

¿Cómo educar para la felicidad en tiempos de crisis?

Diego Antonio Pineda R. (*)

No vivimos tiempos felices. Estamos llenos de incertidumbres no solo ante lo que pueda suceder en el futuro, sino incluso ante lo que significa el presente que nos ha correspondido vivir. Hemos tenido seguramente en los últimos tiempos pérdidas significativas: hemos perdido amigos y familiares, algunos han perdido su trabajo y, tal vez, hasta hayamos perdido cierto tiempo que invertimos en proyectos que nos interesaban; y, al perder, hemos tenido que disminuir muchas de nuestras expectativas. Las incertidumbres y pérdidas suelen ser causa de infelicidad.

Es difícil hablar de progreso en estos tiempos. Tendemos a sentir, más bien, que hemos retrocedido, e incluso que, a lo mejor, hemos perdido algo de lo que logramos en los últimos años. Algunos sienten incluso que han vuelto atrás, y por eso ya no hablan de “progreso”, sino de “reinención”. Y, si decimos que necesitamos reinventarnos, es porque sentimos que hay algo que no veníamos haciendo bien.

En medio de la pérdida, el dolor y la incertidumbre conservamos, sin embargo, una certeza fundamental: queremos ser felices. *A pesar de todo, queremos ser felices.* Tal vez no sepamos en qué consista ser felices, tal vez tengamos incluso que renunciar a cosas que creíamos que nos harían felices; y, si no renunciamos, al menos sabemos que tenemos que aplazar muchos de esos proyectos en los cuales habíamos empeñado nuestra vida. A pesar de todo, no renunciamos nunca a lo esencial: queremos ser felices. Y no renunciamos simplemente porque no podemos renunciar a las cosas básicas de la vida humana: a la libertad, al amor, a la felicidad. Necesitamos, sin embargo, comprender mejor qué es eso que buscamos: ¿qué puede ser la felicidad precisamente en estos tiempos de pérdidas, duelos e incertidumbre?

Tal vez no haya un mejor momento para detenernos a pensar en la felicidad que este que estamos viviendo. La razón es simple: no solemos preguntarnos en qué consiste ser felices cuando todo marcha según lo queremos. Estamos acostumbrados a identificar la felicidad con aquellas cosas con las que nos parece más se asemeja: con el éxito, el placer, el progreso, la conquista o la satisfacción.

Ser felices es y ha consistido a menudo, para nosotros, en conseguir el *éxito* en cada una de nuestras tareas, o en experimentar *placer* en las cosas que hacemos, o en lograr cierto *progreso* que nos haga sentir mejores y más importantes, o en *conquistar* ciertas metas que nos propusimos, o en lograr la *satisfacción* de ciertos deseos que tenemos. Sin embargo, cuando pensamos la felicidad solamente en términos de éxito, placer, progreso, conquista o satisfacción no logramos comprender en qué consiste. La razón es muy simple: todas esas cosas en que fundamos nuestra felicidad son completamente efímeras.

El éxito es absolutamente efímero, pues por más que tengamos hoy no estamos a salvo de un fracaso mañana, e incluso nuestro éxito actual puede estar montado sobre bases tan frágiles que él mismo está

(*) Profesor Titular Facultad de Filosofía Pontificia Universidad Javeriana. Este texto fue preparado por su autor para el foro de educación de la Editorial Santillana del 27 de mayo de 2021.

No se puede reproducir sin autorización del autor.

Correos electrónicos: diegopi@javeriana.edu.co y diegoantpineda@yahoo.com.

labrando nuestro posterior fracaso. Si la felicidad consistiese en el éxito, además, tendríamos que sentirnos infelices ante el más mínimo fracaso.

Y el placer es tan efímero como el éxito; y tal vez lo sea más, pues es ese instante de gozo que es fruto de una actividad que realizamos; y, por ello es fugaz, momentáneo e imposible de retener en nuestras manos; es cierto que es bello y fascinante, pero también que siempre es efímero e insuficiente.

