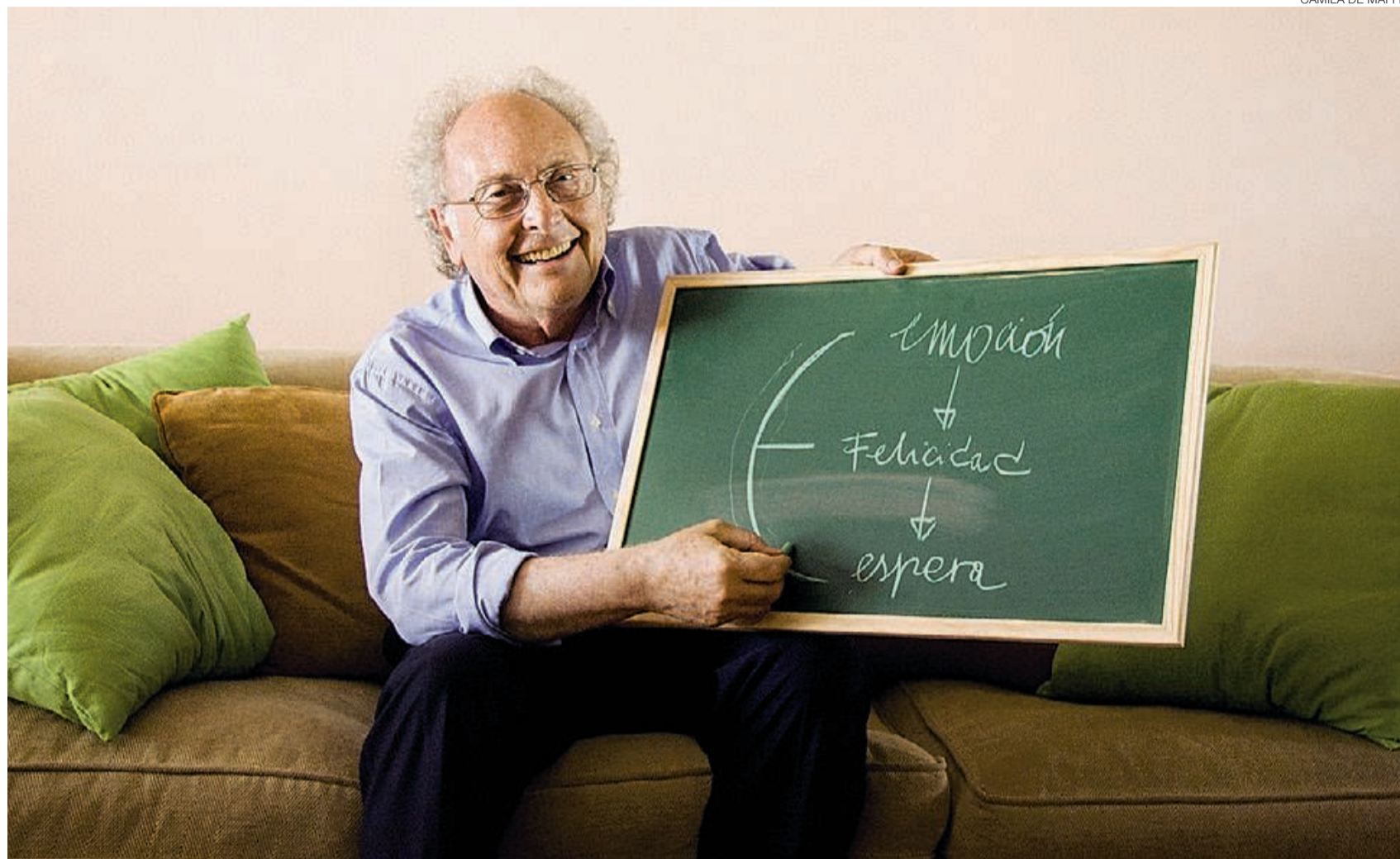


LA FELICIDAD EN UNA PIZARRA / 1

# EDUARD PUNSET

CAMILA DE MAFFEI



**1. ¿Existe la felicidad? ¿Podría explicar esa palabra a un niño de 8 años?**  
Para que un niño entendiera que la felicidad está en la sala de espera de la felicidad, le prometería un segundo caramelo dentro de 5 minutos si, entretanto, aprende a distinguir un gorrión macho de otro hembra.

**2. «Yo para ser feliz quiero un camión», cantaba Loquillo. Usted, para ser feliz, necesita...**  
Estar absorto en un proyecto que me ilusiona.

**3. ¿Cuál diría que ha sido la época más feliz de su vida? ¿Qué le ocurría en ese momento?**  
Cuando era un feto en el vientre de mi madre. No tenía ningún problema. Nunca volveré a ser tan feliz.

**4. ¿Cuál es su tarea favorita para desconectar y con qué frecuencia la practica?**  
Desconecto cuando desaprendo algo. Por ejemplo, cuando desaprendo que hay más cuestiones que no tienen respuesta que las que tienen respuesta. Cada día procuro desaprender alguna solución conspiratoria, como que la culpa de todo la tiene la CIA, el diablo o un ser sobrenatural.

**5. ¿Es de carcajada fácil? ¿Con qué suele reírse?**  
Me río cuando me sorprende algo. Y si además me da la sensación de que yo soy más listo o fuerte que el personaje que me hace reír, tanto mejor.

