

## El sentido de la vida



### 1. PRETENDEMOS

Aprendemos a darle sentido a nuestra vida, verdadero regalo que Dios nos da.

### 2. PROVOCACIÓN: *Greta Thunberg*

En agosto de 2018, cuando tenía quince años, Greta Thunberg empezó a dedicar parte de su tiempo los días viernes, tras la escuela, para manifestarse frente al parlamento sueco, sosteniendo un cartel que pedía una acción más decidida frente al cambio climático. Pronto, otros estudiantes participaron en protestas similares en sus propias comunidades. Juntos organizaron un movimiento de huelga climática escolar con el nombre de "Viernes para el Futuro" (del inglés, Fridays for Future).

Mientras Greta participaba en la Conferencia de las Naciones Unidas sobre el Cambio Climático de 2018, se realizaron huelgas estudiantiles cada semana en algún lugar del mundo. En 2019, hubo al menos dos protestas coordinadas en varias ciudades que involucraron a más de un millón de alumnos cada una.

Greta es conocida por su manera contundente de hablar del cambio climático, tanto en público como a los líderes y asambleas políticas, en las que insta a la acción inmediata para abordar lo que ella describe como la «crisis climática». En su casa, Thunberg persuadió a sus padres para que



adoptaran varias opciones de estilo de vida para reducir su propia huella de carbono, incluido renunciar a viajar en avión y no comer carne.

En mayo de 2019, la revista Time la nombró «líder de la próxima generación» y señaló que muchos la ven como un modelo a seguir.

- Desde los quince años empezó a manifestarse frente al Parlamento de su país: eso se llama tener una meta bien clara en la vida.
- ¿Cuál podría ser nuestro aporte para mejorar la sociedad, el mundo?
- Compartir y socializar las reflexiones: qué mensaje nos comunica esta chica.

### 3. PROFUNDIZAMOS

Para muchas personas el éxito de la vida consiste en alcanzar buena posición económica, tener todas las comodidades, tener dinero, viajar por todas partes y disfrutar de la vida sin medida. Pero, ¿Bastará eso para hacernos realmente felices? ¿Bastará eso para darle sentido a la vida?

También hay gente para quienes su vida perdió todo sentido y sólo realizan tareas y actividades porque hay que responder a necesidades inmediatas como alimentarse, trabajar, divertirse, dormir, etc. Viven como autómatas o zombis. Cada mañana se levantan y hacen cosas, pero no se preguntan por qué ni para qué.

Eso del 'sentido de la vida' es algo que todos debemos plantearnos e ir respondiendo.

#### ¿Qué es "el sentido de la vida"?

Encontrar el sentido de nuestra vida es descubrir el motivo por qué vivir, pase lo que pase; tener ilusión por seguir adelante, porque hay algo (o alguien) por lo que queremos seguir despertándonos con ilusión cada mañana.

Si tú eres capaz de descubrir qué es aquello que le da sentido a tu vida, tendrás fuerza para superar los obstáculos que ciertamente la vida te pondrá.

#### ¿Cómo dar sentido a la vida? Tener en cuenta que:

- La vida merece la pena vivirse. La existencia humana nos ofrece



muchísimos motivos para vivir con metas, aspiraciones, ideales, que nos dan empuje para luchar, sufrir y gozar. Es la situación de los padres que trabajan y se esfuerzan para que sus hijos tengan mejores condiciones que ellos, o aquellos jóvenes que salen adelante a pesar de las dificultades económicas o físicas que tienen.

