

MEMORIAS

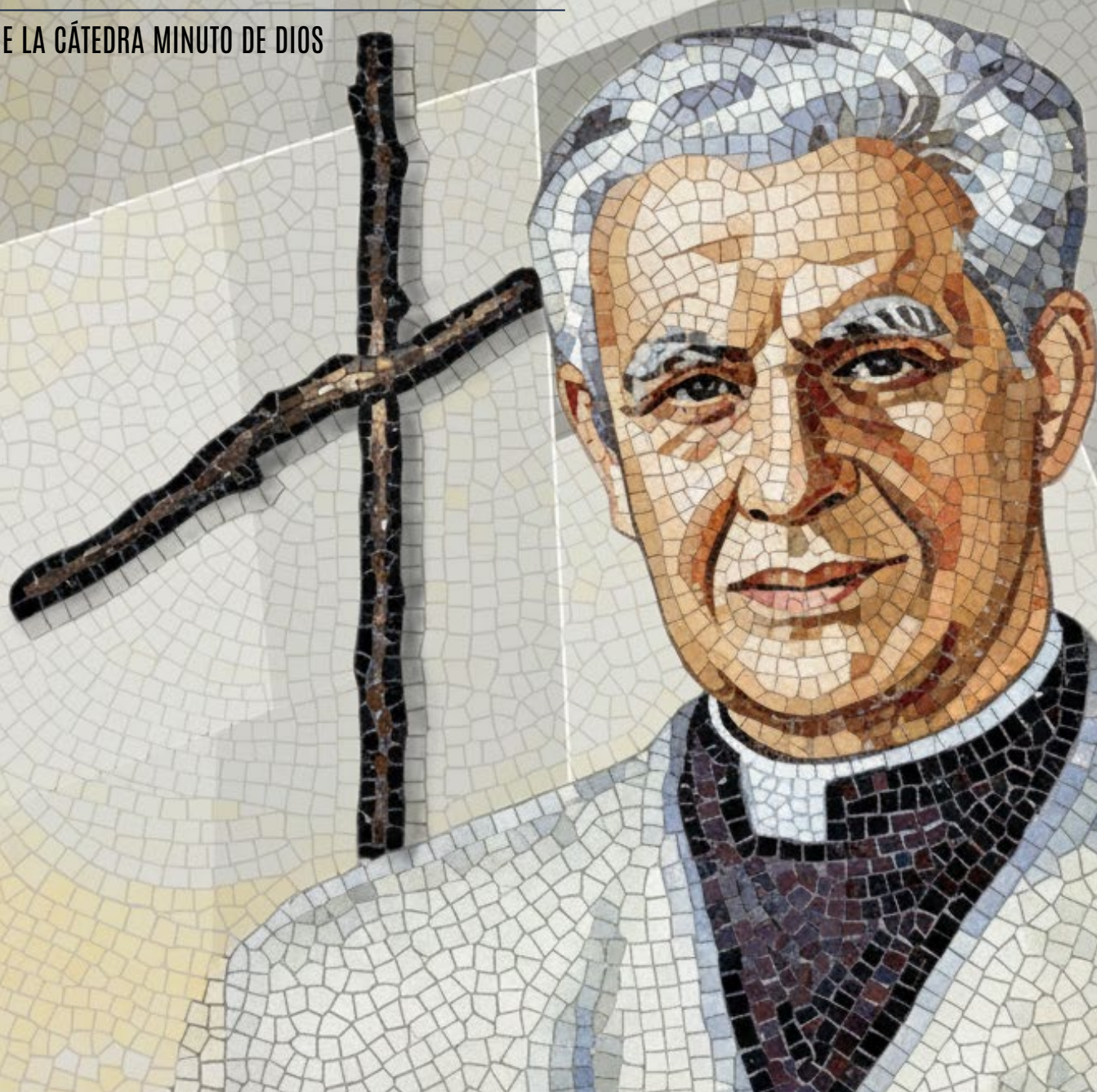
# V Simposio Internacional

Cátedra Virtual Minuto de Dios

ISSN: 2744-998X | Bogotá D.C., Colombia 2025

La Felicidad y la Esperanza como Ejes  
Transversales en la Formación Integral

DESDE LA CÁTEDRA MINUTO DE DIOS



Editores:  
Alirio Raigoza  
Liliana Chaparro  
Katerine Bonilla

**FEBIPE**  
Facultad de Estudios Bíblicos  
Pastorales y de Espiritualidad

**MD UNIMINUTO**  
Corporación Universitaria Minuto de Dios  
Educación de calidad al alcance de todos

VIGILADA MINEDUCACIÓN

MEMORIAS

# V Simposio Internacional

Cátedra Virtual Minuto de Dios

ISSN: 2744-998X | Bogotá D.C., Colombia 2025

La Felicidad y la Esperanza como Ejes  
Transversales en la Formación Integral

DESDE LA CÁTEDRA MINUTO DE DIOS

V Simposio Internacional Cátedra Virtual Minuto de Dios: La felicidad y la esperanza como ejes transversales en la formación integral, desde la cátedra Minuto de Dios / Dra. Stéphanie Lavaux, Dr. Victoriano Suárez Álvarez, Dra. Karina Edith Ordoñez Torres...[y otros 5.] ; editores Alirio Raigozo, Mary Chaparro y Katerine Bonilla. -- 1ª ed. -- Bogotá: Corporación Universitaria Minuto de Dios - UNIMINUTO, 2025.

99 páginas, ilustraciones.

Incluye referencias bibliográficas en cada capítulo.

ISSN: 2744-998X (digital).

