



*José Tavárez es filósofo, psicólogo
y profesor universitario.

Cápsula de sabiduría para la felicidad

J. Tavárez*: “La filosofía, la ciencia y la vida me han ensañado que: **LA CLAVE ES TENER UNA RAZON PARA VIVIR**

No. 4

12/2022

Viktor Frankl (1905-1997), psiquiatra, neurólogo y filósofo austríaco de origen judío, sobreviviente del Holocausto, planteó: “... cuando la persona tiene un porqué puede soportar cualquier cómo”.

La angustia existencial, fuente de infelicidad y causa de muchos suicidios en el mundo, proviene de no encontrarle sentido a la vida, es decir, no tener un porqué o para qué vivir. La enseñanza bíblica refiere que si la sal perdiera su sabor no serviría de nada, y es lo que nos pasa cuando carecemos de motivos para lidiar con los asuntos cotidianos.

Ser feliz es una apuesta personal, nadie nos la traerá como regalo del cielo. Por suerte la fuente para nutrirnos de ella es accesible para todas las personas, empezando con el don de la vida que hemos recibido.

Quien nos puso en el mundo, también nos dio la posibilidad de asignar valor a las cosas, incluyendo al propio cuerpo y a los eventos que se tejen en nuestro entorno vital. Ahí está el principal “por qué” y el camino más directo a la felicidad.

¡Si nos falta un “por qué”, empecemos la búsqueda desde hoy, podría estar más cerca de lo que pensamos!