

# El sentido de la vida

## El diálogo interior

Por Eduardo Armstrong

Si creemos que es posible actuar como mejor nos parece posible, no siempre nos preocupamos por las consecuencias probables, especialmente, las que pueden ocurrir mas allá de lo inmediato. Lamentablemente, y como esto no ocurre siempre, demasiadas veces enfrentamos nuestro arrepentimiento al ver los resultados de acciones donde no consideramos suficientemente lo que era esencial por perseguir, lo que no lo era. Por ejemplo, cuando buscamos el beneficio personal sin tomar en cuenta al prójimo o como lo estamos afectando realmente.

Sin embargo, disponemos de herramientas naturales que permiten al ser humano acceder a un mejor discernimiento y, de paso, estar un poco mas protegidos de nuestras malas o pobres decisiones, cuando estas pueden causar daño a otros o a uno mismo. Una de ellas es atender mas a la ayuda que significa contar con principios superiores y valores mas trascendentes; otra, es tener en cuenta al patrimonio que significa la propia familia, cultura y religión, cuyas costumbres sociales son probadas en su efectividad y nos han permitido disfrutar de mucho de lo que hoy forma parte de la vida diaria; pero existe una que pareciera mas distante, probablemente porque requiere que cada persona la busque por si misma, su valor puede llegar a ser el de una luz que iluminará nuestras decisiones frente a los momentos en que la duda, la incertidumbre o la ausencia de racionalidad, parezcan reinar sobre nuestros pensamientos. Me refiero al significado de encontrar motivaciones con un sentido mas general para lo que hacemos. Y si ese propósito es trascendente, la intencionalidad podrá ir mas allá del beneficio inmediato o egocéntrico, será cuando posiblemente habremos encontrado un sentido mas profundo para guiar nuestra vida.

Naturalmente, tendemos a actuar por convicción, pero con frecuencia lo hacemos sin detenernos a evaluar si esto obedece a influencias cuyo atractivo o aceptación no se corresponde con lo principal. Si, me refiero a la

facilidad que parecemos tener de actuar en base a los sentimientos y emociones sustentadas en lo ajeno a lo cual debiera ser principal. Los acontecimientos tienden a parecernos lo que son, pero esta forma que aparenta ser tan convincente mentalmente podría no ser tal, ya que es posible que los acontecimientos sean dimensionados en acuerdo al sentido que les damos. Si fuera verdad lo anterior, podría beneficiarnos ocuparnos por establecer referencias diferentes y ojalá mayores para analizar un poco mas a nuestra supuesta objetividad antes de decidir, o si quisiéramos conducir nuestra voluntad alejada del azar o abundantes errores. Además, de paso, podríamos estar determinando mejor el auténtico efecto de las cosas y los acontecimientos sobre nosotros. Hablamos de formas de pensar que pueden determinar la voluntad, los pensamientos, su orden y como disciplinar la inteligencia, para que, al menos, sea posible reducir un poco mas el efecto de los impulsos y estímulos, tomando decisiones un poco mas seguras en cuanto a su efectividad y conveniencia objetiva. Hablamos de buscar métodos y medios de ayuda efectiva para el proceso mental cotidiano, que permitan obtener de nuestros pensamientos un mejor discernimiento. El cual, como tal, es un acontecimiento individual y personal, que procede exigiendo que sea la misma persona quien libre y voluntariamente determine sus mejores posibilidades, opciones y preferencias. Y por este camino, hemos llegado a un aspecto muy poco definido en cuanto a sus procesos como herramienta personal para dirigir el pensamiento, el de la conciencia.

El tema de la conciencia como el de la inteligencia y los pensamientos, no es una materia objetiva en el sentido de que no esté expuesta a los cambios o alteraciones naturales, ella, objetivamente acusa una realidad subjetiva y su razón de ser es atender nuestras vidas, muy expuestas a los cambios o alteraciones por influencias que pueden ser tan variadas como inesperadas. Veamos algunos aspectos de lo que puede transformar lo objetivo en subjetivo: primero, la relación entre las partes hace que estas se influyeran mutuamente, por lo que la inteligencia en sus procesos, debe atender simultáneamente a variadas influencias, tanto externas como internas, para intentar discernir lo mejor posible; por otro lado, frente a una realidad que para el pensamiento opera al límite de lo caótico, la conciencia podría parecernos mas estable, pero en un aspecto tampoco lo es, ya que ella se influye fuerte y directamente por lo que dicta la voluntad, y, por lo tanto, se rinde, cambia o afecta ante los hechos o acciones sostenidas con reiteración. En consecuencia, la conciencia puede crecer o reducirse, por lo que cabe considerar que el grado de conciencia disponible no es el mismo entre personas, al menos entre los seres humanos en esta vida. Lo anterior puede

lugar a constituir una dificultad no menor, especialmente si consideramos que tendemos a depositar nuestra confianza en ideas y personas, sobre las cuales descansamos como si fueran un auténtico apoyo, pudiendo en ocasiones no serlo. A esta situación o condición mental tan frecuente, de confiarnos en pensamientos sin sustento objetivo, la llamamos actuar en base a prejuicios. Tema en el cual no me extenderé ya que está debidamente abordado en la guía de vida propuesta en *Los pilares de la felicidad*, y en el manual de sexualidad, afectividad y convivencia *Tu vida en un instante*.

