

REFLEXIONES SOBRE EMPRESA Y SOCIEDAD

Felicidad a costa de la tristeza



PILAR ALMAGRO MARCOS

Directora General
Grupo VertiSub
www.vertisub.com

PREÁMBULO

La felicidad a costa de la tristeza es peligrosa, es desconsiderada con el valor del duelo y con la enormidad de sufrimiento que existe en el mundo. En la mayoría de países desarrollados cuatro de cada cinco personas se declaran felices o muy felices. Parece magnífico pero ¿es posible?

No estamos en contra de la felicidad pero si de aquella que dice serlo tras repudiar sentimientos humanos como la tristeza. O de aquella otra, perversa, que logra convencer a los hombres de que son felices, sustrayéndoles posibilidades de mejorar su situación.

FELICIDAD

Tal vez sea cuestión de definición, tal vez seamos menos exigentes que generaciones pasadas. Veamos, ¿qué entendemos por felicidad?

FELICIDAD. Estado del ánimo que se complace en la posesión de un bien. Satisfacción, gusto, contento.

FELICIDAD. Los antiguos entendían por felicidad un estado de ventura y serenidad ganada a lo largo de una vida de compromiso con el mundo y que, como la alegría, dependía más de lo que se era que de lo que sucedía.

La primera manera de entender la felicidad presupone momentos de máximo bienestar y satisfacción dentro de un estado de seguridad. Mas todo momento acaba y, a veces, la búsqueda obsesionada de la siguiente satisfacción nos puede alentar a expurgar nuestras tristezas amputando con ello una parte esencial de nuestro corazón. ¿La gran oferta de antidepressivos dulcificará algún día nuestra congaja? ¿la inmensa variedad de entretenimiento nos salvará de una existencia anodina?. Evitando cruentas batallas en nuestro interior ¿no se diluirán nuestros anhelos?

La segunda manera de entender la felicidad comprende y contiene en sí la tristeza y la inmensa variedad, riqueza y matices de los sentimientos humanos.

¿De verdad queremos despojarnos de nuestra tristeza a cambio de momentos de máximo bienestar?

Nuestra tristeza nos hace sentir cuan incompletos somos. Nos falta alguien o algo que tuvimos, buscamos alguien o algo que anhelamos, lo cual nos desconsuela. Si cercenamos la posibilidad de tristeza, negamos esa carencia profunda que nos constituye. Si olvidamos el desconsuelo y eliminamos lo que nos permite sentirlo, puede pare-

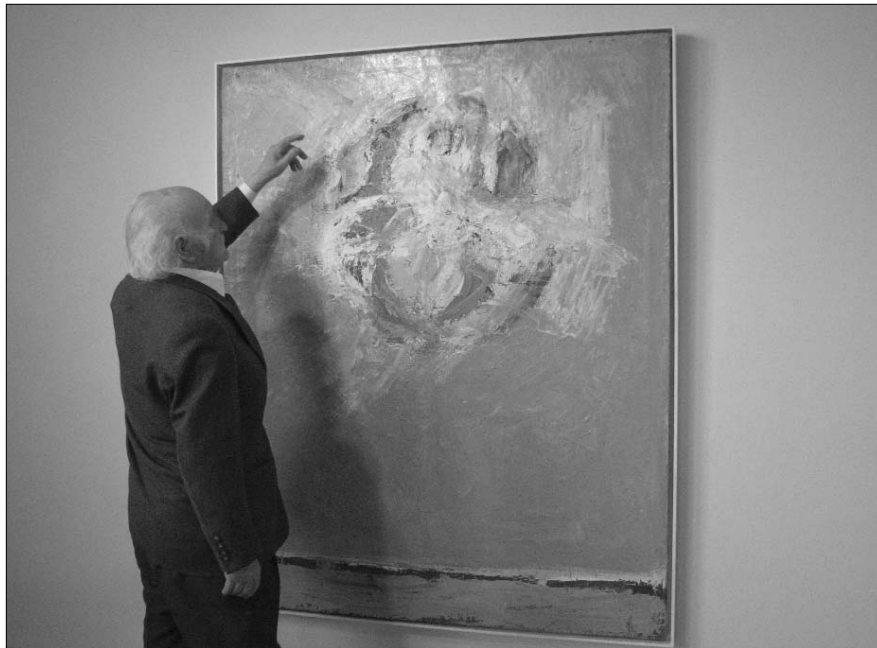


Foto - La experiencia de todo creador es dolorosa. La del artista, si no, no haría arte. La de quien aspira a crear lo que no existe. La de quien quiere mejorar el mundo, si no, no haría nada para propiciarlo. En la imagen el soberbio pintor Jaume Muxart mostrando en su obra la iniciación del estallido.

cer felicidad pero en realidad habremos conseguido no sentir tristeza a costa de eliminar aquello capaz de percibirla, probablemente lo mismo que nos inspira alegría.

