SENTIDO DE LA VIDA

Las preguntas sobre el significado de la vida se han expresado de muchas formas, y entre ellas las siguientes:

¿POR QUÉ ESTAMOS AQUÍ?.

.

¿PARA QUÉ ESTAMOS AQUÍ?

.

¿CUÁL ES EL ORIGEN DE LA VIDA?

.

¿CUÁL ES LA NATURALEZA DE LA VIDA?.

.

¿CUÁL ES LA NATURALEZA DE LA REALIDAD?

.

¿CUÁL ES EL PROPÓSITO DE LA VIDA?.

.

¿CUÁL ES LA PROPÓSITO DE NUESTRA VIDA?

.

¿CUÁL ES EL SIGNIFICADO DE LA VIDA?.

.

¿QUÉ ES LO SIGNIFICATIVO Y VALIOSO EN LA VIDA?

.

¿CUÁL ES EL VALOR DE LA VIDA?

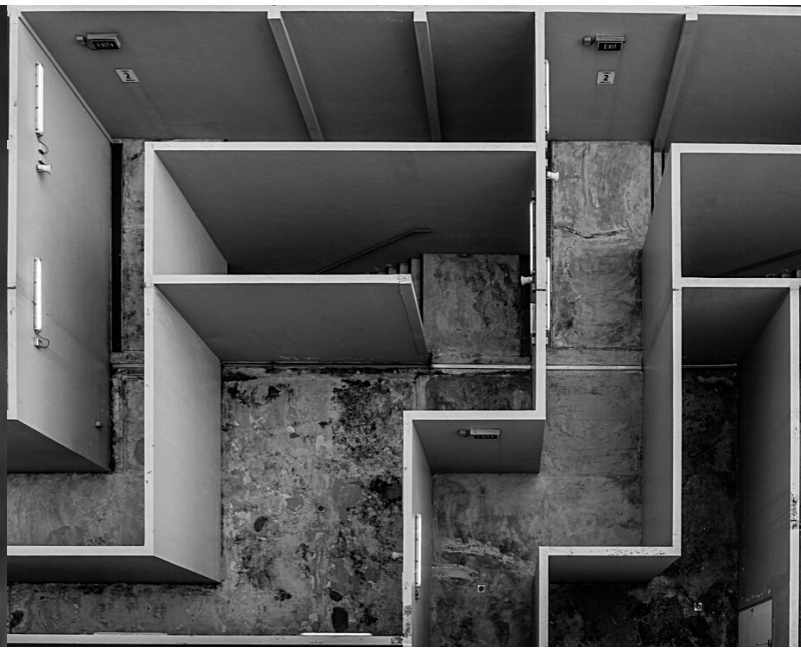
.

¿CUÁL ES LA RAZÓN PARA VIVIR?.

.

¿PARA QUÉ ESTAMOS VIVIENDO?.

Curiosamente la mayoría de estos interrogantes suelen surgir como consecuencia de eso que solemos calificar como crisis: familiares, personales, de trabajo, de seguridad económica, de salud, de fracasos afectivos,... Cabe preguntarse por las causas por las que acostumbramos a esperar a que nos ocurra algo, que calificamos como negativo, para plantearnos determinadas e importantes preguntas acerca de nosotros mismos. ¿No resultaría más productivo partir de situaciones positivas y que en mayor o menos medida nos proporcionen felicidad, serenidad y estabilidad?. Otra buena pregunta, aunque en este caso de fácil respuesta.



El **poder averiguar el sentido de la propia vida, interrogándonos acerca de ello, constituye una de las características esenciales de los seres humanos.** Organizamos nuestra existencia conforme a nuestras intenciones y proyectos, a nuestros actos y decisiones, y el hecho de encontrarle sentido resulta ser sumamente importante para lograr que la propia vida sea satisfactoria en todos los aspectos. **El vivir la vida sin sentido hace que cualquier acción carezca de verdadero significado**, obteniendo poca o nula satisfacción por ello. El pasado será como una pesada carga que arrastramos, veremos el presente siempre lleno de problemas y el incierto futuro lleno de amenazas.

