



Se realizó el X Coloquio de la Cátedra
Creatividad y Valores "Alfonso López
Quintás": La Cultura y el Sentido de la Vida



Felicidad y sentido de la vida

“No ha ninguna felicidad donde no hay sabiduría” (Sófocles)

X Coloquio Cátedra López Quintás

Miércoles 29 de agosto de 2012

Cuestionamiento y problema

Son muchos los males que afligen la sociedad actual. En lugar de males podría comparar con las máscaras que hace poco varios de Uds. prestaron para la exposición ofrecida como evento de humanidades. La máscara, eso que los clásicos llamaban *persona trágica* como en la famosa fábula de Fedro de la zorra que ve la máscara y exclama *¡o quanta species sed cerebrum non habet!*

Efectivamente la *persona tragica* en el escenario de la vida esconde, cubre, tapa algo que en otro tiempo, el del realismo clásico, el del sentido común era el verdadero sujeto, el real, más que un sujeto, un ser completo investigándose a sí mismo. Es trágico no conocerse a sí mismo en la vida. Desconocerse en la fiesta es divertido como el juego de las adivinanzas. Pero la vida está entretejida de gozos, alegrías, sufrimientos, esfuerzos, engaños, pequeñas o grandes frustraciones que deben cicatrizar.

Hoy las máscaras encubren un ser vacío, enfermo, insatisfecho que no sabe quién es, ni a dónde va, ni qué quiere, una casi nada que sólo cumple una determinación, programada en los griegos por los dioses, en el hombre moderno por un gran relojero ocioso y bastante lejano; en la posmodernidad, después del crepúsculo de los dioses profetizado por Nietzsche, por las manos invisibles del consumismo, materialismo, hedonista que mueve los sutiles hilos de las marionetas en el escenario de las modas, de las últimas tecnologías útiles.

El consumismo se convierte en hiperconsumismo bulímico que se alterna con las curas hechas con privaciones: la obsesión dietética y la obsesión de la línea, multiplican los temores narcisistas y los caprichos alimentarios mantienen vivo el costoso culto de las vitaminas y de los oligoelementos. En el libro de Frank Schwebke, *Adelgazar con la cabeza* narra que la top model británica Sophie Dahl cosechó gran éxito en las pasarelas de todo el mundo luciendo tallas grandes como modelo gordita. Se movía con soltura entre el jet-set y tuvo ocasión de relacionarse con los personajes masculinos más famosos de su época como por ejemplo Mick Jagger, el líder de los Rollingstones...y sin embargo no era feliz. A pesar de que su lema público era la abundancia es hermosa, apetecible y feliz, ella se sentía muy descontenta de su figura...al adelgazar dijo ahora es cuando realmente me siento feliz. Probablemente Marilyn Monroe fue una víctima de esta máscara o máscaras. No fue feliz.

Lo más irónico es que en este drama de la máscara es que el hombre no goza su mal, se harta, se desespera, sufre, llora. Recientemente Whitney Houston también tristemente, a pesar de sus grandes cualidades y belleza de su música y profundidad de sus canciones, nos dejó la constatación de que no fue feliz en vida.

Giovanni Reale, el gran historiador de la filosofía llama a este estado de bienestar material el sucedáneo de la felicidad espiritual.

De entre tantas máscaras podríamos seleccionar dos: la del hedonismo y la de su hermana gemela el bienestar material (llámese consumismo materialista o materialismo consumista).

