



La Felicidad

Por: Justo Andrés Concha

Nda: Este comentario fue publicado por primera vez en el libro **Vuelo en el Intento, Reflexiones para una felicidad creciente** de Rosita Ergas, editorial Cadaqués, en julio de 2015

Cuando recibí la invitación a dar un testimonio acerca de la felicidad, no me sentí preparado para hacerlo. Pero, hace unos días encontré unos escritos de cuando tenía 18 años en el cual me preguntaba acerca de qué significaba ser feliz. La respuesta, un tanto ingenua e imprecisa, finalmente redundaba en que la felicidad plena aparentemente no existía, pero en la medida que uno buscaba, era feliz. Ese era un buen punto de partida.

Mi concepción ha cambiado un poco con el paso de los años, sin embargo rescato el concepto de búsqueda porque le da un espacio a la intencionalidad que ahora me resulta significativo.

Ahora, con 44 años estoy absolutamente convencido de que la felicidad existe. No es una felicidad rimbombante, la felicidad del arrobó o la felicidad del evento circunstancial. Es una felicidad tranquila, calma, sin apasionamientos. Es la felicidad de la acumulación de actos unitivos, la de la vida coherente. Es la felicidad del “Trata a los demás como quieres que te traten”, la del pensar, sentir y hacer lo mismo y en la misma dirección. Es la felicidad del “Ama la realidad que construyes”.

Seguir la regla de oro, presente en las más diversas culturas como la máxima de las leyes morales, no es fácil. Antes, hay que pensar acerca de cómo le gusta a uno que lo traten. La tendencia es a identificar las cosas que a uno no le gustan. De hecho, el mandamiento cristiano y tan arraigado en nuestra cultura dice “No hagas a los demás lo que a ti no te gusta que te hagan”. Pero, tratar a los otros como a uno le gusta que lo traten es muchísimo más proactivo y nos obliga a ir hacia el otro, pero, como lo dice esta máxima, ir hacia el otro teniendo claro que el otro siente de la misma forma que uno. Esto nos pone en la necesidad de auto-observarnos, de reconocernos, querernos y hacernos cariño. Nos obliga a estar permanentemente atentos a lo que uno hace y dice, mirando el efecto en el otro y en uno mismo y asumir que “yo no soy indiferente a lo que te pase a ti”. Y es lindo, se registra como un acto unitivo y de felicidad.

Cuando uno va creciendo y cada vez se enfrenta a más desafíos, debe tomar decisiones. De hecho, se puede considerar que la adultez se caracteriza porque uno emprende un proyecto propio y deja de ser, al menos en parte, un eslabón del proyecto de otros y eso implica tomar decisiones. ¡Qué difícil es hacer coincidir lo que uno piensa, siente y hace! Pero se puede. También nos exige poner mucha atención, meditar las respuestas, darse un tiempo ¿Por qué siempre todo debe ser resuelto con tanta premura? Uno debe dar respuestas cuando cree estar seguro de la sintonía. ¿Por qué cuando uno sale de la secundaria debiera saber si trabajar o estudiar? Y si uno decide estudiar ¿Por qué uno tendría que saber qué estudiar? Y cuando se decide qué estudiar ¿Por qué tendré que endeudarme por toda la vida para financiar dichos estudios? o ¿Estudio lo que puedo financiar? o ¿Estudio lo que me asegura el bienestar económico? Todas estas preguntas suelen agobiar a los jóvenes. No los agobia la pregunta en sí, si no, la necesidad impuesta de que la



decisión debe ser ¡ahora, ya! Como si no se hiciera no habrá otra oportunidad. No son pocos los jóvenes que colapsan y se enferman o se niegan definitivamente a crecer, sobre todo en un mundo hostil que los trata mal. La magia está en hacer lo que se siente y sentir lo que se piensa. No hay acto más reconfortante que éste y, cuando se experimenta, el registro es de felicidad.

Si uno ha ido por la vida tratando a los demás como a uno le gusta que lo traten y haciendo, sintiendo y pensando en la misma dirección, no puede más que amar la realidad que se ha construido. Que interesante es el concepto de construcción. Hacer los cimientos y construir los muros de tu vida desde abajo hacia arriba consolidará una estructura sólida, fuerte, permanente. Si no ha sido así, es bueno darse cuenta, detenerse y, con valentía, decir “mi vida ha estado llena de contradicciones, pero de aquí en adelante amaré la realidad que construya”. Y así, con un profundo tono de afectividad y agradecimiento, los actos unitivos se producirán mágicamente.

Pero, lo más maravilloso es que la felicidad se transmite y contagia. El otro te lo agradece, aunque no siempre explícitamente y eso es lo mejor. Uno no puede tratar mal a alguien que siempre lo ha tratado bien y si eso llegara a suceder, se registrará el tono sombrío y pesado de la contradicción en el cuerpo. Nadie puede reprochar una decisión coherente. Cuando uno experimenta un acto unitivo y este tiene que ver con otros ni siquiera puede imaginar los alcances que puede llegar a tener. No es necesario seguirle la pista, basta con considerar dicha posibilidad y se tendrá un registro de una cálida alegría.

En estos momentos que me toca vivir, revisando mi historia hacia atrás, veo con satisfacción que los actos unitivos superan largamente los actos contradictorios, por lo que me declaro una persona feliz y amo profundamente la realidad que he construido. Esto ha sido bueno para mí y creo que también ha sido bueno para los que me rodean.

Hay una felicidad más profunda, la felicidad del sentido de la vida, de la experiencia de trascendencia. En esa, estamos y seguiremos trabajando.