**6. ¿Duerme bien o mal? ¿Qué cosas le quitan el sueño?**  
Duermo lo justo. Como a los perros, los petardos me quitan el sueño. También me desvela pensar en las

## «Nunca tengo miedo»

Pocos se pondrían un 10 en felicidad. Punset sí. Sacar matrícula no tiene que ver con haber escrito 'El viaje de la felicidad'. Desde hoy, 37 personajes descifrarán qué es la felicidad y dejarán aquí escrito su mejor mensaje.

POR **Juan Fernández**

atrocidades de las que son capaces las muchedumbres enardecidas.

**7. ¿Cómo le ven los demás?**  
Como soy porque procuro ser como me ven. Solo me interesan ellos.

**8. ¿Qué tal lleva las críticas: le afectan o es inmune al qué dirán?**  
Nadie es inmune al que dirán. La gente busca el reconocimiento y el amor del resto del mundo. Ese reconocimiento es, además, el mejor predictor de que existe la salud. El último mono es el que tiene peor salud.

**9. ¿Cuál es su mayor virtud?**  
Profundizar en el conocimiento de qué les pasa a los demás por dentro.

**10. ¿Y su peor defecto?**  
No me fío del que no se fía de mí.

**11. ¿Es más o menos feliz que la gente que le rodea?**  
Soy incomparablemente más feliz.

**12. Si quiero sacarle de sus casillas, ¿qué debo hacer?**  
Hacer daño a alguien; hacerlo al resto de los animales; maleducar a un niño o tener otro cuando se ha educado mal al primero.

**13. Le dan a elegir: a) tener más éxito y dinero, pero estar más ocupado; b) tener más tiempo para usted, pero con menos éxito profesional y menor cuenta corriente.**  
Me gusta estar siempre ocupado. Estaría más feliz pagando menos impuestos e igual de ocupado.

**14. Una vida infeliz sería una vida sin...**  
Una vida sin alguien más. Igual que las primeras bacterias hace 3.000 millones de años

**15. ¿Ha leído alguna vez un libro de autoayuda? ¿Qué le parecen?**  
Durante años solo ellos y la astrolo-

gía se ocupaban de lo que le pasaba a la gente por dentro. Ahora la ciencia hace lo mismo, pero mejor.

**16. ¿Qué pide a la lámpara mágica?**  
Que todos nos diéramos cuenta de que desde el espacio no se ven las fronteras que separan a unos países de otros. Lo de la diversidad cultural es un cuento. La cultura, como la ciencia, es universal.

**17. ¿Qué es lo que más le preocupa ahora mismo en su vida?**  
El dogmatismo.

**18. ¿Cuál ha sido el peor y el mejor momento de este curso pasado?**  
El peor momento, las implicaciones culturales, sociales y humanas del desenlace sangriento de la festividad de San Fermín. Lo cual me impide vislumbrar el mejor.

**19. ¿Qué cambiaría de su vida?**  
Me gustaría tener motivos para cambiar más de opinión. La gente está dispuesta a cambiar de estatura, si puede, pero no de opinión. "No quiero dejar de ser quien soy", dicen.

**20. ¿Diría que en su profesión se**

**respira felicidad?**  
Aunque sorprenda, están disminuyendo los índices globales de violencia y aumentando los de altruismo.

**21. ¿Cómo sería para usted una noche perfecta de este verano?**  
Una noche de descanso pleno sin ningún ruido que me despierte. E idéntico escenario para mis nietas.

**22. Un personaje público o de la Historia a quien le gustaría parecerse.**  
Al fundador de la psicología moderna, William James.

**23. ¿La fama aporta felicidad?**  
Claro. Te reconocen los demás.

**24. ¿Qué más le gusta de su oficio?**  
Que puedo estar ansioso en determinados momentos -lo que me pone en estado de alerta-, pero nunca tengo miedo y, por lo tanto, nada me corre por dentro.

**25. De no dedicarse a su profesión, ¿en qué otro trabajo sería feliz?**  
Cualquiera. Salvo haciendo daño al resto de los animales.

**26. Si mañana llegara al Gobierno, ¿qué medida tomaría para que los españoles fueran más felices?**  
Convencería a los maestros para que a los niños se les enseñara, antes que nada, a gestionar las emociones básicas y universales con las que se viene al mundo: el miedo, la sorpresa, la felicidad, el desprecio, la rabia.

**27. ¿El español medio es feliz?**  
No, en absoluto. Hemos estado demasiado tiempo aislados del resto del mundo civilizado.

**28. Epicteto dijo: «La felicidad consiste en no desear nada».**  
Hemos progresado. Hoy sabemos que la felicidad es, por encima de todo, la ausencia del miedo.

**29. Le obligan a elegir entre virtud o placer. Para toda la vida.**  
Iría caso por caso. Sabiendo que no hay placer sin disciplina o virtud.

**30. ¿Qué sms le gustaría recibir en su móvil?**  
OUAU, OUAU, OUAU. Me lo mandaría, obviamente, un perro.

**31. ¿Su mejor momento del día?**  
Las 7 de la mañana.

**32. ¿Le molesta que le pregunten por la edad?**  
Al contrario. Nadie sabe si el tiempo existe. Sabemos que deja huella, eso es todo. Pero seguimos sin saber explicar la diferencia entre un instante y cien millones de años.

**33. ¿Cómo se ve en 10 años vista?**  
Como ahora. Reconstruimos el pasado según pensamos ahora. Igual ocurre con el futuro. Solo existe el presente.

**34. Si vendieran felízómetros, ¿qué le marcaría de 1 a 10?**  
Me intrigaría dar menos de 10. ≡

### LA FRASE DEL DÍA

«La felicidad es interior, no exterior; no depende de lo que tenemos, sino de lo que somos»

Henry Van Dyke, escritor