Tú, como estudiante, asumes una carrera. Asumes tu profesión cara a cara, integrada en tu vida, sin afeites, sin ambages con libertad, como respuesta a un llamado o lo que se suele llamar, vocación. Ahí entrará tu gusto, tu amor, tu pasión. No te engañarás pensando que no habrá momentos difíciles, escollos. Después de subir una montaña es hermoso aspirar una bocanada de aire puro y decir soy feliz porque logré llegar a mi meta. No hay máscara y por tanto no éxito virtual, fingido. Es el rostro de un abogado íntegro, administrador íntegro, ingeniero íntegro, médico íntegro, experto en finanzas, ecónomo, director de empresas de entretenimiento, administrador de turismo etc. , íntegros, no sólo moralmente sino en su persona entera. En griego sin la metáfora de la máscara el verbo αποκρίνομαι significa responder, ser responsable de la propia identidad esto es lo que el entonces cardenal Ratzinger decía refiriéndose al hombre en su situación actual y el sentido de vida:

“El hombre no puede resignarse a considerarse un absurdo. Está estructurado de tal forma que tiene que encontrar sentidos y contenidos para poder vivir. El sentido es el presupuesto del vivir; una insensatez total extingue la vida. Aquel que ya no puede pretender un sentido, no se considera autorizado a transmitir la vida humana: la negativa frente al futuro que hoy experimentamos es el producto lógico de la crisis de sentido en que nos encontramos.”¹

Nietzsche vio la raíz de este mal en el nihilismo. Dice en uno de sus fragmentos póstumos “¿cómo es posible que los artículos de fe fundamentales de la psicología sean las peores bellaquerías y falsedades? El hombre aspira a la felicidad, por ejemplo: que cosa ha existido alguna vez de verdadero en esto?

¿Se equivocan ustedes jóvenes cuando dicen que son felices en un momento de su vida?, Tenía yo una alumna de preparatoria que se acercó a mí y me dijo profesor, ¿porqué tenemos que crecer?, ¿porqué se tiene que acabar este momento de tanta felicidad y tanto contento?. Esto me recordó aquella escena evangélica en que Pedro dice eufórico y lleno de entusiasmo, ¡que bueno es estar aquí! Hagamos un campamento. ¿No podríamos beber una poción, un brebaje que permitiera que no vinieran tiempos malos y que gozáramos siempre

¹ Ratzinger Joseph (1985). *Teoría de los principios teológicos*. Herder, Barcelona. p. 90.

de los tiempos buenos. Percibí el dolor previo de la conciencia y del conocimiento que ocasiona la fragilidad. Pascal, otro gran pensador apasionado por encontrar el camino dijo que convenía apostar por lo verdadero. Para cosas mejores hemos nacido, eco de aquel consejo que el gran orador y mejor humanista Cicerón decía: créeme mi querido amigo hemos nacido para cosas grandes y maravillosas. Sin embargo, sin máscara somos como una caña muy pensante pero muy frágil. Si en el bienestar material se busca la felicidad, los avances tecnológicos nos traicionarán por que no cumplen permanentemente su promesa, si no sólo de manera momentánea. No satisfacen a la persona sino a una parte y una parte fugaz.

Los bienes materiales vacían, distraen nos llevan al *divertissement* de Pascal. Este es un volcarse, un perderse, un vaciarse. A fuerza de no pensar en la muerte y en el dolor se cree que desaparecen.

En la actualidad se percibe una obsesión por huir del dolor, del fracaso. Hay un miedo enorme a la muerte, a la enfermedad. Muchos nos figuramos continuamente un futuro negro y todo esto nos descorazona. La abundancia de bienes materiales parecen llenar al hombre sin embargo ha debilitado la consistencia, la resistencia y su espesor moral. El portador de la máscara llega a aburrirse de la misma diversión

“Hay que trabajar-dice otra vez Nietzsche, si no por ser justo, al menos por desesperación, puesto que considerándolo bien, trabajar es menos aburrido que divertirse.” (11, 194)

El progreso material por sí mismo nunca podrá colmar las aspiraciones de hombre, ni dar la felicidad.

Epicuro, fundador de la corriente hedonista en la antigüedad decía en las sentencias vaticanas, en la n. 68 οὐδὲν ἰκανὸν ὠ ὀλίγον το ἰκανόν. “Nada es suficiente para quien es poco lo suficiente o también se podría traducir como para aquel a quien es demasiado poco cuanto basta, no basta nada”. Ya no nos contentamos con lo suficiente sino que queremos más y nos preocupa el no tener en el futuro lo cual sería la infelicidad.

