

PARA SEGUIR PENSANDO...

- Formula en tres frases breves las tres ideas más importantes de Aristóteles sobre la felicidad.
 - Es la aspiración suprema de todos los seres humanos que nos hace desear todas las demás cosas.
 - La felicidad consiste en el ejercicio de la razón.
 - La felicidad está relacionada con el carácter de la persona.
- Haz lo mismo con: a) Epicuro, b) los estoicos, c) el budismo, d) Spinoza y e) Nietzsche.

Epicuro:

- La felicidad consiste en la serenidad que resulta del dominio del miedo, es decir, de los dioses, de la muerte y de la vida futura.
- La felicidad consiste en el placer y la ausencia de dolor.
- Nunca es demasiado tarde para buscar la felicidad.

Estoicos:

- La felicidad no está en los objetos externos.
- La felicidad consiste en la liberación de las pasiones y deseos que perturban la vida corriente.
- La felicidad consiste en la paz y la tranquilidad del alma.

Budismo:

- Una mente dominada conduce a la felicidad.
- Para conseguir la felicidad hay que luchar contra las injusticias.
- Hay que disfrutar del mero placer de vivir por el mero hecho de estar vivos.

Spinoza:

- La felicidad se encuentra siendo uno mismo.
- Entrar en contacto con las cosas y personas.
- Dar con aquello que me hace crecer y evitar lo que me empequeñece.

Nietzsche:

- Para encontrar la felicidad se necesita tener el poder sobre uno mismo.
- Placer asociado al aumento de la fuerza vital que hay en uno mismo.
- La felicidad es el sentimiento de que una resistencia a quedado superada.
- Según nos cuenta Juan, está claro que entre los epicúreos y los estoicos hay diferencias importantes por lo que respecta a la manera en que entienden la felicidad, pero también hay semejanzas. Elabora una tabla con dos columnas. En una de ellas coloca las diferencias fundamentales entre ambas filosofías, y en la otra, las semejanzas.

Semejanzas:

- Las dos opinaban que la parte más importante de la filosofía era la ética.

- Ambas ven la felicidad como algo necesario en la vida.
- Coincidían en afirmar que sólo a través del dominio de sí mismo, la moderación y el desapego puede uno alcanzar el tipo de tranquilidad que constituye la felicidad verdadera.

Diferencias:

- Los epicureos pensaban que la felicidad consistía en el placer y la ausencia de dolor y los estoicos todo el contrario.
- Los estoicos opinaban que la felicidad estaba en lo interno y los epicureos en lo externo.
- Los estoicos no opinaban que el placer llevase a la felicidad como lo pensaban los epicureos.
- Para los epicureos no había nada de malo en los placeres, para los estoicos los placeres perturbaban la paz espiritual.
- Tanto Aristóteles como los estoicos hablan de la virtud, pero entienden cosas diferentes. Explícalo.

Para Aristóteles la virtud eran cualidades del carácter que podían aprenderse mediante el ejercicio, por otra parte para los estoicos consistía en aceptar el buen grado del destino.

Esto quiere decir que los estoicos lo veían como una cosa que no se podía aprender ni se podía practicar, sino que era la aceptación del buen grado de lo que pudiese venir. Así nos dan a entender que Aristóteles lo veía como algo interior en la persona y los estoicos lo veían como algo interior pero que consistía en aceptar lo exterior.

- Tanto aristóteles como Epicuro hablan de la necesidad de la prudencia para ser feliz, pero por prudencia no entienden exactamente lo mismo. Explica qué es lo que entiende cada uno por prudencia.

Para Aristóteles era saber elegir lo mejor que nos condujese a la felicidad pensando antes de actuar, y para Epicuro era saber las consecuencias que podían traer cada acción.

Yo creo que las dos opiniones están relacionadas porque si uno sabe las consecuencias que lleva una acción, lo normal es que elija la mejor, la que a él le guste y le haga sentirse feliz y además Epicuro coincide con Aristóteles en que antes de actuar hay que pensar, ya que para saber las consecuencias de cada acción hay que pensar antes de actuar cuales serán mejor que otras y cuáles te beneficiarán más.

- Explica con tus propias palabras el argumento de Epicuro en contra del miedo a la muerte.

