

# TEMPLO HERMANA TERESA



**“La felicidad”**

**23/11/2024**

# “La felicidad”

**Queridos hermanos y hermanas.**

**En esta Ceremonia de hoy queremos reflexionar con ustedes acerca de uno de los conceptos más complejo y subjetivo que enfrentamos todos nosotros aquí en esta existencia: “la felicidad”.**

**A tal fin vamos a tomar una frase que Carlos nos compartió hace bastante tiempo y que dice:**

*Medí la felicidad por lo que sos y tenes, no por lo que no sos y te falta.*

**Para algunos, la felicidad, es el logro de un objetivo ambicioso; para otros, es la serenidad de un momento simple. Sin embargo, una trampa común en la búsqueda de la felicidad radica en medirla en función de lo que no tenemos o de lo que creemos que nos falta. Esta perspectiva, lejos de acercarnos a ella, nos aleja al colocarnos en un estado de constante insatisfacción.**

**En cambio, medir la felicidad desde lo que somos y tenemos nos brinda una visión más completa y enriquecedora de la vida. Esta mirada nos invita a valorar nuestro presente, nuestras**

**capacidades, nuestras conexiones humanas y, sobre todo, a reconocer que ya somos suficientes tal como somos.**

**Es fácil caer en la trampa de centrarnos en lo que no tenemos. Las redes sociales, los estándares impuestos por la sociedad, e incluso nuestras propias comparaciones internas nos empujan a pensar que siempre hay algo más que debemos alcanzar para sentirnos completos. Queremos el auto más nuevo, la casa más grande, la carrera más exitosa o el reconocimiento de todos. Este enfoque, sin embargo, no reconoce que, tal vez, muchas de las cosas que añoramos son transitorias.**

**Un estudio psicológico demostró que las personas que logran grandes metas materiales, como ganar la lotería, suelen regresar rápidamente al nivel de felicidad que tenían antes. ¿Por qué? Porque lo externo rara vez puede llenar vacíos internos. Este es el motivo por el cual necesitamos redirigir nuestra mirada hacia lo que ya tenemos y lo que ya somos.**

**Todos poseemos algo invaluable: nuestras experiencias, nuestras relaciones, nuestra salud (aun si no es perfecta), nuestra Fe, y nuestra capacidad para aprender y adaptarnos. La gratitud, como práctica diaria, nos ayuda a enfocarnos en estas riquezas. Cuando reconocemos los pequeños milagros cotidianos, como un**

**abrazo, un amanecer o una conversación significativa, la percepción de nuestra vida cambia.**

**Imaginemos un árbol: no se pregunta por qué no tiene flores todo el año, ni se lamenta por la sombra que proyecta. Simplemente es. Celebra su existencia al ofrecer refugio, oxígeno y belleza. Los humanos, en cambio, a menudo ignoramos nuestras raíces fuertes o nuestras ramas en expansión porque estamos demasiado ocupados mirando el follaje de los demás.**

**Para ilustrar esto que decimos queremos compartirles esta historia:**

**Había una vez un carpintero llamado Felipe, conocido en su pueblo por su habilidad para construir muebles simples pero duraderos. Sus mesas y sillas no eran las más elegantes, pero cada pieza que hacía tenía un carácter único y cumplía su propósito perfectamente.**

**Un día, llegó un hombre rico al taller de Felipe. El hombre llevaba consigo catálogos de muebles lujosos importados de tierras lejanas.**

**"Felipe," dijo con arrogancia, "tus muebles son buenos, pero carecen de sofisticación. Mira estas piezas, ¡qué majestuosas son! ¿Por qué no intentas hacer algo así?"**

Felipe, intrigado pero sin sentirse menospreciado, observó los catálogos. Las mesas estaban adornadas con intrincados grabados y las sillas tenían acabados brillantes. Sin embargo, también notó algo más: esos muebles no parecían prácticos ni cómodos.