1. Corporación Universitaria Minuto de Dios - UNIMINUTO -- Congresos, conferencias, etc. 2. Educación superior -- Investigaciones -- Colombia 3. Desarrollo de la comunidad -- Colombia 4. Universidades -- Congresos, conferencias, etc. -- Colombia 5. Educación popular -- Aspectos sociales -- Colombia 6. Esperanza -- Educación -- Colombia 7. Felicidad -- Educación -- Colombia i. Suárez Álvarez, Victoriano Dr. (autor) ii. Ordoñez Torres, Karina Dra. Edith (autor) iii. Prieto García, Germán P. (autor) iv. Bedoya G, Nelson Dr. (autor) v. Galeano Amaya, Adriana Marcela Dra. (autor) vi. Raigozo Camelo, Alirio Dr. (autor) ii. Chaparro Zambrano, Mary Liliana Mg. (autor) viii. Raigozo, Alirio (editor) ix. Chaparro, Mary (editora) x. Bonilla, Katerine (editora).

CDD: 378.01 S45s2 BRGH

Registro Catálogo Uniminuto No. 109544

Archivo descargable en MARC a través del link: <https://tinyurl.com/bib109544>

DOI: <https://doi.org/10.26620/uniminuto/2744-998X.2025.2>



Presidente del Consejo de Fundadores  
P. Diego Jaramillo Cuartas, cjm

Rector General Corporación Universitaria Minuto de Dios - UNIMINUTO  
P. Harold Castilla Devoz, cjm

Vicerrectora General Académica  
Stephanie Lavaux

Subdirectora Centro Editorial – PCIS  
Rocío del Pilar Montoya Chacón

Rector UNIMINUTO Virtual  
Javier Alonso Arango Pardo

Vicerrectora Académica UNIMINUTO Virtual  
Marisol Acevedo Zuluaga

Decano Facultad de Estudios Bíblicos  
Pastorales y de Espiritualidad  
P. Fidel Oñoro Consuegra cjm

