

Sentido de Vida

La persona es mucho más que un simple individuo de una especie, hemos estudiado mucho sobre su origen y desarrollo físico e intelectual. Al presentar la dimensión Psicológica/Cognitiva estudiaste que la persona posee interioridad, capacidad de reflexión, de estudiar y comprenderse a través de sus acciones y por ello de autodeterminación, tendencia actualizante.

Esto significa que yo, en rigor, no soy medio o instrumento para la perfección del mundo: soy un fin en mí mismo. Yo no existo sólo para representar una especie (aunque sea la humana), como pasa con las demás criaturas irracionales, que no tienen dominio de sí, ni del mundo, ni saben lo que hacen, ni para qué lo hacen, ni para qué sirven. La persona no existe para otro fin distinto de sí misma. La persona no es para nadie, en el sentido de medio o instrumento utilizable para alcanzar los fines de otro.

El sentido de mi vida está inscrito en mi misma naturaleza, es el para qué existo que sólo yo puedo descubrir y descubriéndolo, sólo yo lo puedo vivir y alcanzar.

La experiencia nos revela que el sentido abarca más que el significado. Para comprender el significado de una acción basta analizar cada acción, si la acción es la vida misma, tenemos que contemplarla para comprender su significado.

La cuestión del sentido es inherente a la existencia humana, esto es, surge con el ser humano pues los animales no necesitan dar sentido a lo que hacen, tienen que desarrollarse, pero su desarrollo está predeterminado por la misma especie. Por eso no puede equivocarse nunca al actuar. Le basta seguir sus instintos para asegurar su supervivencia y la de la especie.

Sentido de Vida

El ser humano debe también crecer por su naturaleza, pero tiene el privilegio de poder saberlo y elegir el modo de llevarlo a cabo. El hombre se desarrolla como persona creando nuevos ámbitos a través del encuentro. El encuentro es fuente de luz y de sentido. Al encontrarme con otras personas y formar comunidades, siento que conformo mi vida de forma ajustada a las exigencias de mi realidad personal, a lo que ya soy y a lo que estoy llamado a ser. Este llamado es mi vocación y misión. Cuando mis opciones fundamentales, mis hábitos y mis actos se orientan hacia el cumplimiento de esta misión y esta vocación, la experiencia de mi existencia se realiza en el sentido adecuado, en la dirección justa. En la misma medida tiene "sentido".

El sentido no es algo que el hombre pueda tener estáticamente, como un objeto; lo adquiere y posee dinámicamente, al entrar en relación con otras realidades. El ser humano, por bien dotado que esté en cuanto a potencias que hemos estudiado, no puede existir por sí solo.

Tanto en el nivel biológico como en el trascendental, siempre necesitamos de los demás. Cualquier actividad, aun la más intensa, sólo puede tener sentido completo si asume activamente ciertas posibilidades que le vienen dadas de fuera.

Por ejemplo:

Aprendo un poema de memoria; lo declamo una y otra vez, fraseando de modo distinto, alterando los ritmos, buscando el ajuste perfecto de forma y fondo. Muy pronto sentiré que el poema me pertenece, aun siendo distinto de mí. El poema dejó de serme distante, externo y extraño para hacérseme íntimo. Ahora ya no me viene

Sentido de Vida

dictado de fuera; lo proclama mi voz interior, y yo participo de él. Lo configuro al dejarme configurar por él.

La vida humana se desarrolla vinculándose a otros ámbitos y haciendo surgir ámbitos nuevos de mayor envergadura. Cuando uno logra ver que su entorno vital está constituido no sólo por objetos sino también por realidades dotadas de significado que ofrecen ciertas posibilidades e invitan a responder activa y positivamente a ellas, descubre que el sentido de la vida es fruto de la actividad creadora de encuentros fecundos. La idea de sentido depende de la concepción que se tenga del ser humano.

¿Alguna vez te has preguntado si tiene sentido vivir?

¡La vida siempre tiene un sentido! Hay momentos en que es muy difícil descubrirlo, pero el sentido de tu vida se encuentra en la vida misma.

