



A che punto ti metteresti?

1. Se potessi scegliere il tuo posto su una scala che va dall'uno al dieci, dove l'uno indica fatica, lotta e realizzazioni, successi straordinari, e dieci agi, serenità e nessun successo, a che punto ti metteresti? Perché? E dove ti trovi, adesso?
2. Se una sfera di cristallo ti rivelasse la verità su una sola cosa che riguarda te, la tua vita, il tuo avvenire o qualsiasi altro argomento, che cosa vorresti sapere?
3. Che cosa ti piace di più nella tua vita? E che cosa ti piace di meno?
4. C'è qualcosa che giudichi troppo serio per scherzarci sopra? E che cos'è?
5. Quali sono i desideri che coltivi più frequentemente dentro di te? Che cosa ti fa veramente felice?
6. La fede ha qualcosa a che fare con la felicità? La "felicità eterna" ha davvero significato per te o è qualcosa che si dice "per finta e consolazione"?

 Don Bosco Ti Parla...

SCARICA ALTRE SCHEDE DA
www.ilgrandeducatore.com

Coordinamento redazionale di Angelo Santi, ex-allievo salesiano

SCHEDA

68

VERDE

serie
GIOVANI, CAMPIONI DI VITA

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

Che cosa ci rende veramente felici? E perché qualcuno non riesce a esserlo?

LA felicità

SE SIAMO FELICI, NOI ABBIAMO TUTTO;
SE NON LO SIAMO,
FACCIAMO DI TUTTO PER ESSERLO.

Essere aperti agli altri ed altruisti rende felici.

Mentre avere aspirazioni troppo elevate ed essere molto ambizioso sono una 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.

La felicità

MA COS'È LA FELICITÀ?
Cosa ci rende veramente gioiosi?
E perché alcuni giovani non riescono a esserlo?

Dipende da cosa accade loro o dal modo in cui vivono ciò che avviene?

Facciamoci chiarire la questione da chi ha riflettuto sulla felicità molto tempo fa, con la perspicacia del suo pensiero.

COME COLORARE LA NOSTRA VITA DI GIOIA.

✓ 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.
- ✓ Secondo la **DICHIARAZIONE D'INDIPENDENZA DEGLI STATI UNITI**, la ricerca della felicità è addirittura un diritto inalienabile che il Creatore ha donato agli uomini.

Che sia o no un diritto inalienabile, è certo che ciascuno vorrebbe inondata la propria vita di gioia.

Oggi, invece, la gioia sembrerebbe semplice da ghermire, almeno secondo alcune voci.

- ✓ Per la **PUBBLICITÀ** «felicità è avere una cucina componibile, è successo, è potere». Eppure, nonostante le cucine componibili, i telefonini per sentirsi al centro del mondo e gli smalti verdeazzurri, le ricerche ci descrivono come insoddisfatti e sempre meno felici.

Come colorare davvero la nostra vita di gioia? La psicologia ha tentato di dare delle risposte.

GLI ALTRI RENDONO FELICI. Non sembrano esserci dubbi. Si è felici soprattutto per i rapporti sociali che riempiono l'esistenza. Un aumento dei contatti sociali, sostiene **Michael Argyle**, docente di psicologia sociale, accresce la gioia: «*Tamponano gli effetti dello stress, aumen-*

tando l'autostima, eliminando le emozioni negative e fornendo aiuto nella soluzione di problemi».

In particolare sono i rapporti più intensi, come l'amore coniugale, il legame tra genitori e figli, l'affetto dell'amico più caro, a garantirci più letizia.

NON NEGARSI LA FELICITÀ. La felicità dipende dal modo di descrivere, interpretare e spiegare cosa ci succede. Una visione ottimistica colma il cuore di felicità. Ma è nefasto non rispettare l'antico proverbio «*prima il dovere, poi il piacere*».

Vivere in una società complessivamente più felice rende, nei tempi lunghi, più felici anche i singoli individui che vi partecipano.

Come si arriva a tanto? **Avendo fiducia anche in chi non ha fiducia in noi.**

Ma dove la psicologia si ferma, è la spiritualità a consegnarci le chiavi per la gioia.

Nelle Beatitudini Gesù dice: «*Beati voi, poveri: Dio vi darà il suo regno. Beati voi che ora avete fame: Dio vi sazierà.*

Beati voi che ora piangete: Dio vi darà gioia.

Beati voi quando gli altri vi odieranno, quando parleranno male di voi e vi disprezzeranno come gente malvagia perché avete creduto nel Figlio dell'uomo.

Quando vi accadranno queste cose siate lieti e gioite, perché Dio vi ha preparato in cielo una grande ricompensa». **educare**

La gioia vera, ed eterna, si trova nell'aprirsi pienamente all'amore degli altri e di Dio.