"Gracias por compartir esto conmigo," respondió Felipe con cortesía. "Pero debo decirte algo: mis manos no están hechas para la extravagancia, sino para la funcionalidad. Mi madera no es la más fina, pero proviene de un bosque cercano y sostenible. Mis herramientas no son modernas, pero han pasado de generación en generación. Cada mueble que creo refleja no solo lo que tengo, sino también lo que soy."

**El hombre rico, confundido por la respuesta, insistió:**

"Pero, ¿no quieres más? ¿No deseas ser reconocido como el mejor carpintero del país?"

**Felipe sonrió y dijo:**

"Soy feliz porque cada mesa que construyo reúne familias. Cada silla que hago sostiene a alguien en sus momentos de descanso. No mido mi éxito por la opulencia de lo que produzco, sino por el propósito que sirve."

**Con el tiempo, la humildad y la sinceridad de Felipe se convirtieron en leyenda. No por crear muebles lujosos, sino por demostrar que la felicidad y la satisfacción provienen de reconocer el valor de lo que hacemos con lo que ya poseemos.**

**El ejemplo de Felipe nos enseña que la felicidad radica en aceptar quiénes somos y aprovechar al máximo nuestras cualidades y recursos. Cada uno de nosotros tiene talentos únicos y circunstancias que, aunque no siempre son ideales, nos moldean y fortalecen. Cuando dejamos de luchar contra lo que somos, encontramos paz.**

**Aceptar no significa resignarse, sino dejar de malgastar energía deseando ser diferentes. En lugar de decir: "Si tan solo tuviera más dinero, sería feliz," podemos decir: "Con lo que tengo ahora, ¿qué puedo hacer para vivir plenamente?" Esta perspectiva nos impulsa a ser creativos y agradecidos, abriendo puertas que antes parecían cerradas.**

**Es importante destacar que la felicidad no es una meta final, sino un estado interior. Cuando medimos nuestra felicidad con base en lo externo, esta se vuelve frágil y dependiente. Pero si la fundamentamos en nuestra identidad y nuestras elecciones, se fortalece. Nuestra Guía la Hermana Teresa nos ha indicado que nosotros somos responsables de construir nuestra propia**

**felicidad, no con lo que nos falta, sino con lo que ya tenemos a mano.**

**El ejercicio de la gratitud transforma nuestra manera de ver la vida. Cada día ofrece oportunidades para reconocer lo bueno: una amistad fiel, la risa de un ser querido, un momento de calma. Estas son las cosas que realmente importan y que a menudo pasamos por alto al perseguir lo que creemos que nos falta.**

**En este sentido, medir la felicidad por lo que somos y tenemos no es solo una filosofía de vida, sino una práctica que requiere intención. Nos invita a mirar dentro de nosotros mismos y a comprender que ya poseemos las herramientas para ser felices.**

**Hermanos y hermanas la frase "Medí la felicidad por lo que sos y tenés, no por lo que no sos y te falta" no es solo un consejo práctico, sino una puerta hacia una vida más plena. En un mundo que constantemente nos dice que no somos suficientes, elegir valorar lo que ya somos y tenemos es un acto de rebeldía y sabiduría.**

**La historia de Felipe nos recuerda que la verdadera riqueza está en la autenticidad y en el propósito. La Hermana Teresa nos dice que no precisamos más para ser felices; necesitamos darnos cuenta de que ya lo tenemos todo. Y al hacerlo, descubrimos que**

The image is a composite of three distinct scenes. At the top, there is a portrait of a woman with short, dark, curly hair and glasses, looking slightly to the right with a gentle expression. This portrait is semi-transparent and overlaid on a background of a sunset over a body of water. The sun is low on the horizon, creating a bright, shimmering reflection on the water's surface. In the foreground, a large, white rose is positioned on the left side, resting on an open book. The book's pages are visible, showing some text, though it is out of focus. The overall color palette is warm, dominated by the oranges and yellows of the sunset, with the white of the rose and the blue of the book providing contrast.

**la felicidad no se encuentra al final de un camino lejano, sino en cada paso que damos con gratitud y conciencia.**

**Que Dios nos proteja, que Jesús nos ilumine, que la Hermana Teresa nos guíe y que María nos acompañe.**