Epicuro estaba en contra del miedo a la muerte porque el miedo a la muerte es algo que nos hace vivir intranquilos y que nos preocupa a la mayoría de la gente. Ésta preocupación alterna la paz en las personas y esto es lo que Epicuro no quería, porque para él la felicidad consistía en el placer y la ausencia de dolor y el miedo a la muerte es un dolor espiritual que perturba nuestra paz interior y no nos deja vivir tranquilos.

El miedo a la muerte es algo que no debe de preocuparnos.

- ¿Qué razones dan los estoicos para afirmar que la felicidad no puede residir en el placer y en la ausencia de dolor?

Los estoicos afirman que la felicidad no consiste en el placer y la ausencia de dolor, porque según ellos si la felicidad consistiera en eso, no podría ser algo duradero y permanente, ya que para ellos alcanzar el placer y

evitar el dolor son cosas que no siempre dependen de nosotros y por tanto no siempre están en nuestras manos. Nadie está libre de dolor y de sufrimiento.

Yo estoy de acuerdo con los estoicos, porque la felicidad es algo que debe de residir en uno mismo, uno debe de estar contento con uno mismo y ser feliz; sin embargo, si la felicidad residiera en el placer y en la ausencia de dolor, no siempre seríamos felices, ya que el placer y la ausencia de dolor no se puede conseguir siempre, y siendo feliz con uno mismo es algo que siempre te hace feliz y te hace estar a gusto contigo mismo.

- De acuerdo con la exposición que hace Héctor, ¿con qué argumentos rechazaría Nietzsche la concepción de la felicidad de los estoicos, epicúreos y budistas? ¿De qué dos clases de felicidad habla Nietzsche?

Para **Nietzsche** a lo que hay que aspirar no es a la paz y al descanso como los budistas, ni aún menos a la indiferencia frente al mundo y a la resignación de la que hablan los estoicos. La vida para **Nietzsche** es siempre lucha, riesgo, aventura, pasión.

En cuanto a la segunda pregunta propuesta, Nietzsche habla de dos clases de felicidad distintas. Una es la paz entendida como paz y descanso, como una vida cómoda y placentera, sin riesgos, libre de preocupaciones y de obstáculos. La otra felicidad para Nietzsche es el placer asociado al aumento de la fuerza vital que hay en uno mismo y que experimenta cuando lucha contra el mundo por llegar a ser uno mismo o cuando se atreve con obstáculos y dificultades que aplastan a otros y vence, o cuando supera la adversidad y el dolor, cuando es capaz de inventar y de crear nuevas maneras de ser, modos nuevos y originales de vivir y de ver las cosas, diferentes a los de la mayoría.

La sociedad actual, sin duda, prefiere el primer tipo de felicidad, paz y descanso, pues esta sociedad en la que vivimos prefiere llevar una vida cómoda y placentera, sin ninguna preocupación que perturbe su paz. Cuando surge algún problema, la mayoría de la gente no se atreve a luchar para poder encontrar una solución y no encuentra la felicidad.

- Disertización: " Sociedad de consumo y felicidad".

Vivimos en una sociedad a la que solamente le importa el consumo. Al parecer la sociedad opina que cuanto más se tiene más feliz se es, es decir, cuanto más consumes más feliz eres. Esta opinión se nos presenta diariamente en medios de comunicación mediante anuncios de productos en los que dan a entender que el consumo de ese producto lleva a la gente a sentirse con una gran felicidad. Toda esta publicidad, que cada vez está siendo más eficaz, la vemos como una realidad. Nos equivocamos. Hay algunos casos en los que ese determinado producto sí que dan felicidad, ya sea porque lo deseábamos o por pura psicología. El consumo da una felicidad poco duradera, pues la felicidad cuando te compras un cierto producto te dura poco, a los pocos días te olvidas de ese producto y te encaprichas con otro. Estos caprichos, en ocasiones te pueden hacer sentir mal debido a que no está a tu alcance. En la actualidad la gente piensa que cuanto más se consume más feliz se es, pero yo pienso que no es verdad, si fuese así la sociedad en general sería muy feliz porque se consume mucho. Ser feliz no se trata de tener una cosa o la otra sino de ser de una forma o de otra. Mucha de la publicidad nos garantiza la felicidad, pero solo uno mismo puede garantizarse la felicidad a él mismo. En mi opinión lo único que nos garantiza la felicidad es lo que llevamos en el interior y no lo que se nos impone y se nos implanta desde el mundo exterior.

