

# TEMA 4

## El sentido de la vida

Los filósofos consideran, con razón, que la pregunta por el sentido de la vida es la pregunta humana por excelencia, la que establece el umbral de lo humano en el proceso evolutivo. Por tanto, no preguntarse nunca por el sentido de la vida es renunciar a ser sujetos lúcidos y responsables, y vivir como una cosa, contentándose siempre con el "se dice" o "se hace".

### PUNTO DE VISTA

Pertenezco a una generación que ha heredado la incredulidad en la fe cristiana y que ha creado en sí una incredulidad de todas las demás fes. Nuestros padres tenían todavía el impulso creyente, que transferían del cristianismo a otras formas de ilusión. Unos eran entusiastas de la igualdad social, otros eran enamorados solo de la belleza, otros depositaban fe en la ciencia y en sus provechos, y había otros que, más cristianos todavía, iban a buscar a Orientes y Occidentes otras formas religiosas con que entretener la conciencia, sin ella hueca, de meramente vivir.

Todo esto lo perdimos nosotros, de todas estas consolaciones nacimos huérfanos. Cada civilización sigue la línea íntima de una religión que la representa: pasar a otras religiones es perder esta y, por fin, perderlas a todas. Nosotros perdimos esta, y también las otras. Nos quedamos, pues, cada uno entregado a sí mismo, en la desolación de sentirse vivir. Un barco parece ser un objeto cuyo fin es navegar; pero su fin no es navegar, sino llegar a un puerto. Nosotros nos encontramos navegando, sin la idea del puerto al que deberíamos acogernos. Reproducimos así, en la especie dolorosa, la fórmula aventurera de los argonautas: navegar es preciso, vivir no es preciso.

Sin ilusiones, vivimos apenas del sueño, que es la ilusión de quien no puede tener ilusiones. Viviendo de nosotros mismos, nos disminuimos, porque el hombre completo es el hombre que se ignora. Sin fe, no tenemos esperanza, y sin esperanza no tenemos propiamente vida. No teniendo una idea del futuro, tampoco tenemos una idea de hoy, porque el hoy, para el hombre de acción, no es sino un prólogo del futuro.

FERNANDO PESSOA, El libro del desasosiego

¿A qué se refiere el autor cuando afirma que sin fe no tenemos esperanza? ¿En qué tiene fe tu generación? ¿A qué "puerto" se dirige?

## HABLAMOS

- Vivir con sentido conlleva dar razones de nuestras elecciones vitales.
- ¿Tiene sentido hacerse preguntas cuya respuesta compromete la existencia personal?
- A la hora de elegir una profesión, ¿nos condiciona más la remuneración económica que nuestras convicciones sobre el sentido de la vida?

# 1 -1- LOS QUE NO ENCUENTRAN SENTIDO A LA VIDA

## SENTIDO

La palabra sentido admite en castellano hasta una docena de acepciones diferentes, pero cuando hablamos del "sentido de la vida" son principalmente dos las que nos interesan:

1. Sentido como significado: ¿por qué estoy aquí?, ¿qué sentido tienen —suponiendo que lo tengan— los distintos acontecimientos y el conjunto de la vida?, ¿por qué y para qué hacemos lo que hacemos y nos ocurren las cosas que nos ocurren?
2. Sentido como dirección: es sabido que tanto la física como el código de la circulación distinguen entre "dirección" y "sentido", pero en el lenguaje corriente no se establece esa diferencia y se dice, por ejemplo, "dirección prohibida" en vez de "sentido prohibido". En esta segunda acepción, "sentido de la vida" equivale a preguntarnos ¿hacia dónde caminamos?

La pregunta por el sentido remite al significado, valor, orientación y finalidad de la existencia. Las respuestas son múltiples y variadas. ¿La vida humana es, como decía Jean-Paul Sartre, una "pasión inútil" o conduce a algo? ¿Merece la pena vivir? Esa es la pregunta por el sentido de la vida que presupone como posibilidad el absurdo de nuestra existencia.