Pero ¿qué es la felicidad a fin de cuentas? ¿La felicidad está en cada momento o al final del camino? Se atribuye a Sófocles aquella frase “a nadie llaméis feliz antes de que haya atravesado el umbral del hades” en castellano llano: Si llegamos a la muerte realmente no nos podemos llamar felices. Seguramente quiso decir “plenamente”.

Séneca escribió unas cartas famosas a un personaje llamado Lucilio y así le decía en la 124:

“¿Quieres dejar todo aquello en lo que es inevitable que serás vencido, mientras te agitas en obtener cosas que no te pertenecen y regresar a tu bien? Cuál es? Un espíritu irreprochable y puro , émulo de Dios, capaz de elevarse por encima de las cosas humanas y de considerar en si mismo todo su bien. Eres un alma racional. ¿Cuál es pues el bien que hay en ti? La razón perfecta. Llámala a su fin, haz que progrese lo más posible. Considérate feliz cuando

toda alegría nazca de tu interior; cuando viendo las cosas que los hombres desean, roban, cuidan, no encontrarás nada, que no digo, prefieras, sino que ni siquiera desees. Te daré una breve regla en base a la cual evaluar y darte cuenta de si ya has alcanzado la perfección: poseerás el bien cuando comprendas que los hombres felices (según la gente) son los más infelices”.²

Sin embargo no hemos dicho aún qué entenderíamos por felicidad.

La felicidad es la perfecta actualización del sujeto como ser espiritual.

Nosotros no amamos, no deseamos jamás nada sino en vista de la felicidad. (Saggio, p. 158, n. 71). En el fondo de todo querer está en nosotros el apetito radical de realzar nuestra naturaleza espiritual. La elección es buena cuando se sitúa en la línea de este deseo fundamental. Es mala cuando se contradice se afirma a sí mismo como fin último. La persecución ineluctable de la felicidad es en nosotros la expresión bajo el modo propio del espíritu de este dinamismo natural .

Para el hombre no hay ninguna causa de filosofar sino para ser feliz.³ Para los griegos el fundamento de la felicidad se basa en la idea de bien, en la aspiración racional. Para S. Agustín está enfocada la tendencia a la voluntad y el amor. No felicidad de mera contemplación sino de vida plena. Amor y fin poseído. Si se desvía de su fin no es feliz, cae en desolación

“Todas las ciencias y las artes se ordenan a algo que uno, a saber la perfección del hombre que es su felicidad La felicidad es la aspiración más completa del hombre; hacia la que apuntan todos sus esfuerzos. Su objetivo es la realización personal plena”.⁴

La noción de perfección no se entiende bien sin la de tendencia. Perfecto se dice cuando ya tiene lo que debe tener, ha alcanzado su ideal, a cubierto las exigencias de su noción. Imperfecto cuando defrauda una esperanza. Pensamos la perfección como dinamismo, acabamiento de la actividad espiritual en Dios, Como término de movimiento expansivo. La vida del espíritu no es solamente la expresión y la irradiación de una pura adhesión a sí, de un puro reposo en sí. No es por esencia conservadora. El sujeto tiene que hacerse; es, sin duda, pero es para una perfección que tiene que ser, el Ideal se perfila ante él, le despierta de su reposo. ...el ideal del sujeto es el sujeto mismo pero el sujeto acabado, integrado, desarrollado en la plena actuación de posibilidades. (EOH p. 178, n. 70)

Lo determina el verdadero valor de la persona no es ni la calidad ni la amplitud de su saber sino la calidad de su amor.⁵ Ama y haz lo que quieras dijo S. Agustín. El hombre es

² Séneca, Cartas a Lucilio, n.124, 23-24.

³ S. Agustín, De civ. XIX, 1.

