



Expertos internacionales consideran que la felicidad es "una cuestión de actitud, genética y esfuerzo"



MADRID, 26 Oct. (EUROPA PRESS) –

Los filósofos Luis Arbea y Javier Sábada y el psicólogo Javier Urra consideran que la felicidad es "una cuestión de actitud, genética y esfuerzo", al tiempo que Urra ha explicado que "hay que proponerse ser felices, creer en uno mismo y aceptar las cosas tal y como vienen", durante el I Congreso de la Felicidad, organizado por el Instituto Coca-Cola de la Felicidad.

Así, la profesora de Psicología de la Universidad de California Sonja Lyubomirsky, desgranó cuáles son las principales fuentes de la felicidad de las personas. Según comentó, "un 50 por ciento de la felicidad depende de la genética, que las circunstancias que se eligen para la vida --como el matrimonio o el trabajo-- suponen un 10 un por ciento y que el 40 por ciento restante reside en la naturaleza interna de las personas, es decir, depende de sus comportamientos o sus pensamientos".



Además, durante la celebración del evento, al que asistieron unas 600 personas, según la organización, el cardiólogo Valentín Fuster afirmó que la disposición hacia la felicidad de los adultos se forja durante los seis primeros años de vida. "Mantener una actitud positiva ante la vida depende del factor genético y del ambiente en el que uno crece en sus primeros años de vida, porque es en este período en el que se construye el estado anímico de la persona", señaló Fuster.



Expertos internacionales consideran que la felicidad es "una cuestión de actitud, genética y esfuerzo"



Por otro lado, el Honorable Primer Ministro de Bután, Lyonchhen Jigmi Thinley, hizo un llamamiento acerca de la necesidad de cambiar el modelo de crecimiento económico vigente ya que, a su juicio, es el responsable de la crisis actual y del "rápido" consumo de los recursos naturales. Además, Thinley recordó a los asistentes que el Gobierno de su país apostó por medir el bienestar en base a la felicidad y no al Producto Interior Bruto (PIB), un tipo de medida que, en su opinión, "es peligroso".

"DEPENDE DE CADA UNO BUSCAR SU PROPIA SALIDA"

Otro de los ponentes, Gustavo Zerbino --que sobrevivió al accidente aéreo de los Andes que inspiró la película 'Viven'-- habló de la importancia de superar los problemas y aconsejó al público hacerlo de la siguiente manera: "En la actualidad, las personas piensan que las soluciones a sus problemas llegan de fuera, sin embargo, depende de cada uno buscar su propia salida. Ni mis compañeros en el vuelo que se accidentó en los Andes ni yo hubiéramos sobrevivido si hubiéramos pensado que nos iban a rescatar", señaló.



La alpinista Edurne Pasabán, que también participó en las ponencias, declaró que después de diez años escalando montañas sabe que "ha merecido la pena tanto dolor", que ha aprendido a caerse y a levantarse, así como a comprender el fracaso porque, a su juicio, "la vida no es fácil, ni ser feliz tampoco".

Si quieres saber más sobre el Instituto de Felicidad Coca-Cola, ingresa a:

<http://www.institutodelafelicidad.com/>

Europa Press, 2010. "Expertos Internacionales consideran que la felicidad es "una cuestión de actitud, genética y esfuerzo". 26 Octubre 2010

<http://www.europapress.es/epsocial/rsc/noticia-expertos-internacionales-consideran-felicidad-cuestion-actitud-genetica-esfuerzo-20101026141604.html>