opusdei.org

Reflexionar sobre la vida, para llenarla de valor

En Nueva York, estudiantes y jóvenes profesionales participaron en el seminario 'La vida a examen: reflexiones filosóficas sobre la vida ordinaria' organizado por el centro universitario Schuyler Hall.

17/05/2004

La ciudad de Nueva York es conocida por su ritmo agitado. Como en todas

partes, sus habitantes no suelen encontrar tiempo para pararse a reflexionar sobre el sentido de la vida o sobre qué hacer para vivir una vida plena. Eso es precisamente lo que hicieron los estudiantes y jóvenes profesionales en Schuyler Hall que, el pasado 7 de febrero, participaron en el seminario 'La vida a examen: reflexiones filosóficas sobre la vida ordinaria'.

David Gallagher, profesor de Filosofía en la Universidad Católica de América, aunque trabaja actualmente en New York, dirigió las sesiones. Su frecuente trato con estudiantes le sugirió la idea de organizar este seminario. "He trabajado con cientos de universitarios y, a lo largo de muchos años, me ha sorprendido la frecuencia con la que estos jóvenes reclaman un paréntesis en la jornada para reflexionar sobre sus vidas. Pensé que les podría ayudar si al

menos lograba esbozarles algunas cuestiones básicas que deben saber compaginar en sus vidas, tales como la amistad, las virtudes, el trabajo, el ocio o Dios", señaló Gallagher.

El seminario consistió en cinco conferencias separadas por momentos de lectura y reflexión. Los temas de las sesiones eran: 'La libertad humana y la autodeterminación: establecerse un plan de vida'; 'La vida es algo serio: cómo compaginar trabajo, acción y ocio'; 'Vivir para los demás: amistad y vida plena'; 'Las virtudes: llegar a ser lo que debemos ser'; y 'Dios y el sentido de nuestra vida'.

El contenido de las charlas fue más práctico que especulativo. "El seminario no es una mera exposición de ideas teóricas brillantes", explica el profesor Gallagher. "Espero que estas ideas se mencionen, pero el objetivo final es más pragmático:

animar a los participantes a reflexionar sobre sus vidas y darles algunas herramientas intelectuales básicas para que puedan seguir pensando en el futuro. Quedaría satisfecho si cada uno de ellos pudiera decir: 'Desde hoy, pienso sobre mí de manera diferente', o incluso: 'Ahora veo que necesito pensar sobre determinadas cosas'". En cada sesión, el profesor Gallagher propuso diferentes actividades y planteó diversas situaciones para mejorar la capacidad de relación de los alumnos y analizar los objetivos vitales de la naturaleza humana.

Entre charla y charla, los participantes pudieron leer y pensar sobre las cuestiones planteadas. Una amplia biblioteca les proporcionó 'comida extra' con la que alimentar sus reflexiones. Había títulos de Victor Frankl, como 'El hombre en busca del sentido', de C.S. Lewis -'La abolición del hombre'-, de santo

Tomás de Aquino -'Summa contra gentiles'-, etc. Más que enredarse en controversias filosóficas o especulaciones estériles, los participantes reflexionaron sobre sus propias vidas y mantuvieron un diálogo sobre las cuestiones que iban surgiendo.

Libertad

A Sam Fryd, estudiante de Matemáticas en la New York University, la jornada le resultó verdaderamente provechosa. “Me ha permitido reflexionar sobre mi vida y formular propósitos concretos para el futuro", dijo. Por su parte, Daniel Lee, contable, se sintió especialmente impresionado por la charla titulada 'Cómo compaginar trabajo, acción y ocio'. “El profesor Gallagher me ha ayudado a arrojar luz sobre el significado del tiempo libre y su importancia para lograr una vida plena".

La mayoría de los participantes se comprometieron a invitar a sus amigos a futuras ediciones de este seminario. Al ser preguntado sobre por qué es importante este tipo de reflexión sobre la vida, el profesor Gallagher respondió: "Una persona que nunca se detiene a pensar sobre su propia vida o sobre adónde encamina sus pasos será simplemente arrastrado por el ambiente. La verdadera libertad -la capacidad de tomar decisiones por uno mismo- implica tener opiniones propias bien formadas y marcarse unos objetivos".

El acto fue organizado por el centro universitario Schuyler Hall, una iniciativa del Opus Dei en Manhattan.

pdf | Documento generado automáticamente desde https://opusdei.org/es-ni/article/reflexionar-sobre-la-vida-para-llenarla-de-valor/ (19/11/2025)