

## LA FELICITAT

Sovint ens creiem mereixedors de la FELICITAT.

I per què?

I per què no?

Pensem que VOLEM ser feliços, que HAURÍEM de ser feliços, però no anem més enllà d'aquest plany camuflat de reivindicació.



Potser ens falta una dada, una espurna de consciència i una mica de concreció.

D'una banda la felicitat s'ha de treballar: sembrar, regar, protegir d'elements adversos i collir. És cert que som mereixedors de felicitat, però també és cert que no ens ve regalada, que hem de posar un ESFORÇ i una INTENCIÓ per part nostra per tal d'aconseguir-la. En aquest procés és natural que hi hagi moments de crisi: quan una



llavor s'obre per créixer ha de trencar la seva protecció, ha de renunciar a la seva comoditat i ha d'aventurar-se al desconegut per, tot seguit, trobar-se amb la terra que la cobreix i l'impedeix veure la llum. Però no hi ha marxa enrere, el viatge cap a la vida ha començat i, amb ell, totes les seves conseqüències: lluites, fred, calor, insectes... però també alegries, rosada, sol, vida...

D'altra banda, potser ja TENIM tot els elements i condicions per ser feliços, però no ens adonem, no en som conscients. Sovint ens SOBREN coses, idees, prejudicis, etc. Però continuem comprant, adquirint objectes, convenciments i informacions o desitjant d'altres com a CONDICIÓN INDISPENSABLE per a la nostra felicitat. Els objectes dels nostres desitjos poden ser coses materials: roba, cotxes, cases, etc; o immaterials: qualitats que pensem que no tenim i que veiem CLA-RI-SSI-MA-MENT en altres persones i de les que ens agradaria ser posseïdors. Molt probablement aquestes qualitats ja les tenim i, pel que sigui, no ens atrevim a veure-les. En aquest punt hauríem de veure quins auto-sabotatges ens imposem: culpabilitat, baixa autoestima, pors...

Així mateix podem aferrar-nos a idees de futur: quan jo tingui tal cosa o quan jo sigui de tal manera, seré feliç. Aquí és interessant saber que el futur no existeix ni existirà mai.

Per últim, dins d'aquest procés de recerca de la felicitat hauríem de preguntar-nos què significa per nosaltres CONCRETAMENT ser feliç. I això sí que per a cada persona pot



i ha de ser diferent. Per a algunes persones la felicitat va lligada a estrenar abric cada temporada i per a d'altres a ser útil a persones més desfavorides. Ambdues són igual de legítimes. I n'hi ha moltes més, cadascú ha de descobrir la seva. Un cop descobert què creiem que és per a nosaltres en concret ser feliç hem de buscar les eines necessàries per anar en aquella direcció, les que calguin. Les eines estan al teu abast, dins teu o amb les persones que t'envolten. Fes-les servir, agafa-les, demana-les i, si no saps com funcionen, demana a algú que en sàpiga que t'ajudi.

Sovint, en aquest camí que encetem amb tanta il·lusió (i por) per trobar la felicitat



MERESCUDA, de la que tot ésser humà en té dret intrínsecament, ens adonem que allò que ens era tan necessari per ser feliços no ho és tant, i que d'altres camins ens omplen més o ens criden més l'atenció. L'objectiu final perd força i la FELICITAT ens sorprèn 'en bata i sense pentinar' quan menys ens ho esperàvem, just en el mateix moment que ens decidim a fer una nova passa endavant.

Târâ

Gener 2011