

## EL SENTIDO DE TRASCENDENCIA

Psic. Cliserio Rojas Santes

Nacer, crecer, reproducirnos y morir. Muchas veces hemos escuchado esto como el ciclo de la vida y lo hemos tomado como cierto; pero para muchos surge la interrogante ¿qué implica todo este ciclo?, ¿Hay algo más antes o después de este ciclo?; sólo una vez nacemos biológicamente y sólo una vez morimos. Del nacer al morir hay muchas cosas por hacer, algunos se centran sólo en la vida, algunos otros en su miedo a la muerte. Si nos ponemos a pensar “¿qué es la vida?”, tendremos muchas respuestas, pero si viramos la pregunta a “¿qué sentido tiene nuestra vida?”, nos lleva a pensar en nuestras metas, sueños y seguramente a un cúmulo de experiencias que - al imaginar verlas pasar - nos dirán que lo vivido ha valido la pena. Habrá quien al hacer su recorrido no esté de acuerdo con eso, y tal vez se sienta traicionado por la vida, por la familia, la sociedad o incluso por Dios. Debemos ser cautelosos, pues en esa retrospectiva sería bueno que revisáramos ¿en dónde fijamos nuestras metas?, ¿cuáles fueron nuestros objetivos y las decisiones que tomamos?

Algunos podríamos darnos cuenta de que vivimos la vida para acumular (bienes materiales e inmateriales), para el placer, para el trabajo obsesivo, etcétera, y nunca nos centramos en brindar a nuestro alrededor confianza, empatía, cariño o perdón; cuando nos damos cuenta de que como seres humanos somos más que nosotros mismos, pues tenemos una corresponsabilidad con nuestro entorno, no sólo con la familia, sino con nuestra comunidad, nuestra ciudad, nuestro país, nuestro mundo; entonces se ha despertado en nosotros el sentido de trascendencia: la capacidad humana que tenemos que desarrollar en nosotros primero para así contagiar a los demás. El sentido de trascendencia es entonces la capacidad de experimentar la vida como parte de una totalidad más amplia y que de ella emana una responsabilidad y también una sensación de paz y algarabía por hacer las cosas, no porque recibamos una recompensa, sino por el simple hecho de que - al hacerlo - nos sentimos bien con nosotros mismos y ayudamos a que el entorno también esté bien; esto no es otra cosa que la experiencia de ser, de pertenecer y de cuidar. Se desarrolla una sensación de que cada uno de nosotros vino de algún lugar y estamos destinados a otro.

En muchas culturas este sentido de trascendencia es el equivalente a la experiencia espiritual, pues le confiere la cualidad de dar valor y sentido a lo que somos. Lo interesante es que también puede ser la conciencia de una realidad social profunda y de otras formas como la ciencia, el arte, y no sólo la religión logra esto. La espiritualidad es muy vasta es sus formas y modos.

Comparto algunas formas de experimentar la trascendencia:

- 1.- Vivirse, sentirse como parte de un orden superior o universal.
- 2.-Sentirse parte de la naturaleza y en un proceso evolutivo constante.
- 3.-Ser consciente de que somos parte de una historia, su formación o destrucción y que afectamos positiva o negativamente a las nuevas generaciones.
- 4.-Ser consciente de que pertenecemos a un grupo específico de la humanidad que tiene algo

en común y que desde ahí se proyecta al entorno, con toda una identidad asumida.  
5.-Ser uno mismo el que se proyecta desde nuestro ser para influenciar a la humanidad entera.

Limitarnos en un individualismo nos hiere, lastima y nos impide ir al encuentro del otro que tal vez está ahí esperándonos, y ese otro puede ser nuestro hermano, hijo, padre, abuelo, amigo.

Es importante no dejar de lado que vivimos en una sociedad consumista, que a su vez se caracteriza por la búsqueda de la felicidad sin el menor esfuerzo. Un lema característico de este tiempo es: “El tiempo es dinero”, cuando el tiempo es una oportunidad de vivir y disfrutar de las experiencias dando el tiempo justo al trabajo, al descanso, al asueto. Es triste ver que hemos caído hasta la ausencia de sentido, de vivir como autómatas y esto tarde o temprano cansa y lo que es peor destruye no sólo al que lo vive así, sino al entorno en que se convive. Algunos hablan de la era de la espiritualidad, en donde todos volveremos a interesarnos por los demás, por nosotros mismo, pero como todo esto no será por arte de magia, sino volviendo a disfrutar de las cosas sencillas y a nutrirnos como familia, siendo conscientes de la corresponsabilidad que tenemos con nuestro mundo.

Recomendación de Película Avatar 2009