



24 LA HORA

TEMAS

Santiago de Chile Lunes 26 de Enero de 2004

La felicidad está esperando...

BARBARA PETIT

Uno de los estados que más persigue el ser humano es el de la felicidad, una sensación subjetiva que siempre ha resultado ser un tanto escurridiza, un verdadero enigma. Pero en una sociedad competitiva, llena de compromisos sociales, donde el tiempo se vuelve cada vez más escaso, en lugar de lograr un estado de felicidad

aparecen las fatigas, las depresiones, el estrés y una serie de patologías.

¿Cómo alcanzar la verdadera felicidad? El filósofo Darío Salas Sommer, quien ha escrito numerosos libros de autoayuda bajo el seudónimo de John Barnes, dice que la felicidad es un estado difícil de conseguir debido a que "las personas tratan de buscarla en lo mate-

rial. Por esto que se siente un vacío, debido a la temporalidad de las cosas materiales, siendo una falsa idea de felicidad". Asegura que la verdadera felicidad solo se puede obtener con la paz interior.

Sommer, célebre científico filonómico de la Academia Russa de Ciencias, también señala que "uno de los puntos que más nos desdibujan en la búsqueda de la felicidad es la propia desorientación, una actitud chilena que valoriza todo lo extranjero, olvidando lo propio y autóctono".



El verdadero camino al éxito

● La definición de éxito, según Darío Salas Sommer, es el buen equilibrio entre lo espiritual y lo material. Lo material es necesario para el desarrollo y bienestar físico, pero sin olvidar la vida interior de la persona.

● Es un conjunto de equilibrios que finalmente permiten alcanzar las metas y logros para afrontar problemas y emprender nuevas tareas. Una satisfacción que nos traerá alegría a nuestra vida.

● El libro Técnicas de Hipnoscencia para el Éxito Personal, de John Barnes, señala que "el individuo necesita ser respetado por los demás y por sí mismo. Es indudable que el autoconocimiento es uno de los pilares más importantes del triunfo".

No hagas a los demás lo que no quieres que te hagan

Salas Sommer asegura que hay que ser comprensivo con la gente, siempre tratar de dar lo mejor de sí. "Cuando la gente es muy egoísta le cuesta más encontrar la felicidad. Hay que romper con el individualismo exagerado que nos tiene divididos en Chile", asevera. Según el experto la cita de Confucio: "No

hagas a los demás lo que no quieres que te hagan", es clave a la hora de buscar la felicidad. Afirma que, las personas que tratan demasiadas exigencias con la vida no pueden ser felices, debido a que condicionan las situaciones, se preocupan siempre de las cosas que reciben de los demás y no de lo que entregan.



Claves

para triunfar

Según Darío Salas para lograr éxito en la vida es necesario:

- Ser optimista.
- Hacer una cosa a la vez.
- No pretender ganar siempre.
- No aislarse de la gente, tratar de hacer algo por los demás.
- No criticar a la gente, tratar de comprenderla.
- Evitar el ocio y el soñar despierto.
- Ser paciente y tolerante.
- Ser ordenado.
- Desahogarse.

La felicidad está esperando [artículo] Barbara Petit.

Libros y documentos

AUTORÍA

Petit, Barbara

FECHA DE PUBLICACIÓN

2004

FORMATO

Artículo

DATOS DE PUBLICACIÓN

La felicidad está esperando [artículo] Barbara Petit.

FUENTE DE INFORMACIÓN

[Biblioteca Nacional Digital](#)

INSTITUCIÓN

[Biblioteca Nacional](#)

UBICACIÓN

Avenida Libertador Bernardo O'Higgins 651, Santiago, Región Metropolitana, Chile