⁴ S. Tomás de Aquino, *In XII libros Metaphysicorum expositio. Proem.*.

por naturaleza un animal inquieto, descontento de todo aquello que tiene y de aquello que es, sin poder encontrar, hasta que no se comporta como hombre el punto firme que fijaría el límite de sus deseos. (Saggio p. 113)

...Los otros animales en cuanto podemos constatar ignoran la inquietud constitucional (en ellos: inseguridad, temor de depredador). El tigre cuando ha devorado su presa goza de un estado de equilibrio o de euforia hasta que nuevos procesos fisiológicos crean en él una nueva necesidad...si la presa es fácil el animal conocerá un estado relativamente estable de plenitud y de seguridad...Una de las características (del hombre) en comparación con otros animales es precisamente sobrepasar la restauración natural de la necesidad y acelerarla por el efecto de un dinamismo superior. El deseo del hombre, como ha observado Hobbes, se refleja sobre sí mismo. El hombre desea desear, aparentemente para poder gozar mejor. No espera tener hambre, estimula su apetito... (Saggio, p. 114)

Como muchos conceptos el tema de la felicidad también experimentó las transformaciones de la modernidad. En la antigüedad la felicidad eudaimonía iba asociada a la protección del dios genio, dios protector. En el fondo hay una idea de pasividad de algo que se espera como en la fortuna: te deseo felicidades como algo que va a llegar. El concepto de felicidad entonces es el de felicidad dicha subjetiva: satisfacción, algo que llenar. En la antigüedad se ve como un logro, una perfección, o como suelen traducir ultimamente a la ética a Nicómaco una vida lograda. Algo que implica un sujeto activo, con iniciativa, es decir, búsqueda y esfuerzo de perfección. Entonces se contrastan dos modos felicidad-dicha (subjetiva) y felicidad-logro (objetiva). Ya repasamos rápidamente la actual obsesión por la conquista de la felicidad ¿cómo deja huella en la cultura esta obsesión? Por ejemplo hay una obsesión por la salud de modo que apenas nos dicen de la causa de algún mal muchos tratan de prevenirse, se tocan a ver si sienten los síntomas, se olvidan de vivir al temer sufrir. Lo correcto sustituye a lo sabroso. La mesa de lugar sagrado para compartir y convivir se convierte en aparador de farmacia donde se calculan las calorías y grasas de los alimentos. Se bebe vino no para gustar sino para mejorar la flexibilidad de las arterias; se comen cereales no para degustarlos sino para convertirlos en fibra para facilitar la digestión del intestino...Estados Unidos es el país donde tiene más éxito estas medidas preventivas y sin embargo es uno de los países con más obesidad. La obsesión de no vivir lo mejor posible sino aguantar lo más posible. La felicidad dicha no se separa de la felicidad perfeccionamiento, logro. La felicidad no es sentirse bien solamente, sino un logro integral, un conjunto de actividades de mejora logro de perfeccionamiento. El ingrediente fundamental es el amor. Los escolásticos tenían un término muy sencillo *Adeptio boni o finis ultimi* (adquisición del bien o del fin último). Mi perfección la alcanzaré trascendiéndome a mí mismo en la alteridad humana y divina. Sin esa alteridad personal no hay perfección no hay felicidad. En Descartes dio un giro y se hizo felicidad como contentamiento. La felicidad no es el bien soberano sino que lo presupone es el contentamiento, gozo, la satisfacción del espíritu que proviene de la posesión de ese bien. No en la perfección de todo el hombre según él.

⁵ De Finance, Joseph, Ensayo sobre el obrar humano, Gredos, Madrid, 1980, n. 163.

Aristóteles nos enseña

La felicidad es lo que en nosotros rige nuestra personalidad en su unidad.

“Si la inteligencia es algo divino en relación al hombre, la vida según la inteligencia será también una vida divina con relación a la vida humana”.⁶

“No hay que dar oídos a los que nos aconsejan , con pretexto de que somos hombres y mortales, que pensemos en las cosas humanas y mortales, sino que en cuanto nos sea posible hemos de inmortalizarnos y hacer todo lo que en nosotros esté para vivir según lo mejor que hay en nosotros”⁷

Demócrito decía la felicidad no consiste en el ganado y ni siquiera en el oro el alma es la morada de nuestra suerte.