- Hemos nacido para ser felices. La felicidad no es sólo el resultado de casualidades favorables (la familia en la que nací, cualidades o defectos de mis padres, si fueron pobres o ricos, obreros o profesionales, etc.). Tomar nuestra existencia en las propias manos y darle una orientación positiva, cultivar los motivos que dan sentido y color a lo que hacemos. Eso es aprender a ser felices.
- Ser 'generativos'. Tu vida tendrá sentido pleno en la medida que descubras tu aporte en la sociedad, en el mundo, te prepares y te dediques a ello. Eso se llama ser "generativos": dar vida, beneficiar a los demás. Es el caso de Greta. Lo opuesto es ser 'egocéntricos' o solamente competitivos: luchar para ser el mejor... sólo para tener más para sí.
- Los problemas no me determinan. Todos pasamos por experiencias de sufrimiento y fracaso. Hay quienes viven situaciones particularmente duras, incluso extremas como la triste decisión del suicidio: ya no tienen fuerzas ni ganas de seguir luchando. Otros se encierran en el odio y el resentimiento.

Otros simplemente viven como seres programados: se levantan, trabajan, se divierten sin detenerse nunca a pensar en su vida y cómo lo están llevando adelante.

Ya que el sufrimiento es inevitable, es importante aprender a encontrarle sentido al mismo sufrimiento y ver allí una oportunidad de crecimiento: el problema se convierte en oportunidad.

- La grandeza del ser humano consiste precisamente en darle un sentido, una orientación a lo que hace, lo que vive, lo que le rodea, lo que busca.



► Efraín Sotacuro y Carlos Felipe, Campeones en los Juegos Para-Panamericanos del 2019, son ejemplo estimulante.

Es la primera tarea en la vida, que no podemos delegar a otros: darle un sentido profundo a nuestra vida, para ser realmente felices.

Mucho ayudará dar una mirada hacia atrás, para descubrir las experiencias positivas que hemos vivido y las semillas de bien sembradas en nosotros.

También otra mirada hacia adentro de uno mismo: qué semillas, qué posibilidades hay en tu corazón.

Cuando nos acerquemos a Jesús y profundicemos más sobre él, descubriremos a un hombre pleno y feliz: se entregó a su misión y fue capaz de afrontar las dificultades con tal de lograr sus metas. Los poderosos no lo pudieron acobardar ni doblegar; fue tierno con los niños y los enfermos, fuerte con los corruptos y poderosos...

¿No quisieras vivir así, como él?

Cuando Jesús anuncia el Reino de su Padre lo concentra en una sola palabra: "¡FELICES!". El deseo de felicidad es lo más profundo en el corazón de todo joven, de todo ser humano. Para lograrlo, el camino más seguro es Jesús.

Lo mejor que puede ocurrirte en la vida, es encontrarlo. Sólo con Jesús lograrás la felicidad verdadera.



#### 4. INTERIORIZAMOS

- Ahora haz un poco de silencio para leer en tu interior el sentido que le das o quieres darle a tu vida.

Señor, ayúdame a descubrir para qué me quieres en la vida.

Me has regalado dones y talentos, me llamaste a la existencia y me acompañas en mi camino.

Muéstrame qué quieres de mí, aclara mi horizonte, agudiza mi mirada para que sepa proyectarme hacia el futuro.

Ayúdame a descubrir el verdadero sentido de mi vida para ser feliz.

Y que pueda dar lo mejor de mí al servicio de los demás.

Jardinero de mis sueños, enséñame a dar fruto de las buenas semillas que has puesto en mí, para el bien de los demás.

Señor Jesús, yo quiero ser un vaso nuevo, toma mi vida, hazla de nuevo, llénala con tu amor, y ayúdame a descubrir y fortalecer mis cualidades, habilidades, mis talentos.

- Desde tu interior, ponte delante del Señor. Compártele tus reflexiones e interrogantes. Pídele que te oriente.

## 5. PROYECCIÓN

Pregúntate por los dones que has recibido:

- a. ¿Cuáles son tus talentos? Anota los más relevantes para ti.

.....  
.....

- b. ¿Qué talento consideras imperativo hacerlo desarrollar? ¿Por qué y cómo lo harás?

.....  
.....

## 6. PARA RECORDAR

- El verdadero sentido de vida, que nos hace realmente felices, está en descubrir los dones que el Señor nos ha dado y construir nuestra vida al estilo de Jesús: reconocer que somos hijos e hijas de Dios, que estamos llamados a ser felices y a generar vida a nuestro alrededor.