## Filosofía del absurdo

Partiendo de las reflexiones del escritor francés Albert Camus, la filosofía del absurdo sostiene que aunque nos esforcemos intelectual y vitalmente en encontrar un significado a la existencia, nunca lo encontraremos porque no lo tiene. La única actitud racional válida ante la existencia es el escepticismo. Para esta manera de comprender el mundo, que arranca del existencialismo ateo de Jean-Paul Sartre, la vida es algo inútil, vacío y carente de significado. La convicción de que la vida no tiene sentido ha empujado a muchos a la desesperación. Para Albert Camus el problema central de la filosofía era el suicidio (Doc 1). Pero no todo el que se siente absurdo se suicida. Lo más frecuente es

continuar el trajín y dejar que el final llegue por sí mismo, como decía Manuel Machado: "Que la vida se tome la pena de matarme, ya que yo no me tomo la pena de vivir...".

Doc 1

El suicidio

No hay más que un problema filosófico verdaderamente serio: es el suicidio. Juzgar que la vida vale o no vale la pena de ser vivida es la cuestión fundamental de la filosofía.

ALBERT CAMUS, El mito de Sísifo

¿Qué situaciones vitales nos enfrentan a la pregunta por el sentido de la vida?

## 2. ¿POR QUÉ ESTAMOS AQUÍ?

### Hay una finalidad

La primera pregunta que todo ser humano necesita responder si quiere vivir como tal es: ¿por qué estoy aquí (en este trabajo, en esta casa, en el mundo...)? Conviene observar que varias personas, viviendo situaciones aparentemente idénticas, pueden responder de modo distinto a la pregunta por el sentido. No es lo mismo trabajar, por ejemplo, sobre piedra con la ilusión de que formará parte de una catedral que solamente por recibir un salario (Doc 2).

Doc 2



#### Trabajar con sentido

*Un transeúnte se detuvo un día ante una cantera en la que trabajaban tres compañeros.*

*Preguntó al primero:*

*—¿Qué haces, amigo?*

*Y este respondió sin alzar la cabeza:*

*—Me gano el pan.*

*Preguntó al segundo:*

*—¿Qué haces, amigo?*

*Y el obrero, acariciando el objeto de su tarea, explicó:*

*—Ya lo ves, estoy tallando una hermosa piedra.*

*Finalmente preguntó al tercero:*

*—¿Qué haces, amigo?*

*Y el hombre, alzando hacia él unos ojos llenos de alegría, exclamó:*

*—Estamos edificando una catedral.*

● ¿Varía nuestra actitud ante la vida dependiendo de nuestras convicciones?

La respuesta que se dé a la pregunta por el sentido de la vida (¿por qué estamos aquí?) presupone que debe haber un porqué y un para qué, una causa y una finalidad en la existencia humana. Desde la historia del pensamiento, Aristóteles (384-322 a. C.) ha respondido que, efectivamente, hay una finalidad en la existencia humana y que todos los

seres humanos la buscan naturalmente. Ese bien supremo al que aspira todo ser humano y al que subordinamos todo lo demás es la felicidad, la eudaimonía. A lo largo de la historia ha habido diferentes propuestas para explicar en qué consiste la felicidad, en saber qué es lo que nos hará realmente felices. El hedonismo, por ejemplo, —aparece como teoría ética en la obra del filósofo griego Epicuro (341-270 a. C.)— mantiene que la felicidad consiste en el placer; para el estoicismo (Séneca, 4 a. C.-65 d. C), por su parte, la felicidad está en conocer el orden necesario del mundo y ser parte consciente del mismo, no dejándose llevar por las pasiones porque separan al hombre de la felicidad y le hacen correr detrás de falsos bienes materiales. Para el utilitarismo de John S. Mill (1806-1873), la felicidad consiste en conseguir el bienestar de muchos.

### **Cualquier cómo**

Hacer de la felicidad el porqué último de la vida humana tiene que sortear objeciones tan radicales como la existencia de la enfermedad, el dolor, la muerte. Una felicidad con final es solo una felicidad a medias. Una solución al problema filosófico llegará de mano de la tradición religiosa y la fe en la inmortalidad del ser humano. Tomás de Aquino empieza la segunda parte de su Suma de Teología discutiendo sobre lo que llama el fin último del ser humano. ¿En qué consiste este fin último? La respuesta de santo Tomás es, de nuevo, la felicidad. ¿Y en qué consiste esta felicidad? La felicidad humana radica en la visión de Dios.

Así pues, la felicidad no depende tanto de lo que nos pasa como de la forma en que interpretamos lo que nos pasa. Decía Nietzsche, en *El ocaso de los ídolos*, que "quien tiene un porqué es capaz de soportar casi cualquier cómo".

