



# Proyecto UNAM

Texto: **ROBERTO GUTIÉRREZ ALCALÁ**  
—robargu@hotmail.com—

# LA FELICIDAD: ¿CÓMO SE MIDE Y SE ALCANZA?

Desde siempre se ha vinculado al bienestar, y éste ha estado asociado, durante mucho tiempo, al Producto Interno Bruto per cápita. No es un concepto universal

Cada año, la Organización de las Naciones Unidas (ONU) publica el Informe Mundial de la Felicidad, cuyos resultados se obtienen a partir del análisis de los siguientes factores: el Producto Interno Bruto (PIB) *per cápita*, el apoyo social, la esperanza de años de vida saludable, la libertad para tomar decisiones vitales, la generosidad y la percepción de la corrupción.

El informe correspondiente a 2023 concluyó que los cinco países más felices del mundo son: Finlandia, Dinamarca, Islandia, Israel y Países Bajos. En cuanto a México, ocupa el sitio número 36.

En opinión de Boris Maraño Pimentel e Hilda Caballero Aguilar, investigadores del Instituto de Investigaciones Económicas de la UNAM y especialistas en el tema, la felicidad, definida por el diccionario de la Real Academia Española como un estado de grata satisfacción espiritual y física, no es un concepto universal, ya que depende de la cultura, la historia, las relaciones sociales y, sobre todo, la escala de valores de cada lugar.

“Eso, por un lado. Por el otro, hemos encontrado en nuestras investigaciones que la felicidad se relaciona con aspectos no sólo materiales, sino también subjetivos, por ejemplo, qué es lo que nos interesa y produce satisfacción en la vida. Así, desde nuestro punto de vista, al examen de la felicidad necesitamos incorporar la forma específica en que vivimos. En ese sentido, lo central para nosotros es saber si la forma en que vivimos tiende a la horizontalidad, o sea, al respeto de la vida humana, de la vida de la Madre Tierra y de la interculturalidad. Porque hay muchas culturas que no son occidentales, pero están marginadas. Por lo tanto, una felicidad monocultural u occidental es insuficiente, pues deja fuera otras maneras de felicidad que, en términos afectivos más que materiales, están vigentes en otros lugares del planeta”, señala Maraño Pimentel.



Este año, México ocupó el sitio número 36 entre los países más felices del mundo.

## Contradicciones

Desde siempre, la felicidad se ha vinculado al bienestar, y éste ha estado asociado, durante mucho tiempo, al PIB *per cápita*. Sin embargo, en el Reino de Bután se creó en 1972 un índice de felicidad en el que también se tomaba en cuenta la salud, la educación, las relaciones sociales, etcétera.

“El PIB *per cápita*, lo material, es importante, pero no lo único que debe considerarse a la hora de medir la felicidad. Por eso, la iniciativa del Reino de Bután fue tan valiosa en su momento. Hoy en día, además de la salud, la educación, las relaciones sociales, las relaciones con el medio ambiente..., habría que incluir la participación en la toma de decisiones, ya que es fundamental para que una persona sienta que está viviendo bien y experimente satisfacción y felicidad”, indica Caballero Aguilar.

Al PIB *per cápita*, el Informe Mundial de la Felicidad de la ONU le sumó el apoyo social, la esperanza de años de vida saludable, la libertad para tomar decisiones vitales, la generosidad y la percepción de la corrupción como factores de análisis.

“Este año, Finlandia fue catalogado como el país más feliz del mundo. Con todo, hay algunas contradicciones en este informe. Por ejemplo, Israel ocupa el cuarto sitio. Pero ahí, en Medio Oriente, se vive el drama palestino. Entonces surge una pregunta: ¿cómo puede ser feliz un

país como Israel que ha despojado a los palestinos de su tierra?”, dice Maraño Pimentel.

## Suficiencia

Algo que llama la atención del Informe Mundial de la Felicidad 2023 de la ONU es que los países nórdicos (Finlandia, Dinamarca e Islandia) son los que ocupan los tres primeros lugares.