El tener necesidad es propio de las bestias, el tener poquísima necesidad del humano el no tener necesidad de nada es p'ropio de los dioses. (Sócartes)

Aristóteles felicidad es fruto de la contemplación de la verdad propio de los dioses. Los animales carecen de felicidad porque carecen de la capacidad contemplativa propia de los dioses y que el hombre alcanza también. Para Platón no es un tener. Es un modo de ser. Es armonía del alma.

Quien es honesto y bueno, hombre o mujer, es feliz ; el que es injusto y (470 c-E) malvado es infeliz. (Platón, Sócrates en Gorgias)

No puedo hacer otro bien mayor que persuadiros de no preocuparse por los cuerpos ni por las riquezas antes ni más que por el alma (μη τε σωματων επιμελεισθαι μη τε χρεματων ως της ψυχης). Igualmente decía: No se engendra virtud de las riquezas pero sí de la virtud se engendran riquezas. (30, 17, C) ουκ εκ χρεματων αρετη γιννεται. Dios ha hecho en mí un don δοσιςτουθεου(30, 18, D)

La virtud del hombre griego es el desarrollo pleno y perfecto de aquello que es y de aquello por lo que vale. La virtud de su alma, actuarse de su logos, Oh ateniense ciudadano de la ciudad más grande y más famosa por su sabiduría ¿no te avergüenzas de ocuparte de las riquezas para ganar lo más posible y de la fama y del honor y, al contrario no te ocupas ni piensas en la sabiduría , en la verdad y en tu alma de modo que se vuelva lo más buena posible?. (Sócrates en la apología 29B-30C)

⁶(EN , VII,1177b 30)

⁷(EN , VII,1177b 30)

Ser feliz no es poseer ni tener bienestar material . Si la felicidad consistiera en los bienes del cuerpo. Tendríamos que llamar felices a los bueyes cuando tienen para comer (22 B 4 Diels kranz).

Demócrito dice la felicidad no consiste en el ganado y ni siquiera en el oro : el alma es la morada de nuestra suerte, es decir, nuestra felicidad (68 B 171 DK)

¿ Son felices mientras tengan lo necesario para satisfacer sus necesidades? le pregunta Sócrates a Calicles en el Gorgias. Ser feliz le contesta Calicles es tener todas las pasiones y satisfacerlas placenteramente. Como la posmodernidad.

En una perspectiva de humanismo judeocristiano la virtud donadora de sentido no tiene como objeto la autorrealización, sino la realización del hombre centrada en la alteridad divina y humana.

¿Podríamos situar ahí la felicidad? La moralidad y la legalidad hoy las entendemos no desde la abundancia del corazón sino desde la coacción, no desde la libertad y amplitud de horizontes sino desde la obligación sin el porqué y el para qué. Cuando la moralidad sustituyó a la religión cuyo único mandato era el amor, se convirtió en deber, obligación, o como dice Nietzsche: la moral del camello es decir, las éticas ascéticas del kantianismo, del marxismo y de otras corrientes.

La virtud permite al hombre constituirse en artífice de su propio destino. La felicidad depende de dos loterías-dice Rawls-de lo natural y de lo social. Bloch dirá que la docta spes permitirá un futuro donde se conjugan felicidad y dignidad humana. Varias éticas hastiadas del deber ser renuncian a la razón, a la normatividad y se regresan a las emociones, sentimientos y valoraciones estéticas-como dice Adela Cortina.

¿Qué es el sentido?

Sentido como dirección, a dónde voy y sentido como significado qué es esto, cómo lo interpreto, que se entiende.

Poseemos una alma espiritual percibida y experimentada en muchas de nuestras actividades como las intelectuales (de abstracción, razonamiento, deducción, autoconciencia) volitivas (elección libre, amor etc.) por tanto es , el hombre, cada uno de nosotros, en sí mismo un universo entero, un universo de sentido.

