

Feliç com un anís

Dg, 15/01/2017 per Anna-Bel Carbon...

[Sini](#)

Una vegada vaig sentir una mestra que referint-se a un infant, deia que era "més feliç que un anís". No havia sentit mai aquella expressió i em va fer pensar en la simplicitat, en l'espontaneïtat, en la seva genuïna despreocupació, en la petitesa i els moments dolços en què viuen els infants si se senten estimats i segurs.

La felicitat no es viu de la mateixa manera en totes les etapes i circumstàncies de la vida, de vegades molt dures. S'adapta i es transforma, i sempre roman en la certesa personal. Com adults tendim a qüestionar-nos, a mirar de definir conceptes que sovint són abstractes i difícilment delimitables. La vida no és una línia recta, ni tan sols un cercle perfectament rodó i tancat. La vida és un seguit de corbes, giravoltes, camins que a vegades ens fan avançar i d'altres tirar enrere i, en conseqüència podem dir que no existeix manual de la felicitat donat que aquesta no és quantificable ni mesurable ni es pot predeterminedar. La felicitat com a terme i fita de la humanitat és un abstracte difícilment descriptible, un sentiment, una plenitud de vida que cada persona descobreix des del seu ser.

La felicitat neix dins nostre, tot i que ens entestem a caure en l'error de cercar-la en l'èxit professional, en la família perfecte, en béns materials, en el reconeixement dels altres, etc. El model social de felicitat és la màscara que sovint utilitzem de cara en fora, la que ens "imposa" la societat del moment i que reproduïm mimèticament, però que si ens el qüestionem, sovint trobarem buit de valors, de contingut i, alhora ple d'emocions que ens fan sentir bé aparentment però no de veritat.

La felicitat és un estat d'ànim que afecta el nostre ésser, la nostra manera de ser i d'encarar la vida. La felicitat no és estàtica, sinó dinàmica, creix amb tu i amb les teves experiències, en com les vius i com les comparteixes, perquè és un dinamisme que et fa ser amb els altres, que es viu enmig de les petites coses de la vida quotidiana.

La felicitat és estimar des del que som, la netedat de cor, la coherència personal, la noblesa en l'actitud, la proximitat en el fer... i sorgeix quan exercim la nostra llibertat sense ferir la felicitat de l'altre perquè el reconeixem i busquem el seu bé.

La felicitat no es ven ni es compra en cap botiga, se cerca i es conrea des de l'honestedat, des del no fer el que no volem, des de la veritat, des de l'alegria, el sentit de la vida, des de l'acceptació de qui som i com som que a vegades comporta allunyar-nos de la imatge que tenim de nosaltres mateixos.

Cadascú té la seva pròpia definició de felicitat que neix del cor, de la serenor d'esperit, del saber que la vida és una passa i una altra que no fas sol sinó amb els altres, amb els més propers i amb la resta de la humanitat. Com diu Flavia Company en la novel·la "Haru": "cada dia és una vida sencera" i cada dia el despertem cercant sentir-nos bé.

Qui de debò està tranquil amb si mateix sent aquest benestar interior que podem anomenar de moltes maneres. Podríem dir que hi ha tantes definicions de felicitat com persones, o expressat d'una altra manera, sols hi ha una felicitat, aquella que

cadascú de nosaltres reconeix com a tal.