La propia vida nos presenta multitud de interrogantes, a los que normalmente solemos responder de forma incompleta y parcial, pero las reflexiones frecuentes acerca de la misma pueden permitir el que la gran cantidad de preocupaciones e inquietudes, afanes y aspiraciones de la vida diaria, no hagan que nuestra atención se desvíe de lo realmente valioso. Las reflexiones acerca de la propia vida, la búsqueda del sentido, facilitará el poder alejarse de la visión superficial de las cosas, proporcionándonos la hoja de ruta para recorrer nuestro propio camino. Y a cada cual nos toca encontrar nuestras propias respuestas, descubriendo nuestras propias realidades y verdades, puesto que lo que resulte verdadero, útil y significativo para unos, puede perfectamente y con bastante frecuencia, no serlo para otros.

CUESTIONES CLAVE EN LA BUSQUEDA DEL SENTIDO DE LA VIDA

ORIENTACION

DEBEMOS PRESTAR ATENCIÓN A NUESTRAS GANAS: ¿QUÉ TENEMOS GANAS DE VIVIR, Y CÓMO?.OBVIAMENTE LA PURA ESPONTANEIDAD DESEANTE NO NOS SERVIRÁ PARA REORIENTAR LAS PRÁCTICAS. NECESITAREMOS PENSAR NUEVOS CAMINOS, DESEMPOLVAR LA IMAGINACIÓN Y LA INTUICIÓN PARA DISEÑAR ESTRATEGIAS Y ACCIONES NOVEDOSAS.

VALOR

REVISAR NUESTRA VERDAD ACERCA DE LO QUE TENEMOS ESTABLECIDO COMO VALIOSO Y VERDADERO POR LA EDUCACIÓN QUE RECIBIMOS. ESTO REQUIERE REPENSAR LA VALIDEZ DEL SENTIDO A PARTIR DEL CUAL PERCIBIMOS CIERTAS FORMAS DE VIVIR COMO BUENAS, REPITIÉNDOLAS AUNQUE NO NOS HAGAN FELICES, Y CONSIDERAMOS OTRAS COMO MALAS, SIN EXAMINAR SI REALMENTE SON DAÑINAS PARA NUESTRA VIDA O PARA LA DE LOS DEMÁS.

VIVENCIAS

NECESITAMOS TOMAR CONTACTO CON LO QUE DESEAMOS VIVIR, QUE CASI SIEMPRE ESTÁ ATRAPADO POR CREENCIAS Y PREJUICIOS, HEREDADOS O ADQUIRIDOS, DE UN MUNDO ANTERIOR. PODEMOS CAMBIAR CREENCIAS Y ELIMINAR PREJUICIOS PARA SUPERARLOS Y PODER VIVIR MÁS ALLÁ DE ELLOS.

EVOLUCIÓN

CONVIENE QUE NOS AUTORICEMOS A PENSAR Y VALIDAR PROYECTOS Y CONDUCTAS QUE AFLORAN EN NUESTRA MENTE, Y QUE HASTA AHORA NO NOS HEMOS ATREVIDO A IMAGINAR Y DESEAR, O QUE DESCARTAMOS POR INCORRECTAS O IMPOSIBLES. ¿Y SI FUERAN MEJORES OPCIONES, POSIBLES Y PRACTICABLES?.

REALIMENTACIÓN

ES IMPORTANTE INVITAR A LAS PERSONAS QUE CONFORMAN NUESTRO ENTORNO (FAMILIAR, LABORAL Y SOCIAL) A EVALUAR (NO JUZGAR) Y COMPARTIR ESTA BÚSQUEDA DE SENTIDO,
ASÍ COMO A ENCONTRAR NUEVAS FORMAS DE RELACIONARNOS. ES PRECISO QUE APRENDAMOS A VINCULARNOS CON ELLOS EN TANTO ALIADOS QUE SE POTENCIAN MUTUAMENTE, Y NO COMO JUECES QUE DICTAMINAN DESDE UN SUPUESTO PAPEL DE POLICÍAS DE LA BUENA CONDUCTA ESTABLECIDA.