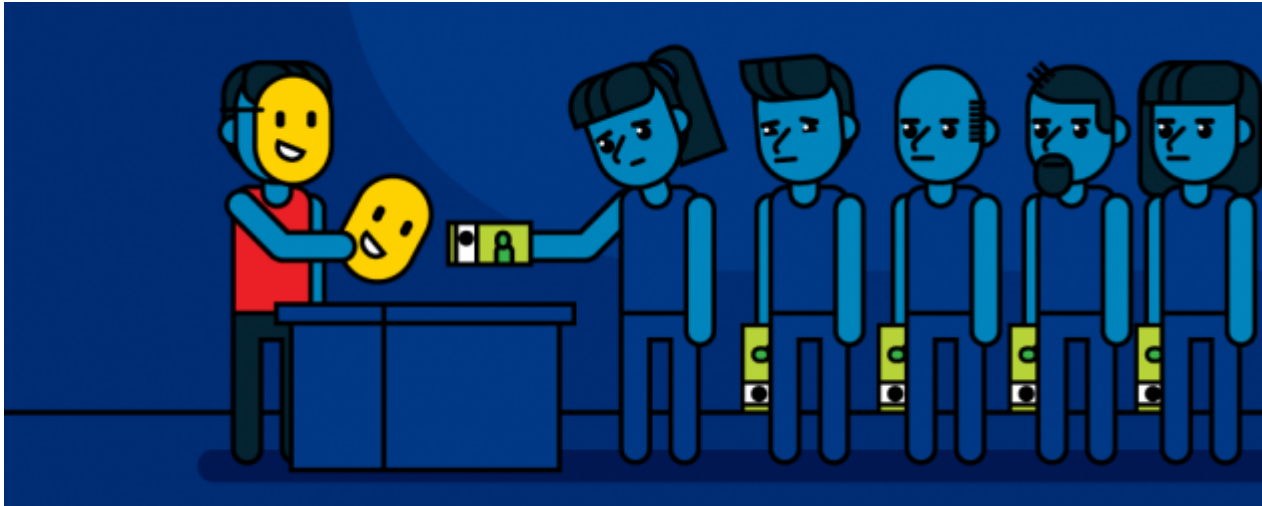


## El precio de la felicidad.

Psicología, 03/12/2018



El otro día vi un vídeo de uno de mis *youtubefavs*. La felicidad es uno de los misterios

que más le quita el sueño al hombre. ¿Qué es la felicidad? ¿Cómo puedo conseguirla?

No tenemos todas las respuestas e intentamos llenar ese vacío con cosas materiales, con dinero e imposibles que no seremos capaces de conseguir.

He conocido a muchas personas que opinan que el dinero trae la felicidad. Personas que van a condenar sus vidas a estudiar algo que no les llena por un salario alto, cómo si el dinero aliviase el dolor de la monotonía.

Y no niego que el dinero no ayude, vivimos en una sociedad capitalista después de todo, si quieres algo debes pagar por ello.

El dinero ayuda. Es necesario para vivir. Para comer, para pagar el alquiler.

Pero el dinero no da la felicidad. Nada material da la felicidad.

He leído filósofos que dicen que la felicidad es una ilusión, otros que dicen que la felicidad reside en Dios, otros que para conocerla debemos conocer la verdad.

Y aquí está el problema, tampoco conocemos la verdad. Pero eso ya es otro tema.

Para mí la felicidad es la ausencia de tristeza. Así de fácil.

Y muchos me diréis que eso es una respuesta estúpida, muy obvia, pero no hay mayor grado de felicidad que cuando no somos capaces de sentir dolor alguno. Cuando todo va bien y por el camino que le corresponde, cuando la tristeza simplemente está dormida.

Y es imposible no pensar qué seremos más felices si mañana compramos un móvil nuevo, un libro o una cámara. Si el día 22 nos toca la lotería. Seguro que resolvería muchos problemas, pero estaríamos felices por poder resolver esos problemas, no por haber ganado esa cantidad de dinero porque el dinero no llena.

Soy una persona muy impaciente, me gusta tenerlo todo ya y bajo mi control, por eso me da tal nivel de ansiedad cuando hay cosas que sé que no puedo controlar. En mi caso siempre he querido una cámara, publicar un libro. Una de esas cosas ya las he hecho y es verdad que me he impacientado más de lo que debería y que pensaba que iba a ser feliz por siempre. Y no es que no me alegre del hecho de haber escrito para un libro, mucha gente no ha hecho lo que yo. Me refiero al sentimiento de cuando lo tienes todo, de cuando el material está en tus manos, eso que llevas ansiando semanas. Es ahí cuando te das cuenta de que la felicidad no dura para siempre, de que nada dura para siempre.

En el momento en el que sostení aquel libro entre mis manos mi cabeza me dijo "¿y ahora qué?". Y seguramente me suceda lo mismo cuando consiga comprarme una cámara.

Obviamente me encantará tenerla, mis fotos podrán mejorar, pero ese sentimiento volverá a aparecer.

Ese vacío que debemos llenar con felicidad no se llena con aquello que es visible para nosotros.

Nos convertimos en personas ambiciosas, siempre queriendo más de lo que tenemos. ¿Para qué conformarme con escribir y crear historias si puedo volver a publicar? ¿Para qué enamorarme de cada foto que hago y disfrutar mientras la edito si puedo hacerlo con una cámara por el simple hecho de presumir, de crearme una fotografía real?

Necesitamos el dinero, las cámaras, los libros, todo lo que pueda ser visto para validarnos. Para qué otros nos reconozcan como triunfadores. "He publicado un libro", "tengo una Nikon P900, la cámara que puede enfocar los cráteres de la Luna", "gano (x) cantidad de dinero al mes, todo me va perfectamente."

En realidad no disfrutamos del hecho de tenerlo, del proceso y evolución que hemos tenido hasta conseguir todo eso. Solo lo disfrutamos porque otros nos validan.

La felicidad no reside en eso. No reside en cuanto te gastes en una prenda de ropa, en un perfume, en una joya o en un coche. No reside en el valor que otros le den.

Reside en disfrutar de cada pequeño momento que todas esas cosas nos pueden brindar.

En crear, en añadir algo bonito al mundo, en sonreír.

En la salud, sobretodo en la salud.

Y en el amor, en la libertad de poder amar sin miedo a prejuicios.

Todo eso no tiene precio.

La felicidad no tiene precio.

El mundo no tiene precio.

Y sé que suena a una frase típica de *Mr. Wonderful* pero las mejores de la vida son las que no valen nada.