Tampoco el progreso material o económico es garantía de felicidad, pues no progresamos eternamente; la idea de un progreso siempre creciente es una de las más grandes mentiras que nos han metido los defensores de una globalización a ultranza y sin medida; no hay un progreso incontenible, pues en la vida todo lo esencial se consigue paso a paso y resolviendo muchas dificultades.

Lo que nos hace felices tampoco es la conquista, pues, si la felicidad estuviera en lo que conquistamos, ¿qué pasaría cuando ya lo hemos conquistado?, ¿habría perdido acaso todo sentido?, ¿tendríamos que ver la vida como una serie interminable de conquistas?

La felicidad no es tampoco mera satisfacción con las cosas que nos ocurren, no solo porque no todo lo que ocurre nos genera satisfacción, sino porque la insatisfacción con lo alcanzado es parte esencial de una auténtica búsqueda de la felicidad; parte esencial de la condición humana es la continua insatisfacción.

No podemos fundar nuestra felicidad en cosas efímeras y pasajeras como las ya señaladas. Necesitamos, entonces, otros presupuestos para entender nuestra propia felicidad. Veamos algunos de ellos.

Para empezar, *la felicidad no es un estado sino una actividad*. Es muy común que, cuando hablamos de felicidad, tengamos en mente un cierto estado de placer y satisfacción, una especie de “paraíso terrenal” al que esperamos llegar algún día. Es como si la felicidad fuera algo que está en alguna parte, un cierto estado que vamos a conquistar un día; y como si la felicidad fuera una meta que debemos buscar y en pos de la cual debemos sacrificar muchas cosas. Hay gente que piensa así, y que dice “hoy me esfuerzo y sacrifico para que mañana pueda ser feliz”. Pues no: la felicidad no es una meta lejana situada en el más allá, sino la finalidad de la vida aquí y ahora. No tenemos que “llegar a ser” felices, pues la felicidad no está situada por fuera de nosotros, en otro lugar o en otra dimensión. Se trata, más bien, de que aprendamos a ser felices con lo que ya somos, con lo que está a nuestro alcance y con los medios concretos que tenemos, así sean medios pobres e insuficientes.

Y, si la felicidad no es un estado, *menos aún es un estado de satisfacción*. Todo lo contrario: una condición fundamental para ser feliz es la insatisfacción. La persona feliz no es conformista ni amante del *status quo*; es soñadora, intrépida, atrevida. Si la felicidad fuera una meta que logramos alcanzar algún día, entonces ¿que seguiría de allí en adelante? ¿Habría acaso una vida más triste que la de aquel que cree haber conseguido todo lo que buscaba? ¿Qué sentido tendría una vida humana de plena satisfacción?

Decía Rousseau que *la felicidad radica en la posibilidad de armonizar nuestros deseos con la posibilidad de satisfacerlos*. Y es cierto: si nos dedicamos a incrementar nuestros deseos, es evidente que nos volvemos cada vez más infelices. Parte esencial de la felicidad está en saber manejar los deseos, para que no sean tan inmensos que resulte imposible satisfacerlos, al mismo tiempo que nuestros deseos se hacen cada vez mejores: más refinados, más constructivos y una más clara expresión del tipo de vida que queremos llevar.

Siempre he creído que *una de las cosas más difíciles de manejar en la vida es el éxito juvenil*. Algunas personas alcanzan el éxito demasiado pronto, a veces sin mucho merecimiento y casi siempre sin estar suficientemente preparados. Esto, sobre todo en el caso de algunos que siendo muy jóvenes llegan a acumular mucho poder, dinero o prestigio, los lleva a “perder el horizonte”, a desfasarse y a hacerse una

imagen tan elevada de sí mismos que se envanecen con el éxito y se hacen incapaces de manejar la derrota y la frustración. Es el caso, por ejemplo, de algunos de nuestros deportistas, a quienes el éxito les llegó tan pronto, y estaban tan poco preparados para él, que el propio éxito se constituyó en su mayor carga.

