

El sentido de la vida personal.

Los cambios de hábitos que hemos realizado debido a la pandemia por CoViD-19 han afectado nuestra dinámica en la vida cotidiana. Además de la pandemia, el deterioro ecológico, el inminente colapso de la economía y otros problemas graves nos están llevando a considerar nuevas actitudes.

La situación en la que hemos vivido en los últimos meses, los cambios en nuestras prácticas habituales y las explicaciones que oímos nos resultan insuficientes para darle sentido a la vida personal. Vivimos esperando a que alguien haga algo y el tiempo pasa irremediamente. Algunos creen y esperan una nueva normalidad, otros creemos que es imperioso inventar un futuro nuevo.

Necesitamos dar el primer paso que consiste en cambiar la mente para cambiar el mundo. Nuestros paradigmas y modelos mentales constituyen nuestra forma de observar y explicar el mundo en que vivimos, pero también determinan nuestro rango de posibilidades porque confundimos nuestras explicaciones y observaciones con la realidad. Por esto, el cuestionar estos paradigmas es el primer paso para aumentar nuestras posibilidades de acción.

Aquí resulta imprescindible reflexionar acerca de lo que ha significado el aprendizaje en nuestra niñez y juventud, porque nos han enseñado que aprender tiene que ver con incorporar y repetir información. Pero confundir el aprender con acumular información es un error que pagamos muy caro. Aprender significa aumentar nuestra capacidad de acción; descubrir, desarrollar e incorporar acciones que logren resultados efectivos.

Al partir de la idea de que los resultados que obtenemos son producto de las acciones

que realizamos, nuestro futuro se genera en las acciones del presente. Si solamente esperamos para reaccionar ante las circunstancias que nos va tocando vivir, ¿quién determinará nuestros logros y nuestro futuro? Se trata de elegir la posibilidad de elegir. Debemos convertirnos en los líderes de nuestra vida.

El siguiente paso que debemos dar es aprender a discernir, como base de la sabiduría y la acción efectiva. Para discernir necesitamos aprender a fundamentar nuestras opiniones y los modos en que evaluamos las situaciones. Esta es la base desde la que tomamos decisiones y planificamos acciones. Pero el discernimiento se basa en el pensamiento y el lenguaje, que además, son el fundamento de la comunicación.

La comunicación es el núcleo para la coordinación de acciones con otros y para generar y afianzar alianzas y relaciones afectivas. El poder de la palabra disuelve situaciones conflictivas. El desconocimiento de las competencias en comunicación puede causar actitudes que generan ineffectividad y hasta malestar en distintos ámbitos de nuestra vida cotidiana. La comunicación no es solo hablar, también es escuchar, pero nunca nadie nos enseña a escuchar, debemos aprender a escuchar.