Director Centro Rafael García Herrerós  
Alirio Raigozo Camelo

Coordinadora de Publicaciones UNIMINUTO Virtual  
Andrea del Pilar García Donato

MEMORIAS

# V Simposio Internacional

Cátedra Virtual Minuto de Dios

ISSN: 2744-998X | Bogotá D.C., Colombia 2025

## La Felicidad y la Esperanza como Ejes Transversales en la Formación Integral

DESDE LA CÁTEDRA MINUTO DE DIOS

Editores:

Alirio Raigozo  
Liliana Chaparro  
Katerine Bonilla

PONENCIAS INTERNACIONALES

Dra. Stéphanie Lavaux  
Dr. Victoriano Suárez Álvarez  
Dra. Karina Edith Ordoñez Torres  
P. Germán Prieto García

PONENCIAS NACIONALES

Dr. Nelson Bedoya G.  
Dra. Adriana Marcela Galeano Amaya  
Dr. Alirio Raigozo Camelo  
Mg. Mary Liliana Chaparro Zambrano

Corrección de estilo  
Deixa Moreno Castro

Diseño y diagramación  
Andrea Sarmiento Bohórquez

ISSN: 2744-998X (digital)  
DOI: <https://doi.org/10.26620/uniminuto/2744-998X.2025.2>

Primera edición  
2025

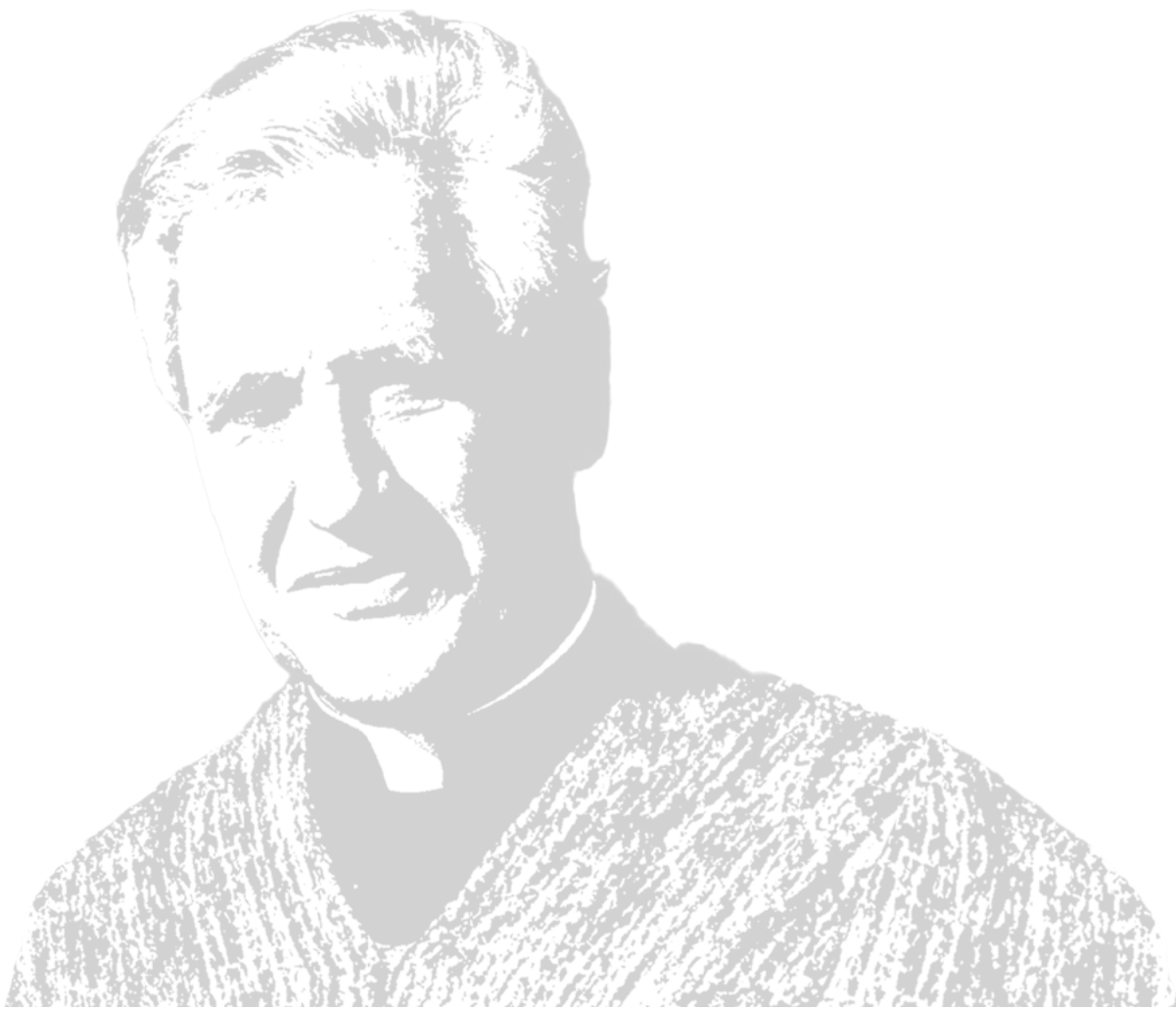
Corporación Universitaria Minuto de Dios – UNIMINUTO  
Calle 81B # 72 B-70  
Bogotá D.C., Colombia  
2025

