

Seguramente hemos experimentando en algún momento de nuestra vida que nada nos resulta como lo habíamos planeado, y es ahí cuando pensamos estar ante una *crisis existencial*, lo que se constituye en el desvelamiento de nuestra vida frente a nosotros mismos. Pues el *quitarnos la venda de los ojos* y ver a nuestro alrededor sin nada que nos impida la visión, resulta ser algo escalofriante, puesto que, todo eso que a simple vista no se ve, es cada uno de nuestros proyectos truncos, fallidos, tanto con la familia, los amigos, la pareja, etc.

Cuando entramos en el estado de “crisis existencial” lo primero que se viene a nuestra mente es que, *la vida no tiene sentido*, pero, radicalmente hablando, debemos preguntarnos: ¿la vida tiene sentido?, o, ¿no será acaso que este sentido, sólo es una ilusión que nos hemos creado a lo largo de los años para sentirnos satisfechos con nosotros mismos?

Que mejor que Albert Camus para responder nuestras inquietudes planteadas anteriormente, y es que él fue un filósofo nacido en Argelia en el año de 1913, el problema central de la filosofía de Camus es sobre el sentido de la existencia humana. Para él la vida no tiene sentido puesto que hay una indiferencia entre el mundo y nuestra concepción de vida, a esto Camus le llama, “el absurdo”, aspecto de la existencia que presenta en su ensayo *El mito de Sísifo* y que refleja muy bien en la vida de Meursault protagonista de la novela filosófica *El extranjero*.

Y es que, cuando nos damos cuenta que todo lo que hemos hecho a lo largo de los años carece de sentido para el universo estamos cayendo como indica Camus en el absurdo. Este se tiene que tomar de la mejor manera posible, puesto que si reconoces la falta de sentido de la vida, cada cosa que hagas de ahora en adelante, tendrá un sinsentido aceptado por nosotros mismos, uno que como Sísifo se tiene que llevar a costas, sin renuncia a la vida, pero cargándolo sobre nuestros hombros.

De tal modo que, cuando pensemos que estamos ante una crisis existencial como solemos llamar a los momentos donde el sentido se estrecha y las posibilidades se angostan, tomemos en cuenta que no resulta tan malo o inconveniente, puesto que solo en ese preciso momento nos damos cuenta realmente de nuestra existencia. Es ahí cuando podemos expandir nuestros horizontes y ver lo que realmente queremos y necesitamos, quizás son momentos de hacer cambios, y no hay que temerles puesto que ellos son los que iluminan el camino, para que al final no resulte ser que sumidos en lo mismo nos alcance el tedio y la insatisfacción, por el contrario las crisis existenciales son oportunidad de reflexión, cambio y crecimiento personal, pues *las crisis* son sólo estados transitorios y no momentos absolutos y permanentes –de la misma manera que no hay sentido absolutos y definitivos.

¹ Artículo publicado el día 5 de Julio de 2019, en el Diario de Xalapa.

Crisis existencial

Seguramente hemos experimentando en algún momento de nuestra vida que nada nos resulta como lo habíamos planeado, y es ahí cuando pensamos estar ante una crisis existencial, lo que se constituye en el desvelamiento de nuestra vida frente a nosotros mismos. Pues el quitarnos la venda de los ojos y ver a nuestro alrededor sin nada que nos impida la visión, resulta ser algo escalofriante, puesto que, todo eso que a simple vista no se ve, es cada uno de nuestros proyectos truncos, fallidos, tanto con la familia, los amigos, la pareja, etcétera.

Cuando entramos en el estado de "crisis existencial" lo primero que se viene a nuestra mente es que la vida no tiene sentido, pero, radicalmente hablando, debemos preguntarnos: ¿La vida tiene sentido?, o, ¿no será acaso que este sentido, sólo es una ilusión que nos hemos creado a lo largo de los años para sentirnos satisfechos con nosotros mismos?

Que mejor que Albert Camus para responder nuestras inquietudes planteadas anteriormente, y es que él fue un filósofo nacido en Argelia en el año de 1913, el problema central de la filosofía de Camus es sobre el sentido de la existencia humana. Para él

la vida no tiene sentido puesto que hay una indiferencia entre el mundo y nuestra concepción de vida, a esto Camus le llama, "el absurdo", aspecto de la existencia que presenta en su ensayo El mito de Sísifo y que refleja muy bien en la vida de Meursault, protagonista de la novela filosófica "El extranjero".

Y es que, cuando nos damos cuenta que todo lo que hemos hecho a lo largo de los años carece de sentido para el universo estamos cayendo como indica Camus en el absurdo. Éste se tiene que tomar de la mejor manera posible, puesto que si reconoces la falta de sentido de la vida, cada cosa que hagas de ahora en adelante tendrá un sinsentido aceptado por nosotros

Cuando nos damos cuenta que todo lo que hemos hecho a lo largo de los años carece de sentido para el universo estamos cayendo como indica Camus en el absurdo.

mismos, uno que como Sísifo se tiene que llevar a cuestas, sin renuncia a la vida, pero cargándolo sobre nuestros hombros.

De tal modo que, cuando pensemos que estamos ante una crisis existencial como solemos llamar a los momentos donde el sentido se estrecha y las posibilidades se angostan, tomemos en cuenta que no resulta tan malo o inconveniente, puesto que sólo en ese preciso momento nos damos cuenta realmente de nuestra existencia. Es ahí cuando podemos expandir nuestros horizontes y ver lo que realmente queremos y necesitamos, quizás son momentos de hacer cambios, y no hay que temerles puesto que ellos son los que iluminan el camino, para que al final no resulte ser sumidos en lo mismo nos alcance el tedio y la insatisfacción por el contrario las crisis existenciales son oportunidad de reflexión, cambio y crecimiento personal, pues las crisis son sólo estados transitorios y no momentos absolutos y permanentes —de la misma manera que no hay sentido absoluto y definitivo.