

**GENITORI,**

la giusta attenzione della famiglia verso i figli è uno degli antidoti (= rimedio) contro l'infelicità.

Nei vocabolari la felicità è definita come...

...la condizione di chi è pienamente appagato nei suoi desideri. La psicologia la descrive *come condizione di benessere derivante dall'assenza d'insoddisfazione e dal piacere connesso alla realizzazione di un desiderio.*

Per chi non si lascia vincere dalle avversità, la felicità si identifica con l'agire bene, con l'avere la coscienza tranquilla.

Oggi la gioia sembrerebbe semplice da ghermire (= afferrare all'improvviso), almeno secondo alcune voci: per la pubblicità «*felicità è avere una cucina componibile, è successo, è potere.*»

Eppure, nonostante le "cucine componibili" o i telefonini per sentirsi al centro del mondo, le ricerche ci descrivono come insoddisfatti e sempre meno felici.

La felicità colora davvero la nostra vita di gioia!

da: *mondo erre*, rivista mensile, Elledici, articolo di VALERIO BOCCI
Coordinamento redazionale di Angelo Santi, ex-allievo salesiano

 Don Bosco Ti Parla...

SCARICA ALTRE SCHEDE DA
www.ilgrandeducatore.com

serie
GIOVANI, CAMPIONI DI VITA

Supplemento della rivista "Educatori di vita"
ilgrandeducatore@gmail.com



E tu, sei felice?

**CHE COSA CI RENDE VERAMENTE FELICI?
E PERCHÉ ALCUNI
NON RIESCONO AD ESSERLO?**

Essere aperti agli altri e altruisti rende felici. Mentre essere troppo ambiziosi è una seria minaccia alla nostra felicità.

Fotografie e immagini non firmate sono dell'Archivio SDB.
Le foto sono di repertorio e non si riferiscono alle persone di cui si parla.

OGGI il mal di vivere colpisce non solo gli adulti, ma perfino i ragazzi: un giorno viaggiano *su di giri*, un altro con le *gomme a terra*. In quest'altalena di euforia e di delusioni, i momenti-no finiscono per occupare sempre più spazio a danno degli attimi di serenità.

☹ Che cos'è che frena la corsa dei ragazzi alla felicità? Sono diverse le cause che spengono lentamente il loro sorriso di soddisfazione:

- ✓ i primi "attentati" si compiono proprio dentro casa: sui figli ricadono le tensioni e i colpi di testa dei genitori; e così
- ✓ il nido caldo familiare, si trasforma nel gelido atrio d'una stazione, con inquilini in partenza ed in arrivo a tutte le ore; e di conseguenza
- ✓ il dialogo si fa difficile e le parole vengono rimpiazzate dai lunghi "testa a testa" con la televisione, i videogiochi e il computer; così infine
- ✓ lentamente si spegne il clima della festa e con esso anche la voglia di sorridere dei ragazzi...

☹ Un altro nemico, che soffoca la pianta della felicità, si nasconde dentro il proprio 'io'. Infatti:

- ✓ sono sempre più numerosi i giovani che non sanno accettarsi per ciò che sono e per quello che hanno;
- ✓ si sentono le brutte copie dei modelli imposti dalla pubblicità e dalla cultura del look.

COME APPRODARE ALLA FELICITÀ

Fortunati o meno, in fase di avvio diventa subito decisivo l'atteggiamento che ognuno ha verso la vita: **gli ottimisti sono più contenti dei**



«La prima felicità di un fanciullo è di sapere di essere amato».

(Don Bosco)

pessimisti e anche quando navigano in acque pericolose **riescono a non perdere la bussola**. E questa visione positiva della vita si traduce in una serie di fatti concreti:

😊 Accettare se stessi: è il minimo sul quale si può costruire **il... massimo**

della felicità: vuol dire avere una giusta stima di se stessi e piazzarsi davanti allo specchio, questa volta non per piangersi addosso, ma per cantare la bellezza della vita.

😊 Sentirsi vivi: chi sa cogliere l'attimo fuggente apprezzando ciò che ha e **interpreta al meglio quello che sta facendo ora**; la felicità futura deve ancora venire e deve conquistarsela!

😊 Insieme agli altri: la felicità non è una coppa di gelato da gustare da soli, ma una torta da mangiare in compagnia; come l'amicizia: **si moltiplica solo dividendola con più persone possibili!**

😊 Ripartire sempre: arrivano i giorni neri in cui tutto sembra andare storto. Viene voglia di "appendere la bici al chiodo", chiudersi in se stessi e lasciarsi andare a pensieri tristi. Invece, **con la spinta di persone di fiducia** si può risalire di nuovo in sella e ricominciare!

😊 Sentirsi a posto: ...con la propria coscienza. Pochi sanno di avere in dotazione questo "accessorio"!

😊 Seguire una ricetta speciale: l'ha inventata un Tipo davvero unico, che conosceva bene il cuore umano e la sua sete di vita. È **Gesù**, che ha rivelato la "Sua" formula della felicità: cioè coloro che sapranno **trovare il segreto della gioia vivendo come Lui**,

- ✓ portando la pace,
- ✓ diffondendo la non violenza,
- ✓ stando vicini a quelli che soffrono,
- ✓ lottando per la giustizia! **educare**

Se le persone si limitassero a cercare la propria felicità, senza volere l'infelicità degli altri, potremmo avere il paradiso terrestre.