Cuando nos enfrentamos a la realidad, para nuestros pensamientos el sentido de vida se refiere a la dirección elegida previamente que nos guía hacia las mayores metas y objetivos circunstanciales que la persona va estableciendo o adecuando como sus prioridades. Parece simple, pero lo anterior no es todo, hay más, porque no somos máquinas y si actuamos como un robot programado nunca llegaremos a ser felices. El sentido que le damos a lo que hacemos es tan vital que nos afecta determinando en gran medida nuestra identidad: como nos reconocemos y como vemos o comprendemos lo que nos rodea. El sentido también ofrece otra característica poco apreciada, nos mantiene en una dimensión espacial además de la valórica, lo cual permite al ser identificarse como tal al sentirse estableciendo su posición y disposición ante las referencias que le parecen vitales. Aceptar un sentido de vida, ciertamente también es condicionarnos, limitación que se logra aceptar cuando reconocemos que la vida personal pertenece a una realidad mayor más rica y extensa, la cual intuimos que merece el tiempo y esfuerzo de ser buscada, descubierta y descifrada lo mejor posible; especialmente, si quisiéramos anticiparnos al intentar vivirla consecuentemente desde ahora.

Pero, ¿para qué complicarnos? Porque, si encontramos lo que es superior a nuestra vida, a lo que llamaremos existencia, por el solo hecho de ser una realidad superior, en teoría ella puede determinar lo que establece el mejor sentido que le podríamos dar a nuestra vida. Si queremos más, naturalmente debemos exigirnos más, y vivir es intrínsecamente sentirse parte de una integridad, miembro activo de algo más extenso que supera nuestra realidad individual, por la cual parecíamos sentir atracción y guiados hacia una paz que se ve como inevitable, porque intuimos que allí podremos llegar a ser y estar más completos, como seres o personas. La vida humana es como una construcción de personas en el tiempo. El sentido de la vida es como la luz que vemos o que esperamos encontrar en algún punto de nuestro camino de vida personal. Es la luz que representa nuestros sueños y aspiraciones, las metas y objetivos, los deseos no cumplidos y los tan importantes de no

reincidir en los errores cometidos, o la necesidad de encontrar una mayor comprensión mutua, o la esperanza de alcanzar una mejor calidad de vida. Es la luz que no se ve, pero la cual todos podemos reconocer, porque la llevamos como un recuerdo que está grabado en nuestro interior.

Veamos a continuación algunos ejemplos de sentidos de la vida:

A todos nos gusta sentirnos especiales o dignos de alguna forma de aprecio o reconocimiento, pero la realidad pareciera decirnos algo diferente, por lo que darnos cuenta de esto puede hacer diferencias mayores, especialmente, cuando de no desperdiciar nuestro tiempo en esfuerzos estériles o sin destino se trata. Ser, es sentirse vivo, parte de algo mayor a la personal existencia, a la cual aspiramos poder integrarnos, participando en ella; esto ocurre haciendo o transformando lo que es personal en comunitario.

Se es respecto de algo mas, de alguien mas; según lo cual, la ausencia es dejar de ser. Somos, en la medida que actuamos sobre los demás, sobre alguien mas y, lo que somos, simplemente representa la visión de nuestro reflejo en las vidas que hemos tocado. Sin embargo, sentirse orgulloso o digno de mérito parece realmente una insensatez, ya que para la vida nada parece ser mucho o poco, nada ni nadie es mas o menos que otro, por lo que pareciera no existir una medida o calificación para las personas, parece no haber nada que permita establecer como éxito o fracaso a un ser, quien desde que es concebido nace como una integridad cuya dignidad es completa y le ha sido entregada gratuitamente. El solo hecho de haber sido creado y llamado a compartir la vida, pareciera ser un hecho insuperable e intocable; según lo cual, nada ni nadie tiene mas o menos de lo que, en esencia, constituye su persona.

Quienes han tenido la oportunidad de tocar tan solo un alma durante su vida, saben que ese instante es un momento infinito y eterno, al que llevarán consigo y recordarán por el resto de su existencia. Uno, una persona, nada mas y nada menos, realmente no importa quien sea ni como sea, no se trata de si vale mas o menos, de conveniencias ni de agrados, ni del costo que signifique aceptar ir a su encuentro para ver si acepta recibir lo que una humilde mano extendida le intenta ofrecer. Hablamos de lo mas grande que el ser humano puede alcanzar o lograr, de como es posible aquí, hoy, tocar lo eterno, apreciando el valor infinito de lo que es posible para todos hacer ahora. Hablamos del valor de la vida humana, de sentirnos parte y miembros de una existencia comunitaria, y del precio que esta maravilla mantiene hoy, antes, y siempre. El valor de una vida es tan grande, que solo es posible

apreciarlo en lo aparentemente mas insignificante: en la humildad del gesto amable, en compartir una sonrisa alegre, en una mano extendida que se ofrece, en el acto solidario que busca una solución, en un oído dispuesto a escuchar, en una palabra que busca ser acogida, o hasta en la mas simple y pasajera mirada de comprensión. Todo, todo lo que tenemos, todo lo que nos rodea, todo lo que somos, todo lo que podemos hacer, todo parece servir a una vida que se nos muestra con una simplicidad y humildad casi incomprensible. Nuestras vidas transcurren como si se hubieran anticipado y tomado antes todas las medidas posibles, para mostrarnos nuestros poderes interiores, para ofrecernos los medios que permitirán facilitarnos todo lo que debamos emprender. La vida no es lo que tenemos, es lo que hacemos, con lo que tenemos.