Reflexión:

Una vez un hombre iba viajando en un tren; estaba durmiendo. Se despertó y alguien le preguntó a dónde iba, pero el hombre adormilado respondió que no sabía. La misma persona le preguntó dónde había subido en el tren, pero respondió lo mismo, que no sabía. Es comprensible que un señor así no sepa responder a unas preguntas tan fundamentales: estaba todavía adormilado.

Sentido de Vida

Sin embargo, muchos hombres hoy en día no saben responder a preguntas todavía más fundamentales, que se refieren al sentido de su existencia humana ¿de dónde vienen?, ¿a dónde van?

El sentido de la vida consiste en que encuentres tu esencia, tu motivo de vida, nadie te lo puede dar o encontrar, es una tarea que sólo tú puedes realizar.

Ningún hombre puede dar sentido a la vida de otro o ser su sentido de vida, ¿Por qué? ¿Qué pasaría si ese otro se equivoca o ya no se encuentra en la vida del hombre? ¿Perdería su sentido de vida?

Por falta de sentido de vida es que se encuentran confundidos e infelices muchos niños, jóvenes y adultos. Cuando le encuentras sentido a tu vida basándolo en personas o cosas, ese sentido será muy débil y efímero, pues depende de que esas personas o cosas se mantengan vigentes.

El gran error de nuestras vidas es vivir desorientados y engañados, creyendo que vamos siguiendo un sentido, cuando en realidad cada día nos alejamos más del él. El que anda fuera del camino, cuanto más corre, tanto más se va alejando del camino.

Los valores universales e inamovibles, deben ser la base del sentido de vida, debe sembrarse en ideales que no cambien, en caso de que las situaciones de la vida cambien, tu sentido de vida no cambia. Es más sencillo reponerse de las situaciones adversas si tu sentido de vida es fijo y claro.

Sentido de Vida

Nuestra vida se desarrolla y adquiere, por ello, sentido cuando cumplimos el deber de elegir en virtud del ideal verdadero de nuestra existencia. Al elegir de este modo, comenzamos a ser libres, por cuanto tomamos distancia de nuestras necesidades inmediatas, sobrevolamos la situación y escogemos en virtud de una realidad distinta de nosotros y sumamente valiosa.

Nuestra vida tiene pleno sentido cuando no necesita tender hacia el ideal -visto como una meta futura-, porque éste se ha convertido ya en su más íntima razón de ser y en el impulso de su acción. El ideal juega entonces la función de valor supremo, el que une dinámicamente todos los demás como una clave de bóveda.

El sentido de nuestra vida brota cuando somos responsables, en el doble sentido de que respondemos a los valores que enriquecen nuestra vida y respondemos de los frutos de tal respuesta. Esta recepción activa del valor es una actividad que me transforma y acerca a mi plenitud como persona.

Si atiendo en exclusiva a mis intereses, me bloqueo en mí mismo, no me abro, ciego las fuentes de la creatividad y del sentido. De ahí que, si quiero descubrir el sentido de mi existencia en un momento determinado, no debo preguntar qué partido le puedo sacar a la vida, sino qué requiere de mí la vida en una determinada circunstancia. Si alguien espera algo de mí y yo satisfago sus deseos, mi vida se carga de sentido, pues se ha orientado hacia el verdadero ideal; se ha puesto en verdad, ya que se ha movido en el plano de la creatividad y ha cumplido las leyes del crecimiento personal.

Sentido de Vida

A la inversa, el que sólo se preocupa de lo que puedan beneficiarle las personas a su alrededor, tiende a reducirlos a medios para sus fines, con lo cual los rebaja a condición de objetos y hace inviable la actividad creativa. En consecuencia, vacía su vida de sentido, porque no funda encuentros ni crea nuevos ámbitos de vida; se reduce a manipular objetos. Sitúa su vida en un plano inferior al debido, se aleja de su verdad existencial, agosta su capacidad creadora.

El sentido de la vida humana es ampliado por la actitud integradora de las cuatro dimensiones de la persona (Dimensión Físico/Biológica, Dimensión Psicológica/Cognitiva,

Dimensión Social y Dimensión Trascendente), el conocimiento que he adquirido de cada una de éstas, me debe ayudar a entender su importancia y comprender que no puedo alcanzar la plenitud de mi ser persona exaltando o minimizando alguna de mis dimensiones, sería una actitud reduccionista el moverme en los niveles más elementales de realidad y esto sucede cuando me dejo llevar por los valores inferiores, que arrastran, y dejo de lado la llamada de los valores superiores, que atraen respetando mi libertad, no actúo de forma integradora, sino unidimensional. No cargo mi vida de sentido; la oriento en una dirección falsa.