### **Dostoyevski. La inutilidad de la vida**

La importancia de encontrar un sentido a las realidades concretas que vivimos la expresa muy bien Dostoyevski en su novela *Memorias de la casa muerta*, basada en los recuerdos de los cinco años pasados en Omsk (Siberia), condenado a trabajos forzados por conspirar contra el zar Nicolás I. Observó allí que lo insufrible de su trabajo no radicaba en la fatiga física, porque "el campesino en libertad trabaja incomparablemente más, a veces día y noche, sobre todo en verano; pero trabaja para sí; trabaja con una finalidad racional, y el trabajo le resulta mucho más ligero que al presidiario el suyo, forzoso y perfectamente inútil para él". Y añade esta penetrante consideración: "Me sucedía a veces pensar que si me diera alguna vez por aniquilar a un hombre, por castigarlo con el más horrible castigo, un castigo que metiese miedo e hiciera temblar por anticipado al criminal más valiente, no tendría que hacer otra cosa que darle a su trabajo el carácter de una inutilidad y carencia de sentido total y absoluta. Si lo obligara a trasegar agua de esta tina a la otra y de aquella a esta, se suicidaría al cabo de unos días".

## 3 EL SENTIDO DE LOS SENTIDOS

### Una exigencia irrenunciable

Además de dar un sentido a cada una de las realidades que conforman la existencia humana, es necesario encontrar la unidad de lo múltiple, un sentido global que integre los sentidos parciales. Ese sentido global es muy superior a la suma de los sentidos parciales, del mismo modo que un puzle con todas las piezas ordenadas proporciona mucha más información que con las piezas desordenadas. A los sentidos parciales les ocurre lo mismo que a las piezas aisladas del puzle: no solo ofrecen una información muy pobre, sino que pueden sugerir una idea equivocada del conjunto.

La búsqueda del sentido de la vida constituye una exigencia irrenunciable para cada ser humano. Lo que importa no es el sentido de vida en formulaciones abstractas, sino el sentido concreto de la vida de un individuo en un momento determinado. No abordar directamente la pregunta por el sentido —como recoge el fundador de la logoterapia Victor Frankl— puede ser causa de diferentes problemas existenciales:

1. Frustración existencial: cuando se frustra la voluntad de sentido.
2. Vacío existencial: cada vez es más frecuente la pérdida del sentimiento de que la vida es significativa, lo que lleva al tedio y a veces genera tensión.
3. Encubrimiento: voluntad de poder, dinero, búsqueda compulsiva del placer.
4. Neurosis noógena: por conflicto de valores distintos dentro de uno mismo, se genera un conflicto interno que bloquea. La causa es el vacío existencial, la falta de voluntad para plantearse el significado último de la vida.

### Abierto a la trascendencia

La vida pregunta por el hombre, cuestiona al hombre, y este contesta de una única manera: respondiendo de su propia vida y con su propia vida. Únicamente desde la responsabilidad personal se puede contestar a la vida. La esencia de la existencia consiste en la capacidad del ser humano para responder, responsablemente, las demandas que la vida le plantea en cada situación.

Encontrar el sentido de la propia vida no se consigue al centrarse uno en sí mismo, empeñado en la autorrealización personal. Al contrario, el ser humano se realiza en el mundo y no dentro de sí mismo. La capacidad de autotrascendencia es la que le da la posibilidad de estar abierto y no cerrado a la existencia (Doc 3). Ser persona implica dirigirse hacia algo o alguien distinto de uno mismo, bien sea realizar un valor, alcanzar un sentido, o encontrar a otro ser humano. En

#### Doc 3

##### La perspectiva religiosa

*Durante los últimos treinta años me han consultado personas de todos los países civilizados. He tratado a muchos cientos de pacientes. Entre todos mis pacientes en la segunda mitad de la vida —es decir, de más de treinta y cinco años— no ha habido uno solo cuyo problema no fuera en última instancia el de hallar una perspectiva religiosa de la vida. Puedo decir que todos ellos se sentían enfermos porque habían perdido lo que las religiones vivas de todos los tiempos han dado a sus fieles, y que ninguno de ellos se curó realmente sin reconquistar esa perspectiva religiosa.*

CARL GUSTAV JUNG,

*El hombre moderno en busca de su alma*

- En tu opinión, ¿qué significa “reconquistar la perspectiva religiosa de la vida”?

otras palabras, la autorrealización no es un fin, sino el fruto legítimo de la propia trascendencia.

