

# Resumen – ideas del tema de la felicidad

## Parte II

### ¿Jesús un hombre feliz?

Cuando hablamos de felicidad, tenemos que tener en cuenta que nuestro criterio de felicidad es muy distinto al que en otros tiempos fuera determinante como concepto de felicidad.

No es lo mismo, lo que hace 300 años se concebía como la felicidad, que lo que ahora concebimos como la felicidad, cada época y cultura pone sus énfasis y cómo alcanzarla. Difiere mucho el concepto de felicidad en la India, que en Europa, en África que en América. Distamos milenios de la cultura de Jesús, y esto hay que entenderlo así. Lo que podemos decir es que Jesús es la fuente de la felicidad, que de él se desprende la felicidad, al menos los cristianos así lo experimentamos.

Muchos se encontraron con Él, encontraron la felicidad. Como buen Maestro su mensaje va dirigido hacia la felicidad *“bien-aventurados”* (Mt.5,3-12), *“felices vosotros”*, *“vine para que tengáis vida y vida en abundancia”* (Jn.10,10). No podemos hacer una reflexión sobre la felicidad de Jesús, eso sería mucho pretender y un anacronismo atrevido. Pero sí podemos preguntarnos ¿cuál era la idea de felicidad que habitaba la población y la cultura del tiempo de Jesús?.

Desde la antropología cultural, se puede acceder a la idea de felicidad del tiempo de Jesús. Dicho concepto estaba basado en la idea del honor, en el que se basaban la dignidad y realización de la persona, era fundamental que la familia tuviera honor y se reconociera su dignidad. Por otra parte el concepto de felicidad judía, estaba relacionado no con la ausencia de problemas o un mundo feliz como lo concebimos hoy, sino más que todo relacionado con ser hombre justo, con la santidad.

Popularmente era necesario la pertenencia a una familia honorable, no ser un marginado, o expulsado de la familia. Además del tema de la familia, también se veía como una desdicha o infelicidad el estar enfermo, ya que esto apartaba de estar en relación con los familiares, y se consideraba una maldición de Dios. Se era feliz, si el entorno en que se movía la persona le aceptaba y no le rechazaba, si cumplía las expectativas sociales que esperaban de la persona en cuestión.

## Sabiduría de millones de años

Hoy día, con los avances de la neurociencia, cada vez está más claro que para nuestro organismo, la naturaleza que nos ha sido dada tiene como principal interés en la supervivencia. Todo está hecho y preparado dentro de nosotros para dar prioridad a sobrevivir y luego en segundo plano quedaría el ser felices. No podemos experimentar la felicidad si no estamos vivos, sobrevivir a las incidencias de la vida es condición sin la cual, no experimentarnos la felicidad.

El hecho de que experimentar la felicidad esté en segundo plano, conlleva una lógica, que creo, no necesita más explicaciones, pues como he dicho anteriormente, sin estar vivos no experimentamos felicidad en este planeta. Esto no resta ninguna importancia a la necesidad de obtener la vivencia de la felicidad como plan de Dios.

Esto es un indicativo muy importante a la hora de hablar de la felicidad. No es que la naturaleza no esté interesada en la felicidad, pero como todos sabemos lo primero de todo es sobrevivir. Este en sí mismo, es una buena noticia, y a la vez veremos que también nos complica a la hora de hablar de la felicidad. Cuando llega Navidad, con el sorteo de la lotería, si no nos ha tocado ningún premio, al día siguiente del sorteo, en España todos celebramos “el día de la salud” y decimos ¡tenemos salud y eso es lo importante! Veremos más adelante el lugar que ocupa el tener mucho dinero en el marco de la experiencia de la felicidad

## La evolución de los tres cerebros:

<b>Cerebro primitivo El más antiguo</b>	<b>Cerebro Emocional</b>	<b>Cerebro Pre-frontal El más reciente</b>
Impulso, sentir pánico, saciar el hambre, protegerme del frío, atender el sueño, aminorar el dolor, descansar, buscar refugio, atender la sexualidad, arremeter, agredir, lanzarse, defenderse, huir o atacar en el momento necesario, agresividad como fuerza vital positiva, intuir, expresar las artes y la belleza, la espontaneidad, creatividad, etc.	Acoger, sostener a otros, aliviar, la compasión, perdonar, arropar, nutrir, abrigar, socorrer, amparar, defender, ayudar a otros, ser comprensivo, atender etc. Esta evolución cerebral sucedió cuando aparecieron las crías, la necesidad de cuidar y proteger a otros.	Discernir, reflexionar, pensar, sopesar, dirigir, organizar, ordenar, priorizar, construir, recapacitar, buscar sentido a las cosas, filosofar, entender, juzgar, deducir, observar, examinar, producir, buscar soluciones, capacidad de resolver problemas etc.

# Los interruptores: Felicidad, cerebro y educación en la niñez.

*“El cerebro del bebé espera primeramente que sean los demás quienes den a los posibles interruptores buscando dónde canalizar sus miedos, sus necesidades y, en definitiva, sus emociones. Estamos esperando que una determinada sociedad ponga en marcha los mecanismos necesarios”*<sup>1</sup> ¿cuáles serían los interruptores que encendieron en mí y que ahora veo que no eran necesarios y que me dificultan la vivencia de la felicidad? ¿qué interruptores encendieron en mí, que ahora me son útiles?

¿cuáles creo que fueron los interruptores que mis padres, familia, cultura, educación o formación (incluida la religiosa) encendieron en mí? Hay personas que les encendieron el chip de “¡cuidado con la sexualidad!”, otros “no disfrutes mucho, hay que trabajar”. Así mismo pudieron ser encendidos los interruptores de la exigencia, el esfuerzo desmedido, los miedos a cosas esotéricas, impulsividad, ver la vida con susto de lo imprevisto, “preocúpate de ti y no tanto de los demás”, “ten compasión con los demás y lo propio ponlo en segundo plano”. Algunos vieron que en su casa todos eran muy impulsivos, calmados, estresados, previsores, exigentes, obsesivos, o todo lo contrario etc. Hay hogares) donde quizás encendieron el interruptor del perdón, la compasión, el respeto, la reflexión, el descanso, el cuidar de otros etc.

**¿Por qué nos preocupamos tanto por las cosas?**

**-Nuestra forma de pensar e interpretar la realidad puede colaborar o no en la vivencia de la felicidad.**

**Próxima sesión sobre la felicidad (parte III):** Una Propuesta cristiana, bíblica y antropológica de la Felicidad.

---

<sup>1</sup> Adorna Reyes. 2015