



Luis Humberto Fernández

La felicidad

La semana pasada se publicó el Índice Mundial de la Felicidad, un estudio realizado por la empresa estadounidense Gallup World Poll, que nació a iniciativa de las Naciones Unidas desde 2012.

Los resultados de este Índice se dan a conocer cada 20 de marzo, declarado por la ONU como el Día Internacional de la Felicidad. Este año, encontramos que México es uno de los países más felices del mundo, ocupando la décima posición y superando a países como Suiza, Canadá y Estados Unidos.

Sin embargo, así como se da la felicidad, a la vez estamos viviendo una época de las mayores depresiones. Al respecto, Tal Ben-Shahar, profesor de la Universidad de Columbia y de Harvard, y unas de las mentes más brillantes del siglo especializado en felicidad, explica que si bien México efectivamente es uno de los países más felices del mundo, al hacer un análisis por grupos de edad, el resultado arroja que la tendencia es gracias a las generaciones mayores, mientras que los jóvenes registran las tasas más altas de depresión.

De acuerdo con el autor del libro *Más feliz: a pesar de todo*. Cultivar la esperanza, la resiliencia y el propósito en tiempos difíciles, los países más felices no son necesariamente los más ricos ni más seguros, o con

mejor calidad de vida. Ben-Shahar argumenta que los países más felices son aquellos que enfocan las relaciones como su máxima prioridad, y le dan un papel importante a los amigos y la familia. La realidad es que los adultos mayores son más felices por relacionarse en persona, mientras que los jóvenes ahora lo hacen todo en línea. Citando a Ben-Shahar “las redes sociales no brindan los mismos beneficios para el bienestar que estar en la misma habitación, jugando juntos, comiendo juntos, pasando tiempo en persona juntos”; eso es lo que debe buscar la política.

La felicidad es un tema esencial en la política, ya Jeremy Bentham definió que el fundamento moral de las leyes es la máxima felicidad para el mayor número de personas. Bajo este principio es fundamental acreditar los resultados de la Cuarta Transformación con estos indicadores: en 2022 México ocupó la posición 46 a nivel mundial, en 2023 la 36, en 2024 la 25, y este año la posición número 10. Podemos decir que los gobiernos de izquierda son más exitosos, con resultados y una orientación de gobierno como el de la Presidenta, la doctora Claudia Sheinbaum, quien ha señalado que la felicidad es el bienestar de todas y todos, y no es un tema individual, sino colectivo. La conclusión es sencilla y contundente, comparado con las épocas del neoliberalismo, hoy somos un país más feliz.

Académico y diputado por Morena.

@LuisH_Fernandez