## 4 ELECCIÓN DE UN PROYECTO DE VIDA INTERESANTE

### El ser humano está hecho para la felicidad

Queridos amigos, a vuestro anhelo joven de ser felices, el anciano Papa responde con una palabra que no es suya. Es una palabra que resonó hace dos mil años. La acabamos de escuchar esta tarde: "Bienaventurados...". La palabra clave de la enseñanza de Jesús es un anuncio de alegría: "Bienaventurados...".

El hombre está hecho para la felicidad. Por tanto, vuestra sed de felicidad es legítima. Cristo tiene la respuesta a vuestra expectativa. Con todo, os pide que os fiéis de él. La alegría verdadera es una conquista, que no se logra sin una lucha larga y difícil. Cristo posee el secreto de la victoria.

*JUAN PABLO II, XVII Jornada Mundial de la Juventud, Toronto*

- ¿En qué sentido podemos decir que la felicidad es una bienaventuranza?

### Desarrollar nuestras capacidades

El ser humano es, desde su nacimiento, un ser en tensión hacia el futuro, es decir, es un ser inacabado. EL ser humano necesita desarrollar sus capacidades, debe hacerse a sí mismo para ser capaz de responder de su propia vida. Séneca dedicó a su hermano Galión un libro titulado *De la vida bienaventurada* que comienza así: "Todos quieren vivir felices, Galión, hermano". Han pasado dos mil años y esa sentencia sigue siendo actual. Todos buscamos la felicidad y el riesgo está en confundirla con sucedáneos. La búsqueda de la felicidad se construye cuando somos capaces de lo siguiente:

1. **Vivir agradecidos por las cosas sencillas que siempre tenemos a mano.** No hay que esperar a que tengan con nosotros un gesto extraordinario para dar las gracias a las personas que conviven con nosotros. Caer en la cuenta de que es necesario romper el círculo vicioso de estar continuamente requeridos por necesidades que nunca estarán satisfechas, y aprender a valorar las pequeñas cosas. Observaba Chesterton que todos los años nos sentimos felices el día de Reyes al encontrar nuestros zapatos llenos de regalos, y en cambio los 364 días restantes no somos capaces de sentirnos dichosos al encontrar dos pies dentro de nuestros zapatos. No se es más feliz por vivir en la sorpresa permanente, por llevar la adrenalina al límite. La felicidad también radica en vivir con sentido lo que necesaria o rutinariamente debemos hacer. Para el filósofo danés Soren Kierkegaard, el

problema ético fundamental consiste en saber manejar la repetición: ¿es posible mantener el fervor en la rutina?, se preguntaba. Por eso, no podemos dejar que la rutina -esa "carcoma del alma", como la llamaba el humanista español Baltasar Gracián en El discreto- lleve adelante su trabajo devastador.

2. **Amar.** El amor es el componente esencial de la felicidad. El amor nos lleva a salir de nosotros mismos y nos abre a la comprensión del otro; nos exige empatizar con sus vivencias, nos empuja a superar egoísmos y a entregarnos sin reservas. Si en el amor hay correspondencia -en la acogida y la entrega- se convierte en un proyecto que trasciende los límites del yo. Es contrario al amor la desconfianza en el otro, el narcisismo personal que nos convierte a nosotros mismos en el objeto de nuestro amor. Se corrompe enseguida la felicidad de quien se encierra en una torre de marfil para saborearla. En su novela La peste, Camus introduce la figura de Rambert -continuamente dividido entre el deseo de abandonar a su suerte la ciudad castigada por la terrible epidemia y el desasosiego que le producía hacerlo- para que nos preguntemos si es legítimo, e incluso posible, ser felices a solas.

#### Doc 4

##### Efecto secundario

*Si usted se siente ahora feliz es porque ha dejado de suspirar por la felicidad y ha comenzado a esforzarse por ser mejor. La felicidad es como el carbón de coque: algo que se obtiene como subproducto de la fabricación de otra cosa.*

ALDOUS HUXLEY, *Contrapunto*

- Si la felicidad se encuentra al buscar otra cosa, ¿qué hemos de buscar?

La felicidad no es el momento final de un proceso, se consigue cuando elegimos un proyecto de vida verdaderamente interesante y nos proponemos llevarlo a cabo (Doc 4).