Pero, si la felicidad no está en el éxito, en la satisfacción, en el progreso y en todo lo que hemos nombrado ¿en dónde puede estar? Creo que solo en una parte: en la *búsqueda permanente de sentido* para todo lo que somos, hacemos, queremos y sentimos. Esto supone entender que hay muchas cosas que no están en nuestro poder: que no somos dioses ni reyes, y que no somos los dueños de la vida ni de la naturaleza. somos seres finitos y limitados y estamos sometidos a una cantidad de cosas que no están en nuestro poder: tenemos que *sufrir* y a veces nos toca sufrir por cosas que no podemos manejar (una enfermedad, un accidente, la pérdida de un ser querido); estamos sometidos al *fracaso*, pues muchas de nuestras empresas nunca llegaron a buen término; estamos sometidos también a la *incomprensión*, pues a veces queremos muchas cosas y no encontramos comprensión ni siquiera en las personas más cercanas (nuestros familiares, amigos y compañeros de trabajo); a veces, además, acontecen ciertas cosas para las que no estábamos preparados, que son imprevistas, pero que nos afectan radicalmente. Eso es lo que desde la antigüedad los grandes pensadores llamaron “la fortuna”. Estamos sujetos a *la fortuna*, es decir, a que las cosas cambien de un momento a otro. Tal vez, si, a finales de 2019, alguien nos hubiera dicho que íbamos a estar un año, o incluso dos, encerrados en nuestras casas cuidándonos de un virus, le habríamos dicho que estaba loco. No estábamos preparados para la pandemia, que nos sobrevino como un terrible golpe de la fortuna. Es claro que podemos ser felices, pero no podemos dejar de lado hechos humanos tan fundamentales como los que acabo de mencionar: el sufrimiento, el fracaso, la incomprensión y la fortuna.

Hay, sin embargo, personas, situaciones y cosas que creemos valiosas que nos ayudan a encontrar sentido en todo lo que hacemos; y hay, sobre todo, principios e ideales de vida por los cuales vale la pena vivir. Ellos son los fundamentos básicos sobre los cuales debe asentarse nuestro deseo de ser felices. *No se puede ser feliz si no se cree en algo, si no se tiene un motivo fuerte para vivir, si no le encontramos sentido a las cosas de las que nos ocupamos a diario.*

Tampoco se puede ser feliz en medio de la infelicidad de otros, pues la felicidad no es un asunto meramente individual o egoísta. La felicidad es algo que no se sume, se reste o se divida, sino algo que se multiplica: nuestra felicidad se incrementa en la medida misma en que colaboramos en la felicidad de otros y se disminuye en la medida en que el odio, la desigualdad y la injusticia campean a nuestro alrededor. *No se puede ser feliz, en este sentido, más que en la medida en que luchamos contra el odio, la desigualdad y la injusticia que hay a nuestro alrededor.* La vida feliz está ligada también al poder actuar de forma recta y a la lucha contra toda forma de injusticia, porque la injusticia es la causa fundamental de toda forma de infelicidad humana.

Me he dedicado hasta aquí a explicar cómo entiendo la felicidad y por qué esta no puede consistir en algo efímero, como el éxito, el placer o la satisfacción, sino que ha de consistir en la búsqueda permanente de sentido para nuestra propia vida. Sin embargo, la pregunta esencial que aquí nos convoca no es una pregunta teórica del estilo “¿qué es la felicidad?”, sino -dado que los aquí presentes somos maestros- una pregunta eminentemente educativa: *¿cómo educar para la felicidad en tiempos de crisis como los que vivimos actualmente?* y, sobre todo, ¿cómo ayudar a nuestros hijos y estudiantes a desarrollar una vida feliz aun en medio de estas circunstancias difíciles por los que pasamos?

