

Aberració

Fa 2,5 milions d'anys, va aparèixer el gènere *homo* a la terra i l'única preocupació que tenia en aquest moment eren dues, sobreviure, i procrear per assegurar la continuïtat de l'espècie.

En canvi, avui en dia, aquestes preocupacions són quasi inexistent, és per això que s'han cercat altres objectius per la nostra existència. Concretament parlaré sobre la felicitat, i em plantejaré si les amistats són una condició necessària per a poder-la aconseguir.

En primer lloc, vull deixar clar que el nostre cervell no està dissenyat per ser feliç. Degut al seu instint de supervivència tendeix a ser negatiu i a preocupar-se, per tal d'evitar tots els riscos que puguin posar en perill la nostra existència. Per sort hi ha diversos factors que rebaixen aquest estat d'alerta constant, i ens porten a un estat de tranquil·litat que anomenem felicitat.

Segons el psicòleg expert en la psicologia de la felicitat, Dan Gilbert, algunes de les activitats més importants per ser feliç són: les relacions socials, tenir objectius, el sexe, l' enamorament, l'esport i viure en el present.

Com heu pogut veure, els amics entrarien dins les relacions socials, un dels factors més importants, però els beneficis de l'amistat no es queden només aquí, ja que amb els amics també pots potenciar altres factors que ens aportin felicitat: tenint objectius comuns o practicant esport junts. Però per damunt de tot, el que fa un amic oferint-te la seva confiança és produir-te una sensació de benestar, fent així que el teu cervell es relaxi, redueixi l'estat d'alerta i per tant et permeti ser més feliç.

Tornant a la idea inicial, actualment als humans ens preocupa, ens inquieta no ser feliços, i després del que acabo d'explicar, es pot notar certa contrarietat en aquesta frase. És estúpid cercar alguna cosa, si això t'allunya més d'ella. No podem estar preocupats per no ser feliços perquè aquest estat de preocupació és el que ens impedeix ser-ho.

Per tant, gràcies a aquesta reflexió, puc concloure que no crec que es necessitin amics per ser feliç. És a dir, si decidim que l'objectiu final de la nostra existència és la felicitat, no crec que sigui una bona opció plantejar les amistats com una condició per aconseguir-la. Ja que estem transformant una possible font molt gran de felicitat en una font d'infelicitat. D'aquesta manera la busca o la manca d'amics ens pot enneguitar, i allunyar de l'estat de tranquil·litat que estem buscant.

A part, un no tria quan apareixeran amics a la seva vida. Així doncs, si volem ser el màxim de feliços, la falta d'amistats no ens pot preocupar, ja que no aquestes no depenen íntegrament d'un mateix, i com he dit, hi ha altres camins per arribar a la felicitat. És per això que dir que les amistats són una condició per a ser feliços seria deixar la felicitat en mans de l'atzar, i al cervell l'atzar no li agrada, el posa en estat d'alerta, el fa infeliç.

Així doncs, tenir amics ens pot fer feliços, però no en necessitem per ser-ho.