

¿Conoces tu propósito?



“Los días más importantes de tu vida son el día que naces y el día que descubres por qué has nacido” - Mark Twain

¿Por qué hablar del propósito como parte del autocuidado? Piensa por un instante en aquello que te inspiró a dirigir tu vida al servicio de niños y jóvenes a través de la educación. ¿Crees que sigues teniendo la misma motivación, o quizás ese enfoque inicial que tenías se ha ido desgastando al pasar del tiempo?

Mantener una motivación constante en el área profesional es un tema complejo, y más cuando

no le encontramos sentido a lo que hacemos, cuando no hay una razón que nos conecte a realizar las labores con entusiasmo, o simplemente cuando ya perdimos el interés que teníamos por causa de circunstancias que nos han llevado a desistir de entregar nuestro 100 % a una causa.

Autocuidarse abarca muchas aristas y una de esas es el propósito

Mucho se habla de que cada ser humano debe encontrar el propósito de vida; sin embargo, es importante, además de encontrarlo, construirlo y trabajarlo.

de vida. Cuando tu vida no tiene un sentido claro, empiezas a normalizar la mediocridad, el desgano, la queja, y comienzas a inundarte de sentimientos que, lejos de hacerte crecer como persona, te sumergen en un mundo de monotonía, incertidumbre y desesperanza.

Mucho se habla de que cada ser humano debe encontrar el propósito de vida; sin embargo, es importante, además de encontrarlo, construirlo y trabajarlo. En su libro, *El hombre en búsqueda de sentido*, Viktor Frankl habla sobre la responsabilidad que tenemos con nosotros mismos de asumir el



Autocuidarse abarca muchas aristas y una de esas es el propósito de vida.

rumbo de nuestra vida, de encontrar un “porqué” para hacer frente a las situaciones que oscurecen el panorama.

Escuché alguna vez a una maestra que decía: “Cuando era joven tenía energía para interactuar con mis alumnos, ahora estoy grande, cansada y ya no tengo la misma fuerza”. Seguramente esta es la realidad de muchos docentes que se han alejado del propósito de su vida o que quizás nunca lo encontraron.

Hay señales que muestran la necesidad de encontrar un sentido, pero hay otras que son tan cotidianas que no llegan a ser percibidas fácilmente, y que también requieren de atención, por ejemplo:

- Hacer las cosas sin

Mantener una motivación constante en el área profesional es un tema complejo, y más cuando no le encontramos sentido a lo que hacemos, cuando no hay una razón que nos conecte a realizar las labores con entusiasmo.

preocuparte por el resultado, sea este bueno o malo.

- No verle sentido a nada de lo que ocurre a tu alrededor.
- Pensar que nada de lo que haces tiene importancia ni va a cambiar el mundo.
- Hacer todo en modo mecánico por ganarte un sueldo al final del mes.
- Sentir que no tienes sueños ni metas por cumplir o que son tan irreales, que mejor ni te esfuerzas por conseguirlas.
- (Colmenares, 2022)

Pueden ser diversas las razones por las que llegamos a sentirnos así. Por ejemplo, los conflictos familiares constantes, la falta de ingresos económicos, la dificultad para construir metas, etc. Sin embargo, Frankl (2011) dice que el dolor, aunque es inevitable en la vida, si elegimos responder de manera constructiva a través del descubrimiento de nuestro propósito, tendremos mayores posibilidades de sobrevivir emocionalmente. En pocas palabras, que, con una actitud de esperanza y resiliencia, el dolor ya no se verá como un obstáculo sino como un desafío.

Ahora bien, ¿caminas con un pro-

pósito o simplemente existes? Es momento de sentarse a pensar en la huella que quieres dejar en este mundo y de ejercer el rol de protagonista de tu vida.

Cuando encontramos el porqué de nuestra existencia, todo a nuestro alrededor tomará un sentido distinto que, en ocasiones, nos llevará a tomar decisiones radicales, decisiones que seguramente nos sacarán de la zona de confort, pero que valdrán la pena si se alinean a nuestra razón de vida, porque cada mañana ya no será un martirio sino un motivo.

Referencia

Colmenares, J.J.B. (2022, julio 5). *Las 53 mejores frases de “El hombre en busca de sentido”* de Viktor Frankl. La Mente es Maravillosa. <https://lamenteesmaravillosa.com/frases-el-hombre-en-busca-de-sentido-viktor-frankl/>

Frankl, V. E. (2011). *El hombre en busca de sentido*. Herder.