Un gran riesgo de nuestra civilización, si se empeña en reducir al hombre a una parte de sí mismo, es el que éste se pierda y se fragmente en divisiones atómicas, físicas, químicas, psíquicas, culturales, etc. El hombre se diluiría en el anonimato, entre una multitud de cuerpos compuestos de partes minúsculas destinado a la tierra de donde partió.

Encontrar un sentido a la vida engendra alegría. La mejor manera de saber que estamos dando sentido a la vida es el tener alegría. No una alegría superficial o fingida sonrisa sino un gozo profundo enraizado en la profundidad misteriosa de nuestro ser.

La historia de muchos de nosotros empezó desde antes de que viéramos la luz allá en el calorcito amoroso del vientre materno o de que sintiéramos ya en el exterior el primer manazo de un doctor para provocar la reacción o el grito de existo o estoy vivo, aquí estoy o como dice Mounier aquí estoy, adsum. Empezó con un anuncio de alegría como se cuenta de algunos grandes personajes de la historia, profetas, santos, generales, Sansón, Jesús, Julio César, Alejandro Magno, Domingo de Guzmán, etc. “Su mamá va a dar a luz, su mamá está esperando...”

Si nuestras sonrisas ahora son tristezas, angustias o preocupaciones es oportuno indagar qué nos hace falta. Suena paradójico constatar que el hombre da sentido a las cosas y de pronto lo pierde respecto a sí mismo, no está alegre, no encuentra la brújula. Perdió la ruta, perdió el camino. Aquí es donde cobran valor las indicaciones, las señales en el camino que es lo que llamamos virtud o valores. No cualquier camino lleva a la alegría, a la plena satisfacción de lo que somos y de lo que queremos ser auténticamente.

Conseguir o recuperar la alegría no es una cosa sencilla. Albert Camus renueva el famoso mito griego de Sísifo y dice que el hombre contemporáneo es un absurdo cuya única oportunidad es aceptar que lo es, empujar una y otra vez la roca hasta la cumbre sabiendo que volverá a rodar y tendrá que volver a empezar y esto todos los días. Se levanta, se baña, toma algo a prisa, toma su carro, llega a la universidad, clase número 2, clase 3, retorna, descansa, come, habla con fulana, se va a jugar, regresa, otro día, otro día, otro día, la rueda de la no fortuna.

“El hombre no puede resignarse a considerarse un absurdo. Está estructurado de tal forma que tiene que encontrar sentidos y contenidos para poder vivir. El sentido es el presupuesto del vivir; una insensatez total extingue la vida. Aquel que ya no puede pretender un sentido, no se considera autorizado a transmitir la vida humana: la negativa frente al futuro que hoy experimentamos es el producto lógico de la crisis de sentido en que nos encontramos.”⁸

Viktor Frankl gran logoterapeuta decía lo siguiente;

“Ante mí hay una carta de la cual quisiera citar el siguiente párrafo <tengo 22 años, soy graduado universitario, poseo un automóvil lujoso, disfruto de una situación económica segura, y hallo a mi disposición más sexo y más poder del que puedo hacerme cargo. Solamente me pregunto: ¿qué sentido tiene todo eso?> Nuestro paciente no sólo se queja de un sentimiento de falta de sentido, sino también de una sensación de vacío existencial”.⁹

⁸ Ratzinger Joseph (1985). *Teoría de los principios teológicos*. Herder, Barcelona. p. 90.

⁹ Frankl Viktor (1991), *La voluntad de sentido*. Herder. Barcelona, p. 15.

“Nuestro paciente-comenta el logoterapeuta- no sólo se queja de un sentimiento de falta de sentido, sino también de una sensación de vacío existencial”¹⁰. ¿Qué es lo que realmente le da alegría al hombre? ¿Y qué es lo que le quita la alegría? ¿Qué es lo que le bloquea y qué es lo que le abre a sí mismo y a los demás?