- Disertización: empieza una disertación cuya primera frase sea. " *La felicidad es aquello que todo el mundo desea. En eso coincidimos todos; sin embargo, las divergencias surgen a la hora de definir qué entendemos por felicidad...* (sigue tú ahora).

La felicidad es aquello que todo el mundo desea. En eso coincidimos todos; sin embargo, las divergencias surgen a la hora de definir qué entendemos por felicidad, es un término bastante difícil de definir porque hay opiniones y definiciones muy variadas. Una gran parte de la sociedad afirma sentirse feliz pero sin embargo

no sabe como definirla, en este caso no debería de decir que está feliz, otra parte de la sociedad dice sentirse feliz y definen la felicidad según lo que sientan ellos, esto pienso que está bien, pero pienso que deberían de pensar si la felicidad que en ellos encuentran es una buena felicidad, si es duradera o pasajera. Mucha gente por ejemplo, no sabe cómo definirla por el mismo hecho de que nunca ha encontrado la felicidad. La mayor parte de la gente entiende el término como la liberación de todo mal y de todo problema, pues sin problemas y preocupaciones se está feliz, pero mucha de la gente que opina así no intenta luchar contra los problemas que tiene y solucionarlos, alrevés, se cierra en si mismo y no libera los problemas y las preocupaciones. Otros muchos la definen como algo que se consigue cuando una persona consigue algo que desea y le hace sentirse feliz, en este caso la gente también debe de luchar por conseguir lo que quiere. Es mucha la gente que piensa que la felicidad se consigue desde el exterior, sin embargo es poca la gente que da a entender la felicidad como algo interior, que se consiga cuando se domina uno mismo y cuando está a gusto con él mismo, sin embargo en mi opinión, este debería de ser el término que lo definiese, pues nada puede ser mejor ni más duradero que el sentirse bien uno mismo, sin importarle lo exterior y la opinión de los demás. Cuando una persona no se gusta a sí misma es muy difícil que pueda encontrar la felicidad por mucho que consiga lo que quiere o no tenga problemas. Este es uno de los problemas predominantes en la sociedad actual, la mayoría de las ocasiones debido a la gente exterior, pues puede ser que todos coincidamos en desear la felicidad pero no todos coinciden en querer hacer felices a los demás. En ocasiones decimos que una persona nos hace sentirnos felices por el hecho de que está a nuestro lado y nos quiere, pero en ocasiones esta felicidad no es duradera sino que dura un cierto tiempo y luego se termina y a veces nos hace sentirnos mucho peor. En realidad hay mucha gente que quiere aparentar a los demás que se encuentra feliz pero realmente en su interior no tiene suficiente felicidad y le hace sentirse mal.

En mi opinión todos deberíamos de buscar la felicidad en nuestro interior.

- Haz lo mismo que Juan, el protagonista de esta historia, y busca en alguna biblioteca más información sobre el budismo y sus conceptos de felicidad e iluminación. Resume las ideas más importantes de tu indagación.

Los elementos centrales en los que se basaba la Iluminación de Buda, estaban condicionados a la realización de las Cuatro Verdades Excelentes: 1. La vida es un sufrimiento. Se a que la existencia humana es intrínsecamente dolorosa, desde el momento en que nacemos hasta que morimos. 2 La causa de este sufrimiento radica en el hecho de que el hombre desconoce la naturaleza de la realidad, lo que lleva a sentir ansiedad, tener apego por las cosas materiales y mucha codicia. Estos defectos provocan su sufrimiento. 3 Se puede poner fin al sufrimiento si el hombre logra superar su ignorancia y ir más allá de las ataduras mundanas. 4. El camino para dar fin al sufrimiento es el Camino de las Ocho Etapas, que consiste en tener una adecuada visión de las cosas, buenas intenciones, un correcto modo de expresión, realizar buenas acciones, tener un correcto modo de vida, esforzarse de forma positiva, tener buenos pensamientos y desarrollar la contemplación de un modo adecuado. El objetivo final del camino del budismo es lograr liberarse de la existencia fenoménica a la que le es propia el sufrir. Para lograr este objetivo hay que alcanzar el nirvana.

La ética que guía y que lleva a alcanzar el nirvana, es objetiva y de orientación interior, personal. Exige cultivar cuatro actitudes que demuestren la virtud.