Nuestra tristeza nos hace sentir cuan incompletos somos. Nos falta alguien o algo que tuvimos, buscamos alguien o algo que anhelamos, lo cual nos desconsuela

Por supuesto no nos referimos a quienes padecen depresión clínica u otros desórdenes bioquímicos que requieren medicación para vivir. Si en cambio a tantas personas que al caer en la tristeza acuden a remedios para trocar su entrecejo fruncido en un rostro relajado ¿y feliz? repudiando sus sentimientos más profundos.

Hay índices mundiales que miden la felicidad. Dado que no existe un

hedómetro homologado y certificado, lo que se cuantifica es la felicidad subjetiva. Durante los últimos 26 años las Encuestas Mundiales de Valores (www.worldvaluessurvey.org) han preguntado a más de 35.000 personas cuan felices son, usando las mismas dos preguntas:

1-Tomando en consideración todas las cosas ¿diría que es muy feliz, bastante feliz, no muy feliz o no feliz?

2- Tomando en consideración todas las cosas ¿cuán satisfecho está con su vida en el presente?

Las conclusiones del estudio revelan que durante los últimos 25 años la felicidad ha aumentado sustancialmente en la mayoría de países (57 son los estudiados durante varios años) y sólo ha caído en 12. Según Inglehart, director del estudio de la Universidad de Michigan "los resultados muestran claramente que las sociedades más felices son aquellas que permiten que las personas tengan la libertad de elegir como vivir sus vidas. En sociedades a nivel de subsistencia, la felicidad está estrechamente vinculada con la solidaridad de grupo, el orgullo nacional y la religión. En niveles más altos de seguridad económica, la libertad de opciones tiene el impacto mayor sobre la felicidad".

El primer puesto lo ocupa Dinamarca pero el tercer lugar Colombia. Como alertábamos al inicio, hemos de cuidar que las preferencias adaptativas

no nos engañen a la hora de valorar la felicidad pues se trata de una disonancia cognitiva que incita a querer lo que el entorno manda querer, asegurando una adaptación física y emocional a las dificultades. Caso del esclavo feliz, que piensa que cualquier cambio será peor.

Hay índices mundiales que miden la felicidad. Dado que no existe un hedómetro homologado y certificado, lo que se cuantifica es la felicidad subjetiva

Según nuestras propias encuestas del Centro de Investigaciones Sociológicas (CIS) el 78% de los españoles se considera bastante o muy feliz y solo el 6% se considera desgraciado. El 71% piensan que su salud es buena o muy buena, lo cual es muy estimable teniendo en cuenta que en menos de un

siglo hemos duplicado nuestra esperanza de vida. A pesar de ello, una de cada cinco personas continúa bajo el umbral de pobreza.

El CIS ha estudiado que los españoles creemos indispensable para ser felices gozar de buena salud, compartir al menos dos horas diarias con la familia –reconociendo que el concepto de familia ha cambiado-, tener dinero y disfrutar de paz interior. Y que en cambio, consideramos los mayores reveses de la fortuna –la escasez, la soledad, el abandono de valores y el trabajo poco estimulante.

Según nuestras propias encuestas del CIS, el 78% de los españoles se considera bastante o muy feliz y solo el 6% se considera desgraciado

Si es cierto lo que el CIS ha publicado, podría estar gestándose gran insatisfacción en España a tenor de los datos: bajada del 4 al 1,8% del PIB en un año y 11% de paro, el más elevado de la OCDE, con previsión de alcanzar el 15% en 2009 –un millón de parados más que en la actualidad-. No dudamos que el trabajo insulso sea una fuente de insatisfacción, pero nada comparado con la falta de trabajo.

Mas si tomamos la definición de felicidad de los antiguos, ésta no dependerá tanto de los reveses de la fortuna sino de lo que se ha conseguido llegar a ser como persona y como grupo humano.

COLOFÓN

La felicidad parece aumentar en la mayoría de países del planeta, pero alertamos de la sospecha de que el concepto de felicidad no se haya banalizado, de que no se tengan en cuenta las preferencias adaptativas y sobre todo, de que no sea a costa de renunciar a la tristeza.

¿De verdad queremos acallar que estamos incompletos a cambio de momentos de gran satisfacción?. Saberse incompleto es anhelar más vida y ese esforzarse entre meras posibilidades inexploradas es un acto de vívida libertad.

Promover la felicidad a costa de la tristeza –inevitable como el respirar– es habitar una cultura del miedo a sufrir, del miedo a amar, del miedo a vivir.