

BUSCANDO LA FELICIDAD

por Francisco-Manuel Nácher

El hombre aspira a la felicidad permanente, que está seguro de que existe y que intenta alcanzar a través del placer. Éste, sin embargo, es fugaz, puntual, y nunca duradero, por lo menos el que proviene de causas exteriores. Estudiemos el asunto con cierto detalle a continuación:

A.- Fijémonos en que la vida está, en realidad, compuesta de adicciones, unas buenas y otras malas, que llamamos vicios. Pero adicciones, al fin. El adicto se cree un ser **libre** que "**hace lo que quiere con su cuerpo**". La realidad, si embargo, es muy otra porque, precisamente, *lo único que no es, es ser libre* y, si bien puede sentirse feliz en el momento de satisfacer su adicción, ésta lo tiene permanentemente esclavizado. Así vemos que :

1.- **El fumador** ha de comprar el tabaco, tenga o no medios para ello o tiempo y le apetezca o no.

Se siente mal cuando se abstiene.

Se desprecia íntimamente porque sabe que está minando su salud y reduciendo su calidad de vida futura, si no su duración.

Se le hace patente su falta de voluntad para imponerse a su vicio.

2.- **El ludópata** puede sentirse feliz mientras juega, pero pronto se da cuenta de que ha dispuesto de un dinero que le hará falta luego, a él o a los suyos, o que no era suyo, o que no podrá devolver. Y ya no es feliz, con el desasosiego que todo ello le crea, más el permanente tirón de la adicción que lo tiene esclavizado. Y la vergüenza ante sí mismo por lo que está haciendo.

3.- **El adicto al sexo** puede tener momentos, - brevísimos - de intensa felicidad, pero luego, pasados esos instantes, todo cambia y vienen la indiferencia o las discusiones o el hastío o el alejamiento, para volver a empezar y no lograr nunca sentirse plenamente satisfecho. Sólo le cabe profundizar en su adicción, hasta llegar a la animalidad, a las

perversiones, quizás a la delincuencia... sin alcanzar nunca la plena satisfacción a la que aspiraba.

4.- **El drogadicto** puede tener sus “vuelos” o su “resistencia a prueba de cansancio” o lo que sea pero, pasados esos momentos, la droga se cobra su precio y uno va perdiendo el dominio de sí mismo, las energías, la lucidez, la ecuanimidad...y acaba en un submundo del que le va a ser difícil salir.

5.- **El poderoso - adicto al poder** - puede sentirse momentáneamente feliz, si alcanza cierta cota de él pero, enseguida se dará cuenta de que:

- Sigue teniendo a alguien por encima, que coarta y limita ese poder y, por tanto, le impide ser feliz permanentemente.

- Las circunstancias externas le imposibilitan el ejercer su poder libremente y le están continuamente limitando su ejercicio.

- Su propia conciencia, sus convicciones íntimas, su ideario, su religión, su educación y, sobre todo, su miedo a perderlo, le impiden disfrutar de ese poder omnímodamente con lo que, por definición, deja de ser “poder”.

-

6.- **El famoso - adicto a la fama** - puede sentirse momentáneamente feliz si adquiere cierto renombre, pero pronto se percata de que es imposible hacer durable ese placer, pues

- La fama peligra cada instante y el conservarla o aumentarla exige tal esfuerzo, tal entrega, tales sacrificios, tales hipotecas en tiempo, libertad, intimidad, etc., que hacen imposible la felicidad.

-

7.- **El rico - adicto a la riqueza** - puede, por un tiempo, sentirse feliz si alcanza determinado nivel de posesiones, pero pronto ve que:

- La preocupación que supone su conservación, no le deja disfrutarla.

- El deseo de incrementarla, que lleva anejo, le subyuga y hace infeliz.

- El miedo a perderla le impulsa a cometer actos injustos, de explotación de sus semejantes, que le impiden ser feliz de modo permanente.

-

8.- Uno puede sentirse feliz temporalmente dando pábulo a cualquier **deseo de cualquier tipo** (causar envidia, vengarse de alguien, etc.). Pero, inmediatamente, pasado ese instante de satisfacción íntima y quizás intensa de felicidad, uno se ve obligado a un esfuerzo considerable para procurarse el próximo instante feliz, y ese esfuerzo necesario le impide serlo mientras se esfuerza.

Resulta muy significativo que el suicidio se dé con tanta frecuencia entre gente acomodada, famosa, poderosa, con un status envidiable para los demás.

B.- ¿No existe, pues, la felicidad? En lo externo, no. Basados en lo externo, no hay posibilidad sino de determinados momentos, y muy breves, de pseudofelicidad.

Entonces, ¿cómo se logra? Si no está en lo externo, habrá que buscarla en lo interno. Y lo lógico, aceptada esta afirmación, sería buscar en lo interno con el ahínco con que se suele buscar en lo externo.

Pero, ¿qué es lo interno? Lo interno es lo más importante, lo más valioso que tenemos, porque es *nosotros mismos*.