Al respecto, Caballero Aguilar comenta: “No es una casualidad que estos países sean socialdemócratas, hayan desarrollado y consolidado la idea del estado de bienestar y establezcan otro tipo de relaciones sociales y con los ecosistemas. En ellos, por supuesto, también hay corrupción y gente que corre detrás del dinero, pero la corrupción y la acumulación desmesurada de capital no son bien vistas, lo cual les permite entender la felicidad de otra manera. Estos países han aprendido a vivir a partir de la suficiencia y no de la escasez, concepto impuesto por la economía que dicta que tenemos que producir, consumir, competir y acumular más porque todo escasea.”

De acuerdo con Maraño Pimentel, también en las culturas no occidentales impera la suficiencia. Ahí no se busca tener por tener, como sucede en nuestra sociedad. Ahí se dice: “Tomaré lo que necesito, tra-

## BORIS MARAÑO PIMENTEL

Investigador del Instituto de Investigaciones Económicas de la UNAM

**“Desde nuestro punto de vista, al examen de la felicidad necesitamos incorporar la forma específica en que vivimos”**

bajaré las horas que requiero y después haré otras actividades.”

“En muchas comunidades no occidentales sólo trabajan cuatro o cinco días porque están convencidas de que deben cuidar su tejido familiar y comunitario. Por eso no se dedican únicamente a trabajar. Para ellas, la suficiencia significa aprovechar todo lo que tienen y no dejar su vida anclada a un empleo y un salario. Así, desarrollan sus capacidades, sus saberes, su productividad. De ahí que su idea central sea hacer e intercambiar, en vez de comprar y acumular. Esta idea está asociada a otra manera de entender la felicidad. No persiguen la felicidad de la acumulación”, agrega.

## Solidaridad y reciprocidad

Basados en sus investigaciones, los investigadores universitarios han llegado a la conclusión de que es ne-

cesario cambiar el sentido de la organización de la vida en sociedad.

“Si revisamos cualquier política pública, proyecto, investigación, acuerdo internacional..., veremos que el sentido de la organización de la vida en sociedad se orienta desde hace mucho tiempo a la acumulación y la reproducción de capital. Nosotros decimos que ese sentido debe cambiar y orientarse a la reproducción ampliada de la vida en general, esto es, de la vida humana y de la no humana. Las catástrofes que estamos viviendo obedecen a que hemos perdido la sensibilidad de las relaciones que algunas comunidades mantienen con la Madre Tierra. Podemos destruirla, contaminarla, erosionarla, y no sentimos ninguna culpa. Entonces necesitamos romper con el individualismo extremo que prevalece actualmente y establecer relaciones de complementariedad e interdependencia entre nosotros mismos, así como con otros seres vivos y la Madre Tierra. Necesitamos también entender que no podemos estar bien si quienes nos rodean y lo que nos rodea no están bien. En suma, necesitamos concebir la felicidad desde otras formas de bienestar”, afirma Caballero Aguilar.

A decir de Maraño Pimentel, nuestro mundo está demasiado materializado, instrumentalizado y do-

minado por el egoísmo, la acumulación y el imaginario del desarrollo. Por lo tanto, cree que cualquier medición de la felicidad debería partir de un aspecto central, que es la cooperación entre los humanos.

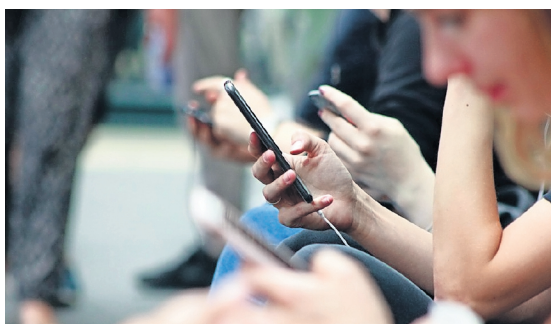
“Esto nos lleva a un par de principios: la solidaridad y la reciprocidad. Si rescatamos la idea de cooperación, de trabajo individual-colectivo, así como la solidaridad y la reciprocidad, le estaremos dando más importancia ya no a lo material, sino a lo afectivo expresado a partir de la preocupación por los demás y la Madre Tierra. Si nos planteamos la vida desde la afectividad, tendremos que invertir los valores, o sea, pasar de lo individual y lo egoísta a lo colectivo y lo solidario, y preocuparnos por la vida en su conjunto.”

