27/12/2022

ECONOMIST&JURIST

Redacción

Los siete hábitos de las personas felices

La vida, la libertad y la búsqueda de la felicidad aparecen como derechos inalienables en la **Declaración de Independencia Americana**. “Derecho a buscar la felicidad” … no a alcanzarla…pero ¿es que realmente se puede alcanzar? Nos pasamos la vida buscando la felicidad y, cuando finalmente la encontramos, estamos un rato con ella y la dejamos escapar. Porque la felicidad no está hecha para retenerla. Porque nosotros sí estamos hechos para vivir en búsqueda constante: el eterno escondite que rige nuestra vida.

Nuestras emociones son mixtas, desordenadas, caóticas. Ciertos estudios han mostrado que las emociones y los afectos positivos y negativos pueden coexistir en el cerebro y ser relativamente independientes el uno del otro. Básicamente, lo que la biología nos dice es que un **mantener un estado de felicidad de forma permanente en el tiempo es una quimera.** Lo que tenemos en la

vida son momentos de felicidad.

La felicidad plena se nos presenta como una meta desde nuestra infancia: el clásico
...

SUSCRÍBETE > para una conversión completa a PDF |