
Matutina para Mujeres, Lunes 28 de Junio de 2021

Descripción



[Escuchar Matutina](#)

Persiguiendo la felicidad

¿Parecemos tristes, pero siempre estamos contentos; parecemos pobres, pero enriquecemos a muchos; parece que no tenemos nada, pero lo tenemos todo? (2 Cor.

6:10).

Estaba allí, sentado en la vereda, jugando con una cajita de cartón. Lo vi absorto en su juego. En un instante mágico, la cajita se convirtió en un avión que volaba sin cesar. Miré su carita sucia y sus pies descalzos, y concluí que estaba feliz, pleno y satisfecho, aun en medio del polvo y la basura.

Algunos definen la felicidad como un estado de ánimo, donde las emociones predominantes son la alegría, la euforia, el placer y el bienestar, y son muchos los que se desgastan emocional, física y financieramente tratando de sentirse así. Las satisfacciones materiales, la gratificación de los sentidos, y un elevado estatus social y económico parecen ser, para algunos, el requisito indispensable para ser feliz. Sin embargo, ser feliz es una condición que va más allá de lo que uno tiene; de hecho, me atrevo a decir que no tiene mucho que ver con lo que uno tiene, sino con lo que uno es.

Ser feliz es un estilo de vida al que todos podemos aspirar y que podemos poseer. Es una condición interna y personal que depende de la valoración que hacemos del entorno en el que nos movemos.

Escribió Viktor Frankl: «En realidad la persecución de la felicidad es lo que nos impide ser felices; cuanto más la convirtamos en el objetivo de la vida, tanto más se alejamos de nosotros». Dicho en otras palabras: la felicidad no se busca; simplemente llega a nuestra vida cuando desarrollamos las condiciones y las actitudes para que la semilla del gozo se siembre en la mente y en el corazón.

Algunas de estas actitudes que conducen hacia la felicidad son:

- El agradecimiento. Ser agradecidas con Dios por las bendiciones que nos da y por la presencia de personas buenas, amorosas y tiernas que nos rodean.
- La bondad. Hacer actos de bondad en beneficio de otros sin que ellos lo sepan. Esto incluye a las personas, los animales y la naturaleza. Un bien otorgado es un bien recibido.
- El perdón. Perdonar a quienes nos han ofendido, así como Dios nos perdona a nosotras y borra de su vista nuestras faltas.
- Las cosas sencillas. Disfrutar de las cosas simples de la vida como el canto de un ave, los días de sol, los días nublados, el abrazo de un amigo, la sonrisa de un niño, etcétera.

Hoy es el día para comenzar a ser feliz.