Por el contrario, cuando adopto una actitud integradora y me abro al encuentro de otras realidades vistas como ámbitos, creo con éstas un espacio de interacción, la convivencia por medio de la cual mi realidad se enriquece. Esto es, por medio de mis experiencias cotidianas de encuentro con los demás (dimensión social), descubro modelos de comportamiento positivos (dimensión psicológica/cognitiva) mismos que voy interiorizando y asimilando hasta hacer míos descubriendo su bondad en cuanto que me ayudan a ser mejor persona (dimensión trascendente) y lo que podría parecer una simple ejecución (dimensión físico/biológica) ya no es un

Sentido de Vida

comportamiento venido de fuera necesariamente externo y ajeno sino se asimila como algo propio.

Este es el proceso por medio del cual descubro los valores y me enriquezco haciéndolos parte de mí, las normas de conducta ya no son un sistema impuesto exteriormente, sino que le dan sentido a mi vida y yo decido regularla por su vivencia.

Al vivir de este modo, las normas dejan de aparecer como un dilema o imposición, soy de verdad yo mismo, me guío por criterios propios al asumir activamente criterios de acción fecundos para mi vida y convertirlos en íntimos sin dejar de ser distintos. Al vivir uno personalmente esta integración de sus dimensiones, se siente planificado, colmado, desbordante de sentido.

Algo semejante cabe decir de la relación que existe entre la libertad y las normas. Si acepto de forma pasiva una norma o un precepto, no los convierto en íntimos; siguen siendo externos, extraños y ajenos, y, al dejarme guiar por ellos, me aliento y pierdo mi identidad personal, mi autenticidad. No actúo con la debida autonomía e independencia. Mi vida pierde el carácter personal que le compete. No tiene sentido. Está rebajada de rango, envilecida. No se halla en la verdad; se mueve en la falsedad.

Ahora comprendemos con mayor claridad que el sinsentido o absurdo proceden siempre de la falta de integración, y ésta a su vez proviene de un error de principio: partir de una voluntad interesada de dominio, reducir los seres del entorno a meros

Sentido de Vida

objetos y limitar la propia actividad al manejo de realidades objetivas o reducidas a objetos.

La falta de sentido responde al desajuste de los distintos planos de la personalidad, y esa falta de integración sólo puede superarse mediante la entrega a un ideal capaz de concentrar las diversas energías de la persona en todas sus dimensiones.

¿Pero cómo descubrir tu sentido de vida? ¿En dónde buscarlo?

Puede resultar más sencillo encontrar tu sentido de vida en momentos favorables, incluso pensar que no es necesario, pero en los momentos de dificultad es cuando más importante resulta conocer y aferrarse al sentido de vida. La meta es transformar estos momentos negativos en aprendizajes positivos, es la función del sentido de vida.

El sentido de vida puede parecer subjetivo ya que no existe un sentido de vida común para todas las personas. El sentido lo encuentras dentro de tu contexto de vida (familia, trabajo, sociedad, etc.), basándose en tu valía y especialización, en la aportación que puedes realizar a otros, nunca en lo que requieres de otros para vivir. Tu valor cobra sentido cuando pones al servicio de los demás tus cualidades.

Sentido de Vida

Ejemplo:

El novio le dice a la novia:

-Tú eres mi motivo de vida, si no estás tú, no le encuentro sentido a mi vida, nunca me dejes.

Reflexión:

¿Es justo que el novio responsabilice de su sentido de vida a la novia? ¡Claro que no!

Este es un sentido de vida equivocado, si la novia lo corta, se cambia de ciudad o simplemente desaparece, ¿será la responsable de la felicidad del novio?

El sentido de vida se encuentra en lo que tú puedes aportar y no en lo que tú esperas recibir, ahí radica la esencia del sentido de vida, en saberte necesario y útil para los demás, en que si tu faltas, otros se verán afectados.