Para responder a esta pregunta, hay que entender en primer lugar en qué sentido hablamos de “crisis”. Ordinariamente relacionamos la idea de “crisis” con una situación difícil, llena de problemas y dificultades y en donde no encontramos una salida, una situación en donde todo es incertidumbre; decimos entonces

que “estamos en crisis” porque no sabemos bien qué hacer, porque no tenemos una orientación clara sobre el rumbo que debemos tomar, porque no sabemos muchas veces ni siquiera qué es lo que queremos.

Sin embargo, el término “crisis” puede tener también un sentido positivo. La palabra proviene de un antiguo verbo griego, *krino*, que significa “juzgar, discernir, decidir”. El sustantivo “crisis” se refiere a aquella situación en donde están dadas las condiciones para que juzguemos y tomemos las decisiones más adecuadas. “Estar en crisis”, en su sentido original, no es necesariamente estar perdidos o desorientados; es, más bien, haber llegado a aquella situación en donde tenemos los elementos para hacer un juicio, tomar una decisión y buscar una salida que nos saque de lo que siempre hemos hecho, de lo rutinario. El momento de la crisis es el momento para buscar nuevas salidas y ensayar caminos alternativos.

Si hablamos de “educar para la felicidad en tiempos de crisis”, estamos hablando, entonces, de cómo educarnos para redirigir nuestras vidas, para replantearnos si la vida que estamos llevando es la más adecuada. Algunas personas que han pasado por momentos muy difíciles a raíz del Covid-19 han aprovechado esa circunstancia para pensar más a fondo sus compromisos e incluso su manera de enfocar la vida personal y sus responsabilidades sociales y políticas. El tiempo de crisis es, por tanto, un tiempo para replantear las cosas, para reexaminarlas. Las crisis exigen reflexión; y, por tanto, lo que intentaré hacer a continuación es compartir con ustedes lo que creo nos corresponde como educadores para educar en la felicidad en estos tiempos. Voy a señalar a este respecto seis o siete líneas fundamentales en las que, creo yo, debemos enfocar nuestro trabajo educativo. Intentaré ser muy preciso y conciso al respecto

1. A los maestros, sobre todo en tiempos de crisis, nos corresponde mucho más que enseñar bien nuestra materia. No somos buenos maestros simplemente porque seamos buenos profesores de matemáticas, ciencias naturales, ciencias sociales o filosofía. Los niños y jóvenes esperan de nosotros que *compartamos con ellos, además de nuestros conocimientos, nuestros ideales de vida y felicidad.*

No está mal, entonces, que nos demos un tiempo para escucharnos mutuamente: para que los oigamos a ellos e intentemos entender sus dificultades y para que, también ellos, puedan entender nuestra perspectiva como adultos. A ellos también les conviene saber cómo enfrentamos nosotros estas situaciones difíciles, cómo enfrentamos estos “embates de la fortuna” que por momentos parecerían atropellar nuestra felicidad. Este es un momento ideal para compartir con ellos gustos, proyectos, sueños e ideales de vida. Un estudiante siempre espera de su maestro que sea más que su profesor: que sea alguien que le enseñe algo para su propia vida.

2. Si en algo podemos ayudar a los niños y jóvenes de hoy es a *enfrentar algo que tienen a la orden del día: el fracaso y la incertidumbre.* Tenemos una juventud que, por muchas razones, es escéptica; que no cree en casi nada de lo que creíamos nosotros; muchos, por ejemplo, rechazan nuestras creencias religiosas y políticas o incluso nuestra manera de entender la vida. Muchos jóvenes de hoy ven, además, que muchas de las promesas que se le habían hecho terminaron siendo falsas: se les prometió que el día mañana tendrían un trabajo, y muchos de ellos no lo tienen; y que, tal vez, tendrían una pensión, y muchos ya se resignan a pensar que tendrán que trabajar por el resto de su vida; que tendrían asegurada la salud, el estudio y muchas cosas más... y todo hoy para ellos es incertidumbre.