## “Buenos vivires”

Con base en el movimiento de la sociedad y de lo que llaman “buenos vivires”, los investigadores de la UNAM están construyendo una serie de esfuerzos, experiencias y propuestas para acercarnos más a la *eudaimonía* (“felicidad”, en griego).

“Aspectos objetivos como la salud, la educación, el hábitat, el trabajo, el tiempo libre, la participación y la libertad son imprescindibles. Pero los ‘buenos vivires’ plantean otros aspectos que tienen que ver con estar en paz con nosotros mismos y con la posibilidad de practicar la contemplación y el ocio, los cuales están mal vistos en nuestra sociedad. Estos aspectos subjetivos nos permitirían recobrar el equilibrio y la armonía individual, social y ecológica. Recordemos que un mundo tan racional como el nuestro considera que se debe dejar a un lado lo bueno y lo bello para buscar sólo lo verdadero. Según esta visión, si una comunidad no explota los recursos naturales que tiene a su alrededor, es irracional. Necesitamos recuperar lo afectivo, nuestra espiritualidad, y evaluar cómo nos comportamos y relacionamos con los demás y nuestro entorno”, apunta Caballero Aguilar.

“Estados Unidos padece en la actualidad una crisis sanitaria por el fentanilo que mata a casi 200 personas al día. ¿Por qué una sociedad como la estadounidense, con un alto PIB *per cápita*, requiere tanta droga? Este drama de nuestra época nos muestra que la felicidad no es lo que nos han dicho que es: consumismo, producción, endeudamiento excesivo... El mundo indígena nos enseña que la vida no es sólo razón, sino también sentimiento. Los indígenas hablan de *sentipensar*, de *co-razonar* la vida y las decisiones, algo que nosotros no sabemos hacer porque siempre estamos desgarrados. Una vida nueva, una nueva concepción y práctica de la felicidad tendría que incluir la igualdad social para todos y el respeto a la Madre Tierra”, finaliza Maraño Pimentel. ●



## Uno de los países donde más se usan las redes sociodigitales

De acuerdo con Luis Ángel Hurtado Razo, académico de la Facultad de Ciencias Políticas y Sociales de la UNAM, México se ubica entre los primeros cinco países donde más se usan las llamadas redes sociodigitales. “Esto es preocupante, porque significa que ahí nos informamos los mexicanos y no por otros medios, como la prensa, la radio o los libros”, señaló.

## Instalan jardines de polinizadores en entidades académicas

Especialistas de la Coordinación Universitaria para la Sustentabilidad de la UNAM instalaron cuatro jardines de polinizadores en la Facultad de Psicología, el Colegio de Ciencias y Humanidades Sur, la Escuela Nacional de Trabajo Social y la Escuela Nacional de Estudios Superiores Juriquilla. Así, abejas, abejorros, avispas e incluso murciélagos podrán obtener alimento en ellos y, por lo tanto, continuar su tarea polinizadora. En el último cuatrienio se perdieron mil 600 millones de abejas en el país, lo cual trajo graves repercusiones en la polinización y la producción de miel.



## Elaboran alimentos con residuos de huauzontle y xoconostle

Especialistas del Laboratorio de Poscosecha de Productos Vegetales de la Facultad de Estudios Superiores Cuautitlán de la UNAM elaboran un queso vegano a partir de desechos de huauzontle y botanas con cáscaras de xoconostle. Ambos productos prehispánicos del campo mexicano contienen propiedades nutritivas básicas y son ricos en vitaminas, minerales y fibra.

