

# ¿Es posible celebrar el Día Internacional de la Felicidad?



Ilustración: Carmen Cañizares

Los endocrinólogos y neurocientíficos definen la felicidad como un proceso biológico-romántico determinado por cuatro neurotransmisores cerebrales: dopamina, endorfina, oxitocina y serotonina. Estos son los que generan bienestar en el ser humano. El sentimiento de felicidad, se manifiesta de distintas maneras en cada persona, pero no deja de ser una fuerte sensación de plenitud que en un momento determinado, abraza a todos por igual. El 20 de marzo se celebra el **Día Internacional de la Felicidad** para conmemorar su importancia en el desarrollo y bienestar de todos los seres humanos.

La celebración del Día Internacional de la Felicidad decretada por la Organización de las Naciones Unidas (ONU) en el 2012, tiene un significativo origen que se remonta al Reino de Bután. Se trata de un pequeño país al sur de Asia, que desde 1970 reconoce el valor de la felicidad sobre los ingresos nacionales. Por ello, inventaron el concepto de **Felicidad Nacional Bruta (FNB)** en lugar de Producto Interno Bruto. La FNB se calcula por:

el bienestar psicológico, el uso del tiempo, la vitalidad de la comunidad, la cultura, la salud, la educación, la diversidad ambiental, el nivel de vida y el gobierno.

El mundo moderno y sus líderes deben enfocarse en un mejor nivel de vida para todos, donde la igualdad y el bienestar colectivo, se conviertan en una realidad cotidiana. En ese sentido Ban Ki-moon, Secretario General de la ONU 2015, proclamó: “Uno de los principales fines es que todas las familias sean felices. Paz, prosperidad y vida digna para todos: eso es lo que buscamos. Queremos que todos los hombres, mujeres y niños disfruten de todos sus derechos humanos. Queremos que todos los países experimenten el placer de vivir en paz.” para generar bienestar y felicidad en todos los habitantes del planeta:

- Erradicar la pobreza
- Reducir la desigualdad en el mundo
- Cuidar y proteger el planeta

La felicidad hoy día, está seriamente amenazada, pues vivimos tiempos de crisis en muchos sentidos. Por ello, el camino hacia la felicidad requiere valores fundamentales como equidad, amabilidad, compasión. Esta celebración, es una oportunidad para entregar un mensaje de esperanza y solidaridad que nos recuerde que debemos trabajar más que nunca por el bienestar y la felicidad colectiva. Desde la Fundación Propagas, comprendemos la necesidad de incluir en la agenda educativa propuestas de Educación Socioemocional como estrategias para la construcción de metas de bienestar social y contribuimos al alcance de las mismas.

El 20 de marzo del 2022, encuentra al mundo en tiempos de crisis sanitaria y económica y un planeta devastado. Vivimos una realidad socioeconómica y ambiental que tiende a disminuir el bienestar y la felicidad de todos. Te invitamos a celebrar este Día Internacional de la Felicidad con acciones personales y colectivas que favorezcan la preservación de la vida y de nuestros recursos naturales. Además esta fecha se celebra en la misma semana que

recordamos el Día Internacional de los Bosques y el Día Mundial del Agua, dos recursos indispensables para la vida en el planeta. Unamos acciones y voluntades para reafirmar nuestro compromiso con la protección de la naturaleza: fuente de vida y felicidad para todos.

*Redactado por Nelson Liriano*

*¿Quieres tener más información?*

*Escríbenos a:*

*info@fundacionpropagas.do*