De este modo, muchos experimentan el fracaso a diario: se han esforzado por lograr una serie de cosas y resulta que no solo no las consiguen, sino que cada vez se ven en una situación más difícil

que la prevista. No se trata de dramatizar la situación que viven los jóvenes de hoy. Basta con ver lo que ya les pasa y el desespero con que salen a las calles a expresar que sienten no tener futuro. No se trata de dramatizarlo, pero tampoco de esconderlo. Se trata, eso sí, de ayudarles a enfrentar ese fracaso, porque solo el que comprende en qué consiste su propio fracaso y sus propias incertidumbres empieza a buscar caminos nuevos.

No podemos dar soluciones a muchas de las demandas de los jóvenes, pero al menos podemos darles la posibilidad de escucharlos y de que se fortalezcan interiormente. No se trata tampoco de que no sientan su fracaso, que en cierto modo es también el fracaso de una sociedad que les hizo falsas promesas. Se trata de que comprendamos que todos en la vida experimentamos el fracaso y que no fracasar no garantiza que seamos felices.

Muchos padres se angustian con el fracaso de sus hijos, con la incertidumbre que viven; pero ello sirve de poco si no entendemos lo que tal fracaso significa. Se trata de aprender de eso, de extraer las lecciones que nos deja el fracaso. Este ciertamente nos hace infelices, pero no sufrir, e intentar evitar a toda costa el sufrimiento, como hacen muchos padres sobreprotectores, solo nos hace débiles. Un gran místico, San Juan de la Cruz, siempre se preguntaba: “¿qué sabe de la vida aquel que nunca ha sufrido?”.

3. Tener un sentido del fracaso, del sufrimiento y del sacrificio que supone cada una de las cosas que logramos en la vida es esencial para vivir felizmente. Como he subrayado todo el tiempo, *la felicidad no debe confundirse con el éxito, pues la felicidad y el éxito muchas veces no van de la mano*. Son muchas las personas que han tenido mucho éxito y, sin embargo, son profundamente infelices; basta ver, por ejemplo, lo que les ha ocurrido a tantas estrellas del mundo del espectáculo: son reconocidas, admiradas, imitadas... pero infelices. Hay, además, personas que reconocen que ha sido más felices en momentos en que no han tenido tanto éxito, e incluso cuando se han encontrado limitados y con dificultades; en esos momentos, sin embargo, lograron disfrutar de las cosas sencillas de la vida. No tenían, por ejemplo, mucho dinero para gastar en cosas que querían, pero entonces aprendieron a disfrutar una comida sencilla y frugal.

A menudo confundimos la felicidad con el éxito. Y eso tiene un grave problema: que el éxito nos obliga a vivir en función de él. Quien tiene éxito se debe a su éxito y tiende a hacer de su éxito la base de su vida; y, de este modo, centra su vida en la búsqueda de una buena imagen y en el reconocimiento de los otros. Pero la felicidad es mucho más que todo eso. La felicidad es, sobre todo, la búsqueda de una armonía interior: de una armonía entre lo que pensamos y hacemos, entre los deseos y la posibilidad de satisfacerlos, entre nuestros sentimientos y acciones; de una armonía con nosotros mismos, con las demás personas, con la naturaleza y con Dios mismo.

4. En los momentos de crisis sale a relucir nuestro yo más profundo, ese que está más allá de toda apariencia. Nos sentimos desenmascarados y entonces salen a flote los miedos, las inseguridades, las angustias; y, a veces, también los prejuicios y ciertas formas de intolerancia que, sin saberlo, habitaban en nosotros. En los momentos de crisis se despiertan todos nuestros fantasmas. Es natural que nos angustiemos tanto con lo que pasa a nuestro alrededor que nos dejemos llevar por nuestras reacciones más primarias. Para superar estas situaciones requerimos del cultivo de esa fortaleza interior que solo nos da una personalidad integrada y armónica.