Ma. Ángeles Noblejas en su libro, Palabras para una vida con sentido (2000), propone tres caminos por los que el hombre puede encontrar sentido a su vida:

Sentido de Vida

- 1) Hacer o producir algo.
- 2) Vivenciar algo o amar a alguien.
- 3) Afrontar un destino inevitable y fatal con una actitud y firmeza adecuadas.

Estos caminos corresponderían a los valores de creación, de vivencia o experiencia y de actitud. Los valores de creación significan “dar” de uno mismo a los otros, aportar al mundo. Con ello, con nuestro trabajo, con nuestro actuar, las personas sentimos que nuestra vida tiene sentido; nuestro sentido está en las cosas que hacemos para el mundo.

Es obvio que todos nos movemos por un fin. También es evidente que el motor de nuestros actos puede ser muy variado: nos puede impulsar el placer, el interés, el dinero, el conocimiento, el poder, el servicio y tantas otras cosas distintas. Incluso podemos encontrar personas con finalidades muy disueltas en la moda, la rutina, la superficialidad, etc.; es decir, apenas se plantean las razones por las que actúan de una manera determinada al trabajar, cuando descansan, en el modo de vestir, de divertirse, etc.

Se pueden tener días llenos de vacío aun estando completamente ocupados. Se puede ser superficial incluso siendo un investigador, porque la falta de reflexión sería impide la sabiduría.

El sentido no puede darse, no es algo que esté visible y al alcance en ámbito material de las cosas. El sentido va unido a la existencia propia de cada persona y a su dimensión Psicológica/Cognitiva; gracias a ella puede comprender que el sentido

Sentido de Vida

de la existencia no está escrito en ningún lugar, no es algo que pueda aprenderse del pasado ni extraerse de la historia. El sentido es algo que debe descubrirse en cada presente.

Elegir lo más sano es buscar aquello que da sentido a la vida, aun en las tareas más normales y simples. Es sabio quien es capaz de juzgar bien sobre lo que hace o deja de hacer en orden a poseer una vida lograda. Y esta lo será tanto más plena si su trayectoria se realiza de modo que consiga su destino final.

El sentido de la vida no se identifica con la felicidad, pero es condición de ella, pues cuando falta, cuando los proyectos se han roto, o no han llegado a existir nunca, comienza la difícil tarea de encontrar un motivo para afrontar la dura tarea de vivir.

Casi con rutina, afirmamos que la vida no es fácil. Y es cierto. Pero la vida sin sentido, vacía, acaba siendo más difícil. "La pregunta por el sentido de la vida y del mundo surge cuando se ha perdido el sentido de orientación y de uso de la propia libertad, cuando no se tiene una idea clara de a dónde nos llevan nuestras acciones y las actividades que la vida cotidiana a todos nos impone.

Para responder de manera convincente a la pregunta por el sentido de la vida, es necesario prestar atención a dos cosas: tener una tarea que nos ilusione y enfrentarse con las verdades grandes, comprometidas.

Sentido de Vida

El sentido no sólo debe, sino que también puede encontrarse en la conciencia, por medio de la razón, un acto como hemos dicho, puramente humano, gracias al cual, el ser humano puede hacerse consciente de la caducidad de su condición y por esto dirigirse hacia algo más allá de lo determinado.

Dar sentido a la existencia no significa de ninguna manera justificar nuestras acciones, podemos hacerlo desde el punto de vista ético; sin embargo, la mayoría de las personas no sabemos cuál es el sentido concreto de nuestra existencia en general, sólo elegimos de acuerdo a una cierta actitud existencial ante la vida.

El sentido, es el sentido concreto en una situación determinada y aparece siempre como un requerimiento que nos exige lo más profundo de nosotros. El modo de cada situación y puesto que hay una situación nueva cada día para cada persona, sólo puede darse el sentido en cada uno de ellos de manera particular. La vida humana ofrece diversas posibilidades que permiten descubrir a cada uno el sentido de su existencia. Este sentido es autónomo e independiente, distinto a cada ser humano y del ambiente, esto es, como hemos dicho anteriormente, aunque cada persona da sentido a su existencia, este no es meramente subjetivo.

La paciencia, flexibilidad y creatividad son las tres herramientas indispensables en la búsqueda del sentido, ya que este no se descubre de inmediato, es necesario estar alerta en todas las situaciones de la vida y sus enseñanzas, crear opciones nuevas, realizar ajustes a tu vida y nunca dejar de avanzar.