Pero, ante esta realidad, cuando intentamos vislumbrar el sentido mas profundo de vivir, cabría preguntarnos, ¿que es la vida? Y lo que debiera ser una explicación terminal, no lo es, ya que observamos con sorpresa estar presenciando el inicio de algo tan grande que, en vez de alterarnos, la percibimos como una presencia que se puede sentir entregándonos Su paz.

Vivir, se refiere a como participamos de la vida y existencia que nos rodea, pero no en lo grande ni por las intenciones o deseos, mas bien en atender lo realmente pequeño, cotidiano, lo que está a nuestro alcance por el solo hecho de aprender a mirar, de aprender a escuchar, de aprender a hablar, de aprender a sentir, de aprender lo que debiera presidir nuestro actuar. La vida se refiere a lo que nos permite vivir diariamente, mientras extendemos nuestra existencia mas allá de nuestro ser, de nuestros propios intereses, para ir al encuentro de lo que nos permitirá compartirnos por medio de una convivencia mas participativa. La vida es el todo, es origen, medio y fin de nuestra existencia, pero la vida no representa nuestro destino ni nuestra razón de existir. La vida tampoco actúa, no es una persona ni posee personalidad, existe para que podamos actuar en ella, y el tiempo es nuestra circunstancia. Por lo mismo, la vida es dinámica y no estática, es vital y no inerte, es activa y no pasiva, es indefinible ya que no podemos reconocer sus alcances ni establecer a plenitud aquello que nos parece estar detrás de ella: me refiero al orden consecuente que se refleja en la existencia, como una Voluntad que parece ser anterior a todo lo que podríamos llegar a soñar o apreciar. Una Voluntad a la cual percibimos como pasiva sin serlo, como tratando de no entorpecer nuestra libertad de actuar, la que nos ha sido dada probablemente, por ella. Parece una Voluntad tan activa como si deseara verse pasiva, parece no querer ser reconocida como una presencia que obstaculiza o nos condiciona; como si no deseara intervenir para no

influirnos y afectar nuestra voluntad. Pero es una Voluntad eterna con la cual si podemos relacionarnos personalmente en todo lo que hagamos si nuestra voluntad lo permite. Hablamos de una Voluntad que se muestra integral e integrada a la vida misma, como queriendo decirnos que ella es la vida, que ella es vida, nuestra vida, y, que por lo tanto, realmente la necesitamos para lograr vivir mejor. Una Voluntad que se muestra sin reservas, sin pedirnos nada, ofreciendo todo lo que necesitemos y que podríamos llegar a necesitar para vivir en paz, con la realidad que tenemos. Una Voluntad que nos advierte cariñosamente que la libertad de la cual disfrutamos tiene y tendrá un precio que no podremos eludir, el que está determinado por el sentido que le demos a lo que hagamos.

Al parecer, el destino de la vida humana está en las manos del mismo ser humano, y siempre fue así, hoy es así y mañana seguirá igual. Pero si nuestras vidas dependen del sentido que le damos a lo que hacemos, la pregunta final podría ser la siguiente: ¿cuál es el sentido de la vida? Ya que ello probablemente será lo que determine nuestro sentido de vivir, de la vida personal e individual. Pero hemos visto que todo está relacionado e integrado por formas tan completas como maravillosas, pero donde nada parece ser divisible o cuantificable, por lo que intentar darle una definición a lo indefinible es un contrasentido. Es cierto, pero alguien se tomó muchas molestias para que lo imposible fuera posible, y que incluir el sentido de la vida misma, el sentido de vivir, el sentido de existir, el sentido de ser, y el sentido de todo lo que nos rodea, pudiera ser contenido íntegramente dentro de lo mas humilde, en una sencilla palabra.

Por otro lado, expresar la mas completa comunión de la vida, en un evento que todo lo integre, en el cual todos pueden participar porque no tiene tiempo ni espacio, ya que une los tiempos y los espacios en un hecho único y trascendente, ¿nos parece imposible o no? ¿Cómo puede ser posible unir a la misma existencia en una dimensión atemporal que trasciende las circunstancias de las vidas personales para permitir una comunión universal? Si esto fuera posible, indudablemente sería la mayor expresión en que nos sea posible reconocer la infinita grandeza de la vida, de vivir, y de todo lo que esto trae consigo. Si queremos realmente saber y reconocer el valor de una simple y sencilla vida, debes saber que el valor de vivir únicamente podemos apreciarlo al reconocer el valor de la muerte. Es en la muerte que logramos apreciar el sentido mas profundo de nuestra vida: muriendo vivimos, dando recibimos, perdiendo lo que damos ganamos, compartiendo entregamos pero finalmente recibimos. Si la muerte es la esencia de nuestra vida, vivir ¿puede ser morir? De ser así, podría parecernos que el sentido de

la vida y la muerte fuera el mismo, único, y en consecuencia necesitaríamos atenderlos a ambos para aprender a vivir, comprendido esto como lo que se espera de quienes saben apreciar lo que tienen y buscan la felicidad en los medios disponibles que le ofrecen vivir en mayor equilibrio y paz.