El problema de nuestro tiempo es el que la gente esta cautivada por un sentimiento de falta de sentido [...] acompañado por un sentimiento de vacío [...] Nuestra sociedad industrial esta preparada para satisfacer todas nuestras necesidades y nuestra sociedad de consumo incluso crea necesidades para satisfacerlas después. Pero la más humana de todas las necesidades, la necesidad de ver el sentido de la vida de uno mismo, permanece insatisfecha. La gente puede tener bastante con que vivir, pero con más frecuencia no tienen nada por lo que vivir.

“De aquellas personas que dan impresión particularmente penosa, que respiran tristeza, se dice a menudo que no se aguantan ni a sí mismos, expresando de este modo la más absoluta oclusión frente al ser. Pues, ¿a quién puede aguantar aquel que se encuentra desgarrado en sí mismo?

“Odiarse a sí mismo es más fácil de lo que se cree. Lo difícil es olvidarse de sí mismo” hace decir el escritor francés Bernanos al párroco de aldea en su *Diario de un cura rural*. Sólo añadiría: lo difícil es olvidarse de sí mismo para encontrarse en los otros.

“La raíz de la alegría es que el hombre esté de acuerdo consigo mismo. Quien puede aceptarse a sí mismo ha conseguido el sí decisivo. Vive en el sí, en la aceptación positiva. Y quien puede aceptarse, puede aceptar también al tú, puede aceptar el mundo. La razón de que un hombre no pueda aceptar el tú es que no puede aguantar a su yo”.

Buscamos la alegría de ser nosotros mismos. Mientras haya posibilidades de caer en la tristeza, en la angustia, en el desasosiego hay la posibilidad de perder la alegría o no recuperarla del todo. Por ello se requiere un camino, un indicador, como las señales que nos indican por dónde va. Encontrar el sentido no de un momento o de una situación sino de nuestra vida, saber qué hacer para no errar, no perder nuestro corto viaje es una investigación, una búsqueda de la ética. No cualquier cosa es justa o injusta, buena o mala. Pueden valorarse de muchas maneras pero nos queda claro que no es lo mismo que alguien te robe tus apuntes a que te los respete y te los regrese si los extraviaste. No es lo mismo que con idénticas respuestas a las de un compañero el profesor te ponga menos calificación que a él porque tu le caíste mal. Otros problemas como ante un embarazo no deseado, un ser querido que se sufre mucho y no se muere y ya no hay dinero para sostenerlo, la donación de órganos ¿qué hacer? ¿Qué es la ética y para qué sirve?

¹⁰ Frankl Viktor (1991), *La voluntad de sentido*. Herder. Barcelona, p. 15.

¿Cómo se consigue la felicidad?

2 Segmentos clave Mi ser: encontrarme a mí mismo , (conocer mi esencia posibilidades, limitaciones, físico, psíquico, intelectual, espiritual, social... (Quien soy y quiero ser) es decir tener una personalidad sólida (temperamento, habilidades, carácter) y mi obrar

(qué hacer o reaccionar: tener un proyecto de vida (como ser humano integral y como profesionalista con mi carrera).

La ilusión es la mejor forma de ser feliz, porque se vive la vida con anticipación, ya que lo diseñado cuando llega, lo saboreamos lentamente con todas sus ventajas.

La felicidad busca encontrar un programa de vida atractivo, satisfactorio, capaz de llenar la existencia, encontrarse a sí mismo, vivir de amor (mueve a conseguir las metas) y trabajar con sentido, gozar y apoyarse en la cultura.

La felicidad terrena es una mezcla de alegrías y tristezas, de luces y sombras, pero dotadas de amor.

El amor es siempre un acto de entrega que busca el bien que difusivo hacia los demás. Sin otra persona no soy feliz plenamente. La felicidad no viene de afuera ni de las cosas ni de las personas es tarea de nosotros. La felicidad es un estado interior tuyo que depende de tu cuidado, nadie te lo hace, nadie te lo quita, es exclusivamente obra tuya con apoyo de los demás.