- Repasa nuevamente este capítulo y elabora un pequeño vocabulario en el que aparezcan definidos los términos más importantes. No pueden faltar algunos conceptos como los siguientes: PRUDENCIA,, VIRTUD, HEDONISTA, ESTOICISMO, VOLUNTAD DE PODER, FELICIDAD, ILUMINACIÓN, ÉTICA, ETC.
- **Carácter:** Algo que uno mismo puede cambiar y moldear con el fin de mejorar sus relaciones personales, sentirse mejor con uno mismo, realizarse más como persona y, en suma, lograr una vida más feliz, humana y satisfactoria.
- **Prudencia:** 1. especie de inteligencia práctica que consiste en la capacidad de pensar antes de actuar

y en saber elegir los medios adecuados que mejor conducen a aquellas cosas que deseamos, nos hacen felices y nos convierten en personas. **2.** El sabio cálculo de las consecuencias que se siguen de cada acción.

- **Estoicismo:** Filosofía o actitud ante la vida especialmente diseñada para tiempos difíciles, para una época de crisis política, social, cultural. y una determinada visión del mundo y de la vida.
- **Voluntad de poder:** Dejar que fluya libremente de uno mismo la fuerza vital que le empuja a vivir y a poner a prueba su poder sobre si mismo y sobre la realidad, nos ata a la vida y hace de la vida algo atractivo, interesante, digno de ser vivido, aun a pesar del dolor y del sufrimiento inevitables.
- **Felicidad:** **1.** Aspiración suprema de todos los seres humanos, el fin último al que el ser humano tiende de modo natural, y aquello por lo cual deseamos todas las demás cosas. **2.** Cierta tipo de vida, una determinada forma de vivir, la más acorde con la naturaleza humana. **3.** Estar satisfecho con uno mismo y con lo que es.
- **Ética:** Rama de la filosofía que ayuda al hombre a vivir y a alcanzar la felicidad.
- **Ataraxia:** Estado duradero del equilibrio, tranquilidad y serenidad del alma, de bienestar físico y espiritual basado en un placer estable y tranquilo, lejos de toda preocupación e inquietud.
- **Virtudes de carácter:** Disposiciones del carácter.
- **Virtud:** **1.** Cualidad del carácter que pueden aprenderse mediante el ejercicio. **2.** Aceptar de buen grado el destino.
- **Iluminación:** Forma de vida pacífica y tranquila.
- **Alegría:** Prueba de que algo aumenta la potencia vital que una persona es, y por tanto le conviene, le aproxima a la perfección.
- **Tristeza:** Síntoma de que lo que una persona hace disminuye y apaga la fuerza vital que hay en uno y, por tanto, no le conviene porque lo aleja de llegar a ser uno mismo.
- **Hedonista:** Persona que cree que el placer es el único o el principal bien de la vida, y su búsqueda el fin ideal de la conducta.

Introducción

Este trabajo es una análisis del texto propuesto "La felicidad". En este trabajo se preguntan unas cuestiones basadas en el texto y que tienen como tema principal la felicidad. En estas preguntas se analizan los distintos puntos de vista de diferentes filósofos tales como:

- Aristóteles
- Los estoicos
- Epicuro
- El budismo
- Spinoza
- Nietzsche

Algunos de estos filósofos definen la felicidad igual pero otros se contradicen y dan diferentes afirmaciones sobre el significado de la felicidad, cuál es la mejor forma de llegar hasta ella y cómo se pone en práctica. Las diferentes opiniones de estos filósofos me han ayudado a elaborar a mí misma una idea y una definición sobre la felicidad.

Conclusiones

Por medio de este trabajo he llegado a conocer un poco más sobre la felicidad, pero no a coger una idea concreta sobre lo que es. La definición de la felicidad está definida con distintas definiciones, pienso que todas están bien pero unas me parecen mejor que otras.

En mi opinión la felicidad es algo interior que te hace sentirte bien y estar a gusto contigo mismo. Pienso que la felicidad se experimenta cuando se tiene una paz interior, cuando no te interesa ningún objeto exterior, solo

te interesas por sentirte a gusto contigo. Si la felicidad fuese placer, la felicidad no podría permanecer por siempre y pienso que ser feliz es algo que debe de permanecer siempre en una persona pues cuando una persona no tiene nada de felicidad no se siente bien.

Hay que luchar por conseguir la felicidad constante en ti mismo.

Índice

Introducción Pág. 1

Para seguir pensando... " 2-7

Conclusiones " 8