Atrévete a buscar el sentido de tu vida y luchar por él hasta el final.

Sentido de Vida

La vocación, una llamada a dar sentido

La palabra Vocación, etimológicamente viene del latín “vocare”, que quiere decir llamada. Es el llamamiento de una y su deber de responder. El primer llamado es a la existencia, a la plenitud de mi ser persona, esa es la primera vocación.

En las unidades anteriores estudiamos que la persona es tal desde el primer instante de su existencia, es ser humano desde que comienza a existir, la vocación significa una llamada alcanzar la plenitud de mi ser.

La vocación es una llamada dirigida a la conciencia, una invitación a ser alguien y queda claro que he escrito a ser, antes que a hacer. Ahora bien, en cuanto al modo de responder a mi vocación fundamental a la existencia está la que podríamos llamar, segunda vocación o decisión de vida, y es la inclinación que una persona manifiesta hacia un estado de vida, una profesión o una carrera.

Esta vocación no se trata únicamente de una inclinación personal, sino una realidad mucho más profunda que se inserta en el plano de la libertad humana y su búsqueda de trascendencia, es ahí donde podemos entender la vocación como una llamada a la persona a dar sentido y ordenar sus decisiones y actos según un ideal de realización. La vocación es una llamada y misión, que a su vez permiten la plena realización de la persona como tal. La elección de mi vocación será el medio por el cual lograré dar sentido a mi vida.

Sentido de Vida

La vocación es una cierta manera de vivir la vida, comprenderla y ordenarla como un servicio. Pero la llamada origen de la vocación no proviene de la persona. Esta sólo puede recibirla y aceptarla libremente.

La vocación es ser “llamado, “ser llamado por” y “ser llamado para”. Llamado por la vida misma y para alcanzar la plenitud de mi ser persona. Esto requiere una escucha, una respuesta, la llamada viene de la interiorización y reflexión, por medio de una correcta autoimagen me conozco y descubro tal cual soy, con mis posibilidades y límites, además está el llamado de la misma vida, lo que me gusta hacer, lo que me atrae, el espacio donde puedo llegar a ser plenamente persona.

Las maneras de servir son múltiples según los tiempos y los lugares y las formas de llevarla a cabo. Cualquiera que sea nuestra vocación, somos llamados a la plenitud de nuestro ser. De manera que toda llamada, a la vocación que sea, tiene como fin la realización de la persona dentro de los marcos en los cuales se puede realizar mejor su afán de ser feliz y hacer felices a los demás.

La vocación de todo ser humano es ser persona, descubrir el sentido profundo de su vida, de su cultura y de su fin trascendente, el hombre está llamado a vivir su vocación en la plenitud de su ser, llevando al máximo desarrollo cada una de sus dimensiones.

Esto lo puedo alcanzar con una vida sustentada en valores y la vivencia de virtudes. El sistema de las virtudes humanas se configura así como el estado perfecto del hombre en cuanto es hombre, o dicho de otro modo, como la situación real y efectiva de la liberación humana, tal como puede ser alcanzada en esta vida.

Sentido de Vida

Se trata de un sistema, porque las distintas virtudes están enlazadas entre sí y dependen unas de otras y se refuerzan mutuamente. Por eso no se puede ser prudente si no se es fuerte, justo y calmado, y no se puede ser justo, si no se es prudente y fuerte y temperante, etc. Y estando en posesión de este sistema de virtudes, en un grado suficiente de desarrollo, el hombre se siente verdaderamente libre y dueño de sí y abierto a los más amplios horizontes.

En ese estado de posesión y uso de todas las virtudes humanas, principalmente de las morales, el hombre ejerce rectamente su libertad psicológica, o sea, la ejerce de la manera más eficaz para que la apertura trascendental de su ser encuentre un objeto congruente tan amplio como ella.

Usando adecuadamente de su libertad psicológica el hombre puede conseguir que lo que es por vocación o por tendencia natural, lo sea también de manera efectiva y real, mediante sus obras de vida. Esto es hacer realidad la primera llamada que recibimos al nacer y que es llegar a ser lo que somos: personas (García López 2008).