

Red Transpersonal

“Propósito y sentido de vida”

CLAVES 14



A lo largo de nuestra vida, podremos enfocarnos hacia diferentes propósitos, pero realmente nos sentimos en sintonía con la vida cuando todos ellos van alineados con un propósito mayor.

Existe un propósito esencial que no nos pertenece, sino que somos nosotros los que pertenecemos a dicho propósito.

Alinearse con el propósito esencial es conectar con el sentido profundo de la existencia.

El anhelo de llegar a ser/tener algo es fuente de sufrimiento.

Vivir tratando de que la realidad se adapte a nuestros deseos, necesidades y expectativas egoicas, nos conduce a una vida marcada por el sinsentido, el malestar y la necesidad constante de evasión.

Sentir la vida en nosotros tiene que ver con el propósito esencial, más allá de pasos o metas concretas que queramos alcanzar.



En esencia, tanto el Logos, como el Tao y el Dharma señalan a la “búsqueda de sentido”, al camino de la contemplación y de la autotrascendencia.

La búsqueda de sentido es la esencia de la vida misma. Cuando reprimimos o nos negamos esta búsqueda que nos es connatural, entramos en contacto con el vacío existencial.

El sentido de la vida se vive como una certeza de que ‘estamos en el camino’.

El sentido de la vida nos encuentra en el cada día cuando estamos en disposición de dejarnos impregnar por la vida.

Vivir desde nuestro don nos permite acceder a la certeza del para qué estamos aquí.

Mientras que un talento se puede desarrollar, un don es.



Detrás de cualquier don, existe la capacidad y el impulso de servir a la humanidad.

El dolor ha de ser incluido y aceptado en la aventura de vivir con propósito, no se puede puentear.

Es preciso satisfacer las necesidades más básicas y elementales, para así abrirse a las propias de niveles de consciencia superiores. El autocuidado es pieza clave para ello.

La autorrealización es un camino, no una meta

La meditación y la atención plena son una vía para alinearnos con aquello que nuestro corazón anhela expresar.

Prestando atención a la intención con la que sellamos cada momento que vivimos, podemos empapar cada pequeño acto cotidiano de un “propósito” que nos hará sentir completos y útiles.



No es tan importante lo que hacemos, como “desde dónde” lo hacemos.

Cuando ponemos atención consciente a las “rachas oscuras” y difíciles, incluso en ellas podremos hallar un sentido profundo y atisbar aquello que nos mueve a continuar.

