



En este último número antes de las vacaciones queremos reflexionar sobre un tema trascendental para todos, sobre el que versa la dimensión espiritual: el sentido de la vida. Ante la pérdida de sentido nos alienta saber que tenemos la capacidad de saborear más todo lo que hacemos en el día a día. Aprendemos a vivir con naturalidad. Sin que signifique pasividad por nuestra parte. Día a día procuramos desvelar el argumento de nuestras vidas. Un argumento que no está escrito que lo elaboramos cada uno en nuestro caminar.

www.nuestraseñoradelapaz.es

EL SENTIDO DE LA VIDA

Nuestra propia existencia, no es sino un producto del azar y de la necesidad; el azar de “la lucha por la supervivencia” en escenarios naturales cambiantes, cuyos recursos son solicitados por otros, y la necesidad impuesta por las leyes -como explicó aproximadamente Darwin. Nuestro destino terrestre está sellado y no hay, ni habrá, nada que podamos hacer al respecto. La supervivencia de nuestra especie será, si acaso es posible, viajar a destinos planetarios muy alejados, dentro de unos 2.000 millones de años... ¡Parece lejano para preocuparnos!

Según este enfoque que se nos antoja pesimista y poco práctico, no estamos predestinados a alcanzar ninguna meta, ni tampoco podemos responsabilizarnos de cualquier poder que no sea el nuestro. Sólo la comprensión de nosotros mismos, nos guiará. Éste es el único planeta que tenemos para vivir; y éste es el único enigma que debemos descifrar: aprender a vivir, encontrar el sentido de nuestra propia vida. (Cf. Wilson, E.O. (2016). El sentido de la existencia humana. Barcelona: Gedisa, p.14). ¿Es la pura realidad? ¿Estamos predestinados? Nos sucede que tenemos miedo al futuro porque sabemos que no todo es previsible, que existen circunstancias que pueden poner en riesgo nuestras existencias. ¿Qué podemos hacer? Ser acogedores con cuanto nos rodea, aceptar y cuidar nuestras circunstancias. **Cuanto hacemos genera diferentes resultados.** Debemos conocerlos, para poderlos disfrutar y ver que existen situaciones de todo tipo y de todas podemos aprender. Pero sobre todo, nos hacen personas que pueden saborear mucho más todo lo que hacemos.

El sentido de cada una de nuestras vidas puede surgir o entenderse como **placer y alegría**. Tenemos gran capacidad de provocar placer, que no hay por qué negarlo y nos podemos quedar en él, y nos puede obnubilar la consciencia. Pero no desarrollamos tanto la alegría, que podemos ahuyentarla por tenerle miedo. Porque la alegría implica disponibilidad: dónde, cuándo, cómo, de forma incondicionada.

Contribuye mucho a la orientación de la vida, la experiencia del Dios en el que creo, que tiene que producir alegría interior que se traduce al exterior. La comunidad cristiana, nuestra comunidad hospitalaria, debería ser un lugar de optimismo. Y sería bueno distinguirnos por el progreso en la humanización, que comprende, acepta y ama al hombre y, ahí encuentra su pleno sentido para saber vivir.

TRES MANERAS DE ENCONTRAR SENTIDO A NUESTRA VIDA

1. **Haciendo cosas, estando ocupado sin más.**
2. **Aceptando con elegancia y madurez el dolor y el sufrimiento inevitables.**
3. **Apoyándonos y especializándonos en el amor para con nosotros mismos y para con los demás.**



EL ARGUMENTO DE NUESTRAS VIDAS

Cuando la rutina nos mueve, no solemos cuestionarnos grandes cosas más allá de qué haré esta noche, qué me falta en la nevera, dónde pasaremos las vacaciones o qué me pondré mañana. Pero cuando nos llegan momentos vitales fuertes, es cuando surgen otras preguntas más profundas a las que muchas veces nos cuesta darle respuesta como puede ser: ¿por qué me sucede a mí esto? ¿cómo voy a afrontar esta nueva situación? ¿cuál es ahora el sentido de mi vida? Es estos momentos la dimensión espiritual del hombre es la que nos ayuda a comprender lo que vivimos y a darle respuestas a los interrogantes de la vida. Según Francisco J. Alarcos (Ética para seducir) tratamos de **desvelar el argumento que da sentido a la trama de mi vida**. El argumento no está escrito, lo hago yo.

Desde la vivencia de la fe, podríamos decir que es Dios quien nos coloca en los escenarios adecuados para que podamos ir desvelando el argumento. Para poder desvelar se hace necesario **tiempo y silencio**. Jesús en los momentos cruciales, subía a la montaña (símbolo de elevación, es el punto más alto) y oraba. Surge además otro factor como es la incertidumbre, que también ha de tener su espacio. Una incertidumbre que puede basarse en la espera desde la quietud, dejando la vida pasar o desde la **esperanza** (virtud teologal) lo cual, requiere una actitud. Para Viktor Frankl el hombre es un ser cuya vida está integrada por una serie de situaciones problemáticas, cada una de las cuales tiene un sentido específico, que sólo el propio hombre puede dotar de sentido.

Antes de concluir, queríamos plantear estas cinco pautas sobre las que reflexionar este verano con el fin de dar sentido a lo que hacemos e ir desvelando el argumento de nuestras vidas:

- 1.- Hacer de la salud una prioridad.
- 2.- Sacar tiempo para estar contigo mismo.
- 3.- Vivir en el presente.
- 4.- Ver los cambios de forma positiva.
- 5.- Dar a los demás lo que esté en nuestras manos.

*¡¡ FELIZ
VERANO!!*



PARA PENSAR

“Filosofar es pensar tu vida y vivir tu pensamiento”
(Michel Onfray).

La vida no tiene sentido, la vida es sentido, lo que sucede es que cada uno ha de encontrarlo.

EL RINCÓN DEL COLABORADOR

La autorrealización personal se puede definir como la tendencia a realizarse a sí mismo tanto como sea posible. Es una meta innata al ser humano y desde que se va teniendo uso de razón, uno va caminando por la vida con el fin de dejar en este mundo la mejor huella posible. Tratamos de alcanzar un culmen de logros y desempeños tal, que nos haga sentir que estamos siendo quienes sabemos que podemos y queremos ser. Tratamos de lograr nuestro máximo potencial y desarrollar nuestras habilidades, capacidades o talentos para hacer, ser y tener lo que siempre hemos querido. Para lograr la autorrealización buscamos la mejor supervivencia económica, seguridad, protección, aprobación y apoyo social ya que somos seres sociales. Buscamos además sentirnos queridos y reconocidos para tener una buena autoestima.

Muchos, cumpliendo todo esto sentirán que están autorrealizados, pero ¿y el sentido de la vida? ¿La vida solo tiene sentido para autorrealizarnos? Trabajar en la orden Hospitalaria de San Juan de Dios y acercarme a la figura de Juan de Dios me ha permitido conocer que si la vida no se comparte con los demás, de nada sirve la autorrealización, esta quedará hueca y vacía. En nuestro tiempo diario, tenemos que mirar a nuestro alrededor, buscar dónde compartir, dónde acompañar, dónde ayudar. Solo así, dejando nuestra huella en los demás, uno podrá sentir, que su vida tiene sentido.

*Roberto Izquierdo
Coordinador de Enfermería
Clínica Nuestra Señora de la Paz.*