Imaginad un ojo o una lupa o un telescopio o un microscopio. Los cuatro son capaces de ver multitud de cosas, próximas o lejanas, grandes o pequeñas. Toda su existencia se la pasan viendo cosas, enfocando cosas, haciendo posibles verdaderas maravillas. Pero no lo saben. No tienen la posibilidad de verse a sí mismas viendo cosas. Ni siquiera de verse a sí mismas, con lo cual se ven privadas de la felicidad inmensa que, el saber de qué son capaces y el hacerlo conscientemente, podría proporcionarles.

Si la lupa diera valor sólo a un determinado objeto, hasta el punto de no ver ningún otro, estaría limitando su capacidad de ver y, por tanto, su capacidad de ser feliz viendo otros miles de objetos, quizás más hermosos. De todos modos, sin embargo, seguiría teniendo la facultad de ver y de aumentar cuanto quisiese. Y eso es, precisamente lo que ocurre con la vida, tal como la vive la mayor parte de los hombres: Pendientes sólo de un aspecto, el externo, de lo que dicen o hacen o piensan o sienten los demás, se alejan, insensible pero inevitablemente, de lo que ellos mismos son o piensan o hacen o dicen o sienten:

Tratamos de hacer propia la felicidad que el cantante de turno nos asegura sentir, o su propio dolor; y hacemos propios los pensamientos del pensador o escritor; o nos emocionamos con las emociones del actor; o nos

identificamos con el gozo que, aparentemente, les producen, al rico la ostentación, al famoso la fama o al poderoso el poder.

Pero eso no deja de ser lo que sienten y experimentan y viven los demás. ¿Qué es, entonces, lo que sentimos y pensamos y hacemos y experimentamos nosotros? ¿Qué aportamos de nuestra propia cosecha? ¿Hasta qué punto somos capaces de conocernos y de saber realmente cómo somos, puesto que ya sabemos cómo son los demás? ¿Es que sólo los demás sienten o piensan o hacen o son humanos? ¿Es que no tenemos en nuestro interior potencias suficientes para generar nuestros propios pensamientos y nuestras propias emociones y nuestros propios actos? ¡Pues claro que las tenemos!

El problema está en que, llevados por los innumerables estímulos que la vida actual hace llegar a nuestros sentidos, nos alejamos, cada vez más, de nuestro propio ser y llegamos a olvidarnos completamente de que somos seres iguales o incluso mejores que aquéllos a los que tanto admiramos y cuyos pensamientos, emociones y actos hacemos estúpidamente nuestros.

Entonces, ¿hemos de cerrar los ojos, taparnos los oídos y dejar de pensar? No. **Todos esos estímulos** están ahí y debemos recibirlos y aceptarlos, pero reconociendo que **pertenecen a las vidas de otros**. Lo que hemos de hacer nosotros, una vez percibidos esos estímulos, esas imágenes o palabras o ideas es, encerrarnos con nosotros mismos y **sacar nuestras propias conclusiones, nuestras propias ideas, nuestras propias lecciones**. Lo mismo que hace la planta, que: recibe la lluvia, la acepta y la absorbe, pero luego la elabora, es decir, le saca el jugo mediante sus propios procesos internos. Y esa absorción y esa elaboración son las que la hacen crecer. Nadie podrá discutir que la lluvia hizo crecer a la planta. Pero nadie podrá ya reconocer aquella lluvia en esa planta que, gracias a ella y a su elaboración interna, la ha convertido en savia y ha sabido desarrollarse. Claro que la planta hace todo esto de modo inconsciente y exento de libertad, obedeciendo simplemente las leyes naturales, y el hombre, en cambio, tiene la posibilidad de hacerlo conscientemente. El hombre puede, si quiere, verse a sí mismo. Y puede estudiar su propia composición, su propia estructura, su propio funcionamiento y, además, puede actuar libremente y “mirar o enfocar o aproximar o aumentar” lo que desee.

Y ahí está el secreto. Porque esa posibilidad es lo que le habilita para ser feliz, siempre que se dé cuenta de que **la felicidad no estriba en**

los objetos, más o menos valiosos, que pueda “ver” (puesto que eso lo hacen el ojo, y la lupa y el microscopio y el telescopio y no son felices por ello), **sino en** el hecho de **saber que puede verlos** y puede verlos **cuando quiera**. Es el conocer sus propias capacidades lo que puede hacer feliz al hombre, al margen de lo que pueda hacer. Es el saber que es libre, que es creador, que existe al margen de las cosas, más allá de las cosas, que no tienen por qué esclavizarlo ni someterlo ni siquiera influenciarlo, porque no son más que objetos externos que uno puede manejar, pero que no participan, ni pueden ni podrán nunca participar de nuestro ser, ni podrán afectar a nuestra facultad de verlos ni a nuestra libertad de mirarlos o no. Están fuera, son instrumentos, son accidentes, nos son ajenos y, si les damos valor, nos dominarán y, si no se lo damos, los dominaremos.

La actitud del hombre corriente, pues, persiguiendo las cosas, viviendo exclusivamente en lo externo, no representa más que una especie de ilógica e irresponsable huída hacia delante.

* * *