La felicidad como armonía interior implica *cultivar un sentido de nuestro propio valor como personas*. No se trata, desde luego, de que seamos narcisistas, de que nos amemos absolutamente a nosotros mismos y nos enamoremos de nuestra propia imagen, como ocurre en ese famoso

personaje de la mitología clásica. Se trata, más bien de que comprendamos dónde están nuestras capacidades, cuáles son nuestros valores más preciados; y de que nos hagamos una buena imagen de nosotros mismos, cultivando un sano sentido de autoestima personal.

Un sentido de la autoestima es algo muy diferente de un culto de la personalidad. Los antiguos griegos llamaban a esto con una palabra muy bella: *magnanimidad*, que lo que quiere decir es “grandeza de alma”. El hombre magnánimo es aquel que ni se envanece con el éxito ni se amilana con los fracasos y las derrotas; el que mantiene siempre su frente en alto ante las derrotas y los cambios de fortuna; el que enfrenta las situaciones más difíciles sin dejarse vencer y aprendiendo de ellas. Cultivar un sentido de la magnanimidad, de la propia valía, un sentido de la autoestima en cada uno de nosotros, en nuestros niños y jóvenes, es una condición esencial de su felicidad, pues buena parte de su infelicidad proviene de que no se valoran en lo que verdaderamente son.

5. Esencial desde todo punto de vista para nuestra felicidad es *aprender a moderar nuestros deseos*. Si la felicidad implica que podamos satisfacer nuestros deseos fundamentales, es esencial que esos deseos no sean demasiados, sean los más naturales y no se incrementen de forma permanente. La persona más feliz no es la que más tiene, sino la que menos necesita para ser feliz. Solo el que sabe regular sus deseos sabe verdaderamente si quiere algo o no.

La cultura consumista en la que vivimos busca siempre incrementar nuestros deseos de forma falsa, apresurada y exponencial. El consumismo es precisamente eso: la creación de deseos que no tenemos, que no son naturales ni necesarios. Muchas de las cosas en las que gastamos nuestro dinero, por las que nos esforzamos a diario, son objetos de los que perfectamente podríamos prescindir. Tal vez la persona más feliz sea aquella que se satisface con las cosas más sencillas. Todos hemos visto, por ejemplo, a niños muy humildes jugar con un trozo de madera que se convierte sucesivamente en un caballo, un carro y un avión; allí no importa el objeto mismo, porque se juega con la imaginación, y la diversión es inmensa. En contraste, seguramente hemos visto a niños de familias muy acomodadas nadando en un mar de juguetes sin sentido: infelices en medio de una cantidad de juguetes automatizados, que juegan por ellos y en donde no participan muchas veces de una actividad verdaderamente lúdica.

Solo quien limita sus deseos es capaz de aprender a gozar de las cosas sencillas de la vida. En esto los maestros sí que podemos hacer mucho por nuestros estudiantes. No solo porque podemos gozar con ellos de las cosas sencillas de la vida: un juego de mesa, un paseo por el campo, una caminata, la contemplación de un atardecer, etc.; sino también porque, como maestros, tenemos algo muy bello que compartir con ellos: nuestro conocimiento. Cultivar en ellos un sentido de la búsqueda del conocimiento, cultivar en ellos el deseo de saber, un deseo tan fundamental en la vida humana, es una forma muy válida de contribuir a su felicidad.

6. *La felicidad es también un factor esencial del aprendizaje*. Se aprende mejor en ambientes felices; es decir, en ambientes libres de tensiones, o donde por lo menos no hay tensiones innecesarias: en ambientes en donde haya un nivel básico de competencia, pero esa competencia esté acompañada de un trabajo colaborativo. Se aprende de otros y con otros.

