantes graciosos. Para mí, la felicidad tiene que ver con la plenitud, la realización de la vida, incluso en la adversidad. Es encontrar la paz, que es un fruto del espíritu, es una constante que nos alienta, es un anhelo profundo, que nos dice yo estoy feliz, que es distinto a estar contento”, concluye.