© Corporación Universitaria Minuto de Dios–UNIMINUTO.

Todos los capítulos publicados en el *V Simposio Internacional de Cátedra Minuto de Dios. La felicidad y la esperanza como ejes transversales en la formación integral, desde la Cátedra Minuto de Dios* fueron seleccionados de acuerdo con los criterios de calidad editorial establecidos en la Institución y están protegidos por registro de propiedad intelectual. Se autoriza su reproducción total o parcial en cualquier medio, incluido electrónico, con la condición de que se cite la fuente de manera clara y completa, siempre y cuando las copias no sean usadas para fines comerciales, tal como se precisa en la Licencia Creative Commons Atribución – No comercial – Compartir Igual, que acoge UNIMINUTO.

## CONTENIDO

Mensaje del padre Diego Jaramillo Cuartas cjm, presidente de la Corporación Organización El Minuto de Dios	5
ORACIÓN	7
INTRODUCCIÓN	9
<b>PONENCIAS INTERNACIONALES</b>	<b>11</b>
La felicidad tiene forma de U: debemos educar para la felicidad	12
Felicidad, esperanza y el desafío de la formación integral	29
Los altibajos de la felicidad: entre el optimismo y la esperanza	39
<b>PONENCIAS NACIONALES</b>	<b>49</b>
Juventud y sentido de la vida: una mirada integral	50
Personas felices en la educación superior	60
La felicidad y la esperanza en la construcción de sociedades sanas	69
La felicidad y la esperanza en el pensamiento del padre Rafael García Herreros:	
Un llamado a la acción en la América Latina contemporánea	82
<b>CONCLUSIONES GENERALES DEL V SIMPOSIO</b>	<b>91</b>
<b>PERFILES DE LOS AUTORES</b>	<b>95</b>



## MENSAJE DEL PADRE DIEGO JARAMILLO CUARTAS CJM, PRESIDENTE DE LA CORPORACIÓN ORGANIZACIÓN EL MINUTO DE DIOS

Quiero extender un saludo muy especial a todos los participantes de este V Simposio Internacional de la Cátedra Minuto de Dios. Sé de su numerosa asistencia, con más de mil personas inscritas para participar en este evento, que incluye participantes de Bogotá y de diversas regiones de Colombia, y también a quienes nos acompañan internacionalmente. A todos ustedes, les envío un cordial saludo.

Como bien saben, el padre Rafael García Herreros escribió y habló sobre la felicidad y la esperanza. En consonancia con sus enseñanzas, quiero recordarles la importancia