No se trata, por otra parte, de aprender *cómo* ser feliz, o de aprender *para* ser feliz, sino de aprender *con* felicidad, de un modo feliz, pues las cosas que aprendemos felizmente las aprendemos mejor. Aprender felizmente no quiere decir que todo sea fácil, pues las cosas que van acompañadas de mayor felicidad a menudo son difíciles: ¡cómo disfruta un deportista hacer un gol o ganar una

carrera! Pero no porque fuese fácil, sino precisamente porque fue muy difícil, porque le costó muchísimo esfuerzo.

La felicidad está ligada también al esfuerzo. Somos felices participando con otros en cosas que nos resultan importantes y significativas, pero en donde tenemos que esforzarnos. Cuando aprendemos, por ejemplo, hay “tensión intelectual”; y esa tensión intelectual es esencial para que el aprendizaje sea más efectivo y feliz. Lo que aprendemos muy fácilmente no lo valoramos mucho; valoramos sobre todo lo que aprendimos con mucho esfuerzo y dedicación.

Por el contrario, cuando nuestro aprendizaje está lleno de tensiones innecesarias -cuando nos asustan con la nota, cuando nos amenazan con ciertas consecuencias indeseables de no lograr una determinada cosa, cuando se introducen tensiones innecesarias en el proceso de aprendizaje- se aumenta el estrés y se promueve la infelicidad y la desconfianza. Nada de ello favorece un aprendizaje significativo, pues se trata de ser felices aprendiendo porque el buen aprendizaje es la mejor forma que tiene la educación para formar en una vida feliz.

Y, finalmente, lo más esencial de todo esto es, como ya decíamos, *la búsqueda permanente del sentido*. Solo quien le busca sentido, e intenta dotar de sentido, a todo lo que hace, piensa, dice y siente logra todo lo anterior: cultiva un sentido de su propia valía, aprende felizmente, aprende a enfrentar el fracaso.

Hoy recibimos bombardeos directos a la conciencia, al sentimiento, a la propia identidad personal. Se nos dice permanentemente que debemos ser poderosos, tener éxito, ser muy ricos o tener un cuerpo perfectamente modelado según los criterios estéticos de moda; se nos venden día a día modelos de identidad. El hombre feliz no se deja llevar por todo esto, pues busca su identidad en sí mismo. El hombre feliz es aquel que busca siempre fortalecerse en su interior, aquel que siempre se pregunta por qué es lo que él quiere ser, y cómo lo quiere ser; y sobre todo trabaja sobre dos cosas esenciales para una vida feliz: la libertad y el amor.

En la vida humana hay solo dos palabras esenciales, cada una de dos letras: *sí* y *no*. Todo lo esencial está contenido en estas dos palabras. Decir NO es afirmar nuestra libertad, pues la libertad es precisamente la capacidad que tenemos de decir “no” a lo que nos quieren imponer contra nuestra voluntad, a lo que no nos interesa, a lo que no nos hace crecer; el hombre libre es capaz de decir “no” a todo lo que constituye una negación de su identidad.

Pero eso no es suficiente. Los jóvenes de hoy tienen cada vez más claro qué *no* quieren ser y qué *no* quieren hacer; pero también hay que saber qué queremos ser y hacer, a qué le apostamos nuestra vida. La felicidad se construye en la medida en que uno tiene un proyecto de vida, en la medida en que va hacia alguna parte, en la medida en que tiene un ideal que persigue; y, sobre todo, en la medida en que se compromete.

Esto es el amor: la capacidad de decir Sí, de comprometerse con una persona, con una causa, con un proyecto de vida junto con otros. La felicidad es libertad, pero también es compromiso. Nos hacemos felices en la medida en que desarrollamos la libertad para decir “no” a todo lo que nos reprime y nos agobia; pero fundamentalmente cuando decimos “sí” y nos comprometemos con otros en un proyecto de vida en común y nos ligamos con otros en lazos de amor y concordia.