Morir para vivir, es desprenderse de lo que se aprecia para dar mas vida a quien no la tiene de verdad, para resucitar de una forma de muerte a quien padece y sufre, por medio de dar el consuelo que entrega el sentirse comprendido, por medio de dar aquello que otro puede necesitar mas, por medio de ser solidario al buscar soluciones mas definitivas para el otro, etc. Así, la muerte para unos puede ser transformada en vida para otros cuando a lo que hacemos le damos un sentido trascendente, para actuar mas allá de los intereses particulares; es de este modo como nos hacemos partícipes de la vida, viviendo de verdad. Participar nos permite reconocer la belleza infinita de la vida y la maravilla eterna que es la facultad de compartir, compartiéndonos. Nos hace comprender que vivir es tan simple como un juego de niños, para quienes el simple hecho de compartir los hace sentir mas vivos y alegres que nunca; para esos niños no hay tiempo, todo es presente, todo es alegría, porque saben que cualquier adversidad la pueden transformar cuando todos se sienten acogidos y comprendidos por los demás. Si, apreciar la esencia de la vida es plenamente posible al ver los sentimientos de los niños que aún mantienen su inocencia.

Estamos llegando al final de este ensayo, y el último ingrediente que quisiera considerar para buscar el sentido de la existencia, de la vida, de vivir, de la vida personal, ha sido nombrado: la inocencia. El Amor verdadero exige nuestra inocencia para mostrarse, no se trata de un requisito que nos pida ausencia de faltas, es otro asunto muy diferente: mas bien, se refiere a sostener una disposición y actitud decidida, que realmente exprese una voluntad firme que no deje dudas acerca de lo que realmente se desea, y, en consecuencia, de lo que realmente se es. El Amor es el resultado de una voluntad expresada en acciones, no de intenciones o buenas palabras.

El sentido de la vida y el de vivir, es el mismo: descubrir la infinita capacidad de Amar que abunda en toda la existencia de quienes logran atender la realidad de sus vidas. El sentido de vivir es el de reconocer el valor del instante infinito, al elegir entre las dos opciones esenciales del ser humano: actuar con Amor o en su ausencia. ¿Es simple o no? Pero a Dios, esa humilde elección le costó su vida, morir por Amor, por nosotros: Y como es inmortal, se hizo Hijo, vivió y padeció como nosotros, pero murió como el mas despreciado y abandonado, ante la indiferencia de un mundo que no

deseaba reconocerlo, que hoy no desea reconocerlo: su muerte es nuestra vida. ¿Parece poco? Hoy podemos vivir unidos gracias a Su vida y muerte, en comunión, se entregó para que todos podamos acceder a una vida mas plena gracias a Su muerte, la mayor expresión de Su Amor, la cual nos permite ver a todos como en ella es hoy posible unir la existencia en la expresión mas humilde y cotidiana, la cual nos permite participar de la unión de todas las dimensiones y tiempos, participando de la comunidad eterna que, en ella, representan a la vida y la muerte, unidas para siempre por el mas humilde y desvalido de los hombres, quien no se dejó doblegar en un estado insoportable y lleno de angustias, incertidumbres y temores, ante el Amor que para Él, dió sentido y justificó todos sus padecimientos hasta Su misma muerte. Este hecho es vital, para comprender los alcances de la vida personal, y no desanimarnos ante los fracasos, errores o brutalidades cometidas; la vida como hoy la disponemos es una puerta abierta a las esperanzas de quienes tienen la voluntad de creer que pueden ser mas de lo que han sido, y que creen en la eternidad para poder mantener un crecimiento personal; o sea, que no somos ni seremos perfectos, que necesitamos aceptarnos como somos, y aprender a vivir conviviendo, participando, y demostrando que cuando aceptamos actuar por Amor, lo que antes pareció imposible puede ser luego posible.

Determinar un beneficio o costo, en la realidad humana implica primero considerar la referencia que determinará o nos dará el valor de la acción a emprender, sin la cual estaríamos ciegos. Porque es posible y muy común, creer que hacemos lo correcto y luego darnos cuenta de haber cometido un error, o un grave error. En consecuencia, lo único que parece ser realmente objetivo en la vida, para toda forma de vida consciente y por supuesto para el ser humano, es lo que nos muestra una simple palabra: el Amor. Todo lo demás, parecen ser interpretaciones y percepciones, intenciones o actos de fe con esfuerzos, unos acertados y otros errados.

### **El camino entre ser y lo que se quiere ser, es tratar.**

Vivir es hacer, actuando con lo mejor de ti. Hablar de la existencia es como intentar hacerlo sobre la inmensidad del mar, que nos parece insondable y misterioso, la vida que nos rodea es como aquello que limitadamente podemos alcanzar con la mirada o el conocimiento, y vivir se refiere a los cambiantes y variados acontecimientos que transcurren en la orilla. Todo es necesario, todo invita, todo está relacionado, aún cuando en ocasiones nos cueste aceptarlo porque los alcances de nuestra vista son limitados.

Siguiendo la metáfora anterior, nacemos y crecemos cerca de la orilla, en lo que nos parece ofrecer la mayor seguridad. Mas pronto comenzamos a comprender que poco es realmente lo que nos pareció inicialmente, al crecer notamos que vivimos una realidad de la que formamos parte, pero la cual, mas que amable, nos parece cada vez mas como una realidad depredadora. Paso a paso vamos comprendiendo que sentirnos protegidos no era suficiente, y ahora, como perdidos, buscamos sentirnos acogidos, buscamos la luz en el oro, buscamos poseer el poder, buscamos ser felices sin dar felicidad, buscamos ser acompañados sin saber acompañar, buscamos lo finito y mas inmediato, buscamos vivir pero indiferentes de las vidas ajenas, buscamos el conocimiento pero no para comprendernos, buscamos tener y no como dar, buscamos llenarnos sin arriesgar ni vaciarnos, buscamos ser libres pero sin comprender su significado.

La aparente seguridad que nos ofrece la vida actual, nos dificulta ver desde nuestra orilla, desde nuestra comodidad, que la diferencia entre buscar y encontrar siempre estuvo en nuestro interior, nunca dependió de algo mas que de uno mismo, del sentido que dábamos a lo que hicimos, de buscar ser en el otro y dejar de tratar ser lo que no somos, dejar de tratar de ser causa para ser sencillamente, efecto. Y si parece que esto no es suficiente, recordemos que lo poco objetivamente puede ser mucho y, quizás, sea lo que no permita encontrar lo insuperable. Ver de verdad es reconocer los efectos en nuestro interior, donde naturalmente encontramos una realidad que nos habla de un estado de paz, satisfacciones, alegrías y felicidad, que pareciera siempre haber estado allí, esperando por nosotros, para que al fin lo lleguemos a descubrir en lo mas profundo de nuestro interior; y al reconocerlo, lleguemos a comprender quienes somos y las maravillas a nuestro alcance que tanto tardamos en descubrir.

Dicen que quien busca encuentra, es cierto, pero también lo es que hay múltiples caminos hacia el interior de todo ser humano. Uno de ellos nos dice que simplemente caminando, la vida nos alcanzará y se nos mostrará en todo su esplendor. Al parecer, lo que realmente necesitamos es simplemente vivir con los ojos abiertos, los oídos atentos y la boca tan cerrada como podamos, ya que tendemos a utilizar las palabras como puños mas que como puentes.

Nadie requiere ir al encuentro de su vida, sencillamente basta con atender la vida que ya es nuestra, la que permanece a nuestro lado como esperando confiada en que finalmente reaccionemos y apreciemos lo que ya somos y tenemos. Pero el sentido de todo, es la humilde consecuencia de lo que alcanzamos a comprender y no siempre será visto como el resultado de un

simple acto de nuestra voluntad. También lo es el resultado de quien ha visto lo que la Gracia ha hecho, hasta reconocer que nada fue merecido, que ningún esfuerzo nuestro justificó tal generosidad, y que lo que podamos hacer en nla vida no pasará de ser una simple muestra del agradecimiento de un ser limitado por su condición, e ilimitado por la Gracia. ¡Comprende esto y serás libre! Porque quien no sabe agradecer, no sabe lo que se pierde y por lo tanto, no sabe vivir. Y si no sabemos vivir, el sentido de lo que hagamos será tan errático como los resultados obtenidos. La vida no se trata de buscar darle un sentido, si no de encontrar el que ya posee, el cual nos permitirá integrarnos a ella por medio de nuestra participación. Todo es como una bendición, un regalo que pocos agradecen y muchos rechazan, unos lo aprecian y otros desprecian, por esto, lo realmente importante es el significado y sentido que tú le des, y lo demás ocurrirá por añadidura según unos o consecuencia según otros. Esto aplica a todas las áreas o esferas de la vida, sea esta la familiar, social, laboral, de estudiante, con las amistades...

Y cuando hablo de lo superior, me refiero a lo que es natural y observable, que puede ser percibido por cualquiera. Lo natural no depende de las ideas o palabras, ocurre independientemente de lo que pensemos o hagamos, y sigue el curso de sus acontecimientos con la libertad mas absoluta. Hablar de un hecho no hace al hecho, en el mejor de los casos, podría ayudar un poco, muy poco, a su mejor comprensión; y esta, será la que naturalmente nos permita apreciar o valorar el hecho. Mis palabras buscan sembrar, y aquí, mas que respuestas buscan crear dudas, preguntas que cuestionen y nos obliguen a dedicarle un poco mas de tiempo a encontrar las respuestas donde ellas nos esperan desde la eternidad, en el interior de cada persona. Mis palabras no buscan que una persona cambie, ella ya es y dispone de todo lo que necesita; simplemente intentan ayudar a descubrir lo que somos, quien somos y lo que podemos hacer con lo que ya poseemos. La existencia personal ya ocurre, transcurre aquí y ahora, nunca se trató de lo pasado ni del futuro, se trata de como llegar a ser lo mas feliz posible hoy, con lo que hoy posees, con lo que hoy puedes hacer. Esa es la clave.

Mis palabras se esfuerzan por estimularte a buscar que seas tu, para que puedas expresar lo que realmente sientes y ya eres. Aquello en lo cual te reconoces y lo que mas valoras o prefieres, dejando brotar el ser interior, lo cual no es fácil para nadie, porque es permitirnos la debilidad que significa florecer sabiendo que luego de dar cada pequeña semilla, moriremos de alguna forma. Pero al mismo tiempo, sabiendo que en nuestra semilla viviremos, para que luego, en el reencuentro, alcancemos esa paz interior

siempre tan añorada como esquiva. Estas palabras no hablan de dificultades, hablan de oportunidades, de vida y de vidas.

No tenemos por qué estar tristes, siempre hay mas, siempre tenemos mas, y no verlo no significa que no exista. En ocasiones nos cuesta reconocerlo, pero siempre, al final, reconoceremos lo que ocurrió por nuestro bienestar; nada sobrará y nada faltará a quien pueda darse cuenta de lo que ha tenido. La vida nunca fue un misterio y siempre fueron infinitas las respuestas que tuvimos a nuestro lado, esperando por nuestra atención, por esa simple y pasajera mirada que les permitiera exhibir su belleza; la vida es como un jardín de efímeras flores que lo han dado todo por recibir una simple y pasajera mirada, pero que es la tuya.

Lo mas triste no es sentir o ver lo que nos falta en esta vida, es darnos cuenta de que lo importante lo tuvimos todo y que poco lo aprovechamos.

El mayor problema del ser humano es hoy como ayer, vivir con la perturbación de no saber quien es, ni lo que posee. Es rechazar la voz interior, los pensamientos, desoir el diálogo entre la mente y la conciencia, no atender la validez de los pensamientos, ni al impacto de lo que aceptamos o como interpretamos los pensamientos, es despreciar el propio futuro cuando no consideramos lo vital del optimismo y ser mas positivos, o el impacto de valorar tanto a los otros como a si mismo, o reconocer que como me vea determina como veré a los demás, es no aceptar la necesidad de comprender el origen de mis valoraciones y actitudes para evitar caer en los prejuicios, es no apreciar los niveles de ayuda que significa el no quedarnos estancados y siempre buscar nuevas soluciones, es despreciar las evaluaciones internas de los riesgos o la necesidad de auto controles y autoexigencias, para reconocer consecuencias anticipadamente y antes de vernos involucrados o envueltos, o desconocer el grado probable de impacto de nuestras acciones, según el cual debiéramos determinar su importancia. Descalificarse como persona también puede tener grandes consecuencias negativas, como también la baja autovaloración, lo que piensas de ti mismo puede ser autodestructivo o constructivo, y en aspectos parece predeterminar los resultados que emprendemos. Finalmente, detectar las causas de porqué pensamos, creemos o actuamos, debemos hacerlo sin intoxicarnos, dañarnos o destruirnos, porque tratarse bien o mal, tiene consecuencias directas para la salud.

La ventaja de vivir en una comunidad mas grande y diversa debiera ser que siempre podamos contar con alguien que pueda mostrarnos oportunamente

el otro lado del significado de lo que nos preocupa o que descuidamos, especialmente de los conflictos y su posible costo para todos. El maravilloso acto de voluntad es una expresión tan necesaria como vital, pero no parece ser siempre suficiente, ya que, en muchos casos, se requiere además de una gran persistencia y atención a lo que está ocurriendo. Es como en las grandes actividades y logros donde participamos, ellas nos demuestran que el tiempo que le hubiéramos dedicado a nuestro objetivo es directamente proporcional al resultado que podemos esperar ante el esfuerzo empleado. La voluntad, por lo tanto, no es un acto terminal, es realmente un acto original, el cual nos señala el inicio de todo, y no debemos olvidar que transcurre en una existencia donde mucho de lo que hacemos mantiene consecuencias con proyecciones, algunas de las cuales serán eternas, ya que somos eternos. De este modo, podemos decir que, en al menos un aspecto, la voluntad es el yo del ser, de nuestra persona espiritual, de lo mas auténtico que tenemos y somos. Es la mas profunda expresión de nuestras libres preferencias y prioridades, pero no olvidemos que avanzamos en el tiempo, y podemos ir cambiando y ajustándonos a voluntad, según lo cual, debiéramos estar cada vez mas cerca de lo que nos da el mayor sentido de vivir. Y si proyectamos esta actitud en el tiempo, posiblemente lleguemos a aunar las voluntades mas allá de lo nunca alguien imaginó.

Para el presente ocurre que en lo cotidiano poco consideramos que, para la voluntad, como para el alma humana y su conciencia, no existen las apariencias; estas pertenecen a la razón y al proceso mental. La inconsecuencia entre lo que se aparenta y lo que se es, sin lugar a dudas, constituye un fraude, porque es un intento de burlarse de los demás para destacar u obtener lo que se desea. Por lo tanto, aparentar puede verse en ciertos casos como una agresión, la cual es violenta si obtiene ventajas que nacen de las pérdidas de quienes se vieron perjudicados, al buscar formas de ocultar verdades presionando para obtener deseos o beneficios que si fueran lícitos, no demandarían tales formas de actuar. Aparentar es mudar la atención ajena hacia donde deseamos, a costa de ocultar una verdad. Como ocurre cuando vivimos de mentiras, sin darnos cuenta de que las consecuencias apuntan también a su origen, la envidia.

Cultivar las habilidades ayuda, pero tampoco es una garantía, ya que, por si mismas, no son una ventaja necesariamente, y, en algunas situaciones, podemos transformarlas en desventajas. Ocurre que la vida transcurre por períodos de tiempo, lo cual puede hacer de la improvisación un riesgo inminente que espera por un desastre. Para disponer de una habilidad por largos períodos de tiempo, es necesario transformarlas en hábitos, y lo

habitual se alcanza desde la autodisciplina. No hay hábito sin una cuota previa de disciplina, un poco de auto sacrificio y otro de perseverancia. Pero la vida ciertamente será mejor, mas ordenada y segura, sin tantos sobresaltos, miedos y una menor vulnerabilidad ante los naturales imponderables. Establecer rutinas es una forma de autodisciplina, postergar placeres en aras de un mayor bienestar futuro es otra, revisar las metas y objetivos periódicamente también nos ayuda. Acceder a la belleza de vivir es un arte, por lo que demanda un aprendizaje que tenemos que considerar y ser mas tolerantes con lo que no pudimos lograr, hasta ahora.

En resumen, el sentido de la vida que debemos encontrar se refiere especialmente a la verdad, comprendida como aquella donde hay mayor consistencia entre lo que vemos externamente y dentro de nuestro interior. El sentido de la vida es unir, integrar, acercar, y no excluye a nadie. Pero como lo podemos definir con una palabra, debiéramos considerar a la prudencia que obliga el uso del lenguaje que tantas connotaciones o sentidos diferentes se le pueden atribuir a la misma palabra. Esto nos afecta diariamente, a cada momento, y ocurre sin que nos demos cuenta porque demasiadas veces depositamos nuestra confianza en quienes no conocemos realmente, y menos sus intenciones. No se trata de vivir desconfiados, sino de hacerlo sin confiar en exceso, sin descuidar lo que debiera ser nuestro mayor cuidado: nuestra vida personal.

### **¿Es posible cambiar el sentido de una vida?**

La verdad, el conocimiento, el poder, el reconocimiento, la autoestima, las posesiones, el dinero... Todo lo anterior ayuda ciertamente a vivir, unos mas, unos menos, pero también incluyen sus propios riesgos, y ninguno de ellos nos libera plenamente de nuestras cargas y carencias. Las personas somos seres bastante predeterminados por los dictados de nuestra genética y las influencias vividas; al parecer, lo más efectivo dentro de lo humanamente posible, son los cambios que resultan de una voluntad perseverante. Sin embargo, si realmente queremos cambios trascendentes o que signifiquen una diferencia sustantiva en la vida personal que llevamos, es poco probable que lo poco sea suficiente, según lo cual, cuando decimos, yo soy, realmente la realidad objetiva puede ser otra: yo creo ser.

Lo mismo vemos en otro aspecto, cuando se habla del sentido del perdón o la reconciliación, ¿producen cambios o son intenciones muy necesarias,

pero mas aparentes que reales? ¿Cuánto vale el perdón o la reconciliación, de quien no repara lo cometido o que no está arrepentido? ¿O cuando la verdad de unos es mentira para otros? La reconciliación y el perdón parecen verse hoy como negociaciones, convenientes para las partes, pero no son la fuente de estabilidad que ofrece un cambio verdadero.

Lo central que intento mostrar es que cambiar el sentido de la vida, implica cambiar a un ser humano, lo cual no parece algo posible para el ser humano, ante sus propios recursos. Es demasiado lo que nos determinan los pensamientos y nos hacen un ser muy previsible. No se requiere ser expertos y basta con una observación cuidadosa para leer nuestros actos e intenciones. Si somos tan previsibles y cambiar, no es tan simple como una acción y su reacción, también sería cierto que los valores antes señalados como la verdad, la reconciliación, el perdón, la autoestima, las posesiones, y todo lo demás, podemos convertirlos mentalmente en apariencias, mas que en realidades objetivas: apariencias de satisfacción o de cambios, apariencias de felicidad, apariencias de paz, pero apariencias y nada mas. ¿Ayudan? Si. Pero pretender que nos cambian el sentido de nuestra vida, la personalidad, el carácter, o lo que somos como persona, no parece posible, o al menos no en un grado mayor, ya que mas parecen externalidades que un cambio interior. Mejorar la calidad de vida en lo personal o social, es un logro ciertamente, pero estamos hablando de un cambio interior mayor y que perdure. Porque, a modo de ejemplo, un obrero que luego es empresario, probablemente se comportará como empresario o lo parecerá a muchos; pero también, el empresario que luego es obrero, probablemente se comportará como obrero y no le reconocerán. Las condiciones pueden determinarnos mas de lo que creemos en nuestras percepciones, porque las respuestas mentales que damos están en función de ellas como también de lo que ya somos por medio de nuestros valores, principios y características de la personalidad interior o el carácter. Mas estos, como todo lo que nos acontece, parece que la mente tiende a adaptar lo que percibe para obtener una respuesta estimada por ella como conveniente u oportuna, relativizando lo que intelectualmente creemos inamovible, en un proceso del que no siempre podemos darnos cuenta a tiempo. Entre creerse una persona determinada y serlo, la distancia puede ser enorme; habitualmente, no somos buenos jueces de lo que puede afectar nuestra autoestima.

Pero hay una fuerza que si permite un cambio mayor, un logro posible ya que toca a todo el ser y no a una parcialidad. La cual, si es considerada y luego aceptada, pasará a ser parte de la persona, influyendo sensiblemente a su mente y pensamientos, expresándose a través de ella. Sus efectos son

visibles y al no poder ocultarlos o simular, pueden ser percibidos por los demás, lo que valida naturalmente a sus acciones, facilitando que otros la acepten y crean en ella.

Todo lo que ocurre en los párrafos anteriores busca mostrar nuestras naturales dificultades para producir un cambio interior profundo, y exhibe una realidad objetiva para quienes no muestran interés por incluir una ayuda superior a sus personas en lo que hacen. Pero en ausencia de una ayuda externa a la persona, la realidad humana parece estar limitada y en muchos aspectos, predeterminada por la realidad interior del ser y su entorno: dominada por sus pensamientos, sentimientos y cambiantes emociones.

Según lo anterior, la vida humana podemos verla resumida al enfrentarla a dos opciones, desde el punto de vista psicológico: buscar los cambios intrascendentes, esos que todos apreciamos pero que no duran ni nos cambian la personalidad; o buscar el cambio personal en lo que trasciende, en lo que está más allá de los beneficios e intereses individuales. Y esta segunda oportunidad, invita y permite incorporar un elemento que todos llevamos dentro, en nuestro interior, el que nos puede ofrecer cambios duraderos y que no exigen afectar negativamente a otros para obtener los beneficios que estimamos necesarios para construirnos o mejorar la calidad de vida: es el Amor, el cual espera por nuestra atención para que sea la persona quien lo acepte como el actor que le da un sentido propio a su vida. Según lo anterior, somos lo que amamos.

Los actos individuales de toda una vida podríamos resumirlos en una sencilla frase: con Amor o sin Amor. Para nuestra conciencia, con Amor hay cambios con un sentido que nos define, y nos permite encontrarnos con lo que somos; sin Amor, no hay cambios reales y vivimos una realidad de apariencias ausentes de sentido objetivo.

### **Tips que afectan el sentido de nuestras vidas**

Finalmente, los siguientes tips están alineados con el sentido que le podemos dar a la vida cuando buscamos más felicidad y un poco de paz:

- No te preocupes de lo que no tienes, ocúpate de lo que otros no tienen.
- Vivir bien no es vivir mejor que los demás, es tratar de ser mejor, actuando y haciendo todo lo mejor posible. Y eso, será suficiente.

- Descuidar las leyes naturales trae consecuencias. Por ejemplo, no considerar que toda acción genera una reacción previsible; lo que la mente olvida lo carga el alma, pero nada desaparece porque lo hecho hecho está, formando parte del ser que lo carga; el poder busca mas poder, como el Amor busca mas Amor; lo que se puede ocultar a los ojos, permanece en el alma; no te preocupes de lo que otros hacen y ocúpate mas de lo que haces.
  
- Respecto a formar la voluntad: si realmente quieres sentir la vida a tus pies, sitúate a los pies de la vida; si quieres sentirte grande, actúa como si fueras mas pequeño; si aprecias sentir el poder, actúa como quien no lo es; si quieres ser escuchado, aprende a callar; si buscas ser tomado en cuenta, aprende a considerar; si quieres luchar, antes necesitas aprender a pacificar; si buscas el perdón, aprende a perdonar; si quieres rezar, recuerda antes actuar en consecuencia; si quieres recibir, antes reconoce el valor de dar; si quieres ser amado, aprende a amar; si buscas obtener mas paz, necesitas aprender a darla; si quieres la felicidad, aprende a renunciar a lo que otros esperan recibir de ti; si quieres ser reconocido, aprende a buscar el encuentro; el sentido de tu vida es el destino que le das, porque el futuro nace en el presente; esperar puede ser una virtud o una forma de evadirnos, pero vivir no admite postergaciones; aprende a creer en ti, sin esperar no cometer errores, sin esperar nada, y dándolo todo; no te fijes tanto en lo que te hacen como en lo que haces; busca las pasiones en las que creas haber encontrado un significado mayor para ti; busca apoyar, mas que en quien apoyarte; y cuando logramos apreciar lo recibido, reconocemos estar en una senda que será la nuestra, y llegará el tiempo de agradecer, actuando para ser consecuentes con el sentido que aceptamos para nuestra vida.

El sentido de la vida es un encuentro único y personal, no se trata de logros ni de metas, tampoco de éxitos ni de luces, simplemente se trata de sentir que se ha logrado vivir a plenitud, tocados por al menos un aspecto. Lo habremos encontrado cuando no reparemos ya en los defectos, ni en nuestras faltas y errores, reconociendo aquello que sin merecerlo ni pedirlo, siempre permaneció a nuestro lado, aún ante nuestra completa indiferencia.

El Amor que llevamos dentro nos espera, como buscando al menos una mirada de cada uno de nosotros. El sentido de la vida, por lo tanto, no es algo ni una abstracción, no es una idea o pensamiento, puede ser lo que quieras o una presencia viva, la que nos acompaña desde que nacemos esperando nuestro encuentro con ese Amor ya presente en nosotros. La felicidad y la paz, nunca han sido metas ni resultados de logros, son las consecuencias de habernos encontrado con el Amor. El sentido de la vida es difícil de hallar porque lo llevamos con nosotros, acompañándonos en todo lo que emprendemos, y acusando no pocos sentimientos encontrados cuando nos desviamos de lo que nuestra naturaleza nos muestra una y otra vez.

Un auténtico sentido de la vida nos conduce a la felicidad, es aquel que nos hace partícipes de toda la existencia, por medio de aprender a vivir y a confiar en un Amor que nos cuesta aceptar y mucho mas comprender. Pero el tiempo espera hasta que llegemos a aceptar la condición mínima del sentido de padecer por una causa superior, si queremos acceder al Amor. Es así como llegamos a comprender que es posible superar las adversidades y lo inevitable que no deseamos, pero que también conlleva la naturaleza de la vida. Parece un pequeño precio para acceder a un Amor infinito que no nos pide nada para sí, no impone restricciones ni condiciones y que se encuentra a disposición de todos por igual.

El sentido de la vida no es mas ni menos que el sentido de una vida, de tus elecciones, de tu voluntad, de lo que consideras tus mayores oportunidades.