



M.R.

<h2>La felicidad familiar</h2> <p>SERIE: ADMINISTRACIÓN DE LA FELICIDAD.</p>	ARTÍCULO: F008 Fecha: 13 enero 2013 Lugar: MONTERREY N L, México.
	F-ARTICULO_V2-XII-2012

## LA FELICIDAD FAMILIAR

*“La familia es un producto de la felicidad...”*

Las familias que son felices, los son porque alguno de sus integrantes es feliz...

Las personas dicen: “Somos una familia feliz...”

Un par de personas pueden crear armonía en cuatrocientas... Y un poco más de 8000 crearían armonía en toda la humanidad...

Las familias actuales tienen una vida en extremo acelerada por la necesidad, el trabajo y la competencia. Y en esa prisa se privan de la felicidad. ¡No hay tiempo para ser feliz! Se es feliz con la prisa... con el estrés como combustible. (Ya hablaremos del estrés contra la felicidad más adelante) Estar tenso es el patrón constante.

Y en las familias se pierde la armonía que nos brinda la felicidad. Papá y Mamá son proveedores, los hijos consumidores, la casa un lugar de reunión y la televisión un catalizador del estrés. ¡Vaya vida familiar! ¿Esto es felicidad?-Es pregunta- ¿Dónde quedaron los “minutos de calidad” que las parejas regalaban a sus hijos en los años setentas, después de divorciarse? ¡Ya ni eso existe! Y tampoco existe: *comer juntos, pasear juntos, platicar juntos*, lo que se maneja ahora es: comida rápida, el antro y chatear.

Para amarse y vivir en armonía las familias requieren de convivir y demostrarse sus afectos. Recupere la felicidad familiar. Y para eso le recomiendo:

- 1.-Reuna a su familia, haga que todos eliminen un catalizador y utilicen su tiempo para estar juntos.
- 2.-Dígalos el propósito de hacerlo: “Demostrarnos afecto” (digo “afecto” porque AMOR es demasiada exigencia –o cursi- para los jóvenes)
- 3.-Empiece por usted, diga a los suyos que los quiere y cuanto desearía que se repitieran las reuniones.  
En esa reunión exija: NO celulares y NO prisa.

Los padres son el motor de la felicidad en las familias, asóciese con su pareja para lograrlo.

Si sus hijos son menores, siéntelos con usted a la mesa cuando coman y platique con ellos. Cuando sean mayores extrañarán eso y procurarán repetirlo.

Si son adolescentes, hable abiertamente con ellos. Expresé lo que siente y su necesidad de ser correspondida.

Si ya son mayores y con obligaciones, siguen siendo sus hijos, exprese su afecto y permita que ellos lo hagan.

Evite las demostraciones sobreentendidas y tácitas. Abráselos y dígaselos.

Si no acostumbra nada de lo anterior, entonces es el momento de empezar.

*“La felicidad está en usted, solo debe encontrarla”*

**Atentamente:**

Ing. M PNL Marciano Cárdenas

MC&ADS CONSULTORÍA

[www.adscase.com.mx](http://www.adscase.com.mx)

[marciano@adscase.com.mx](mailto:marciano@adscase.com.mx)

[ventas@adscase.com.mx](mailto:ventas@adscase.com.mx)

Tel: 81-8393-8211

**MC&AdS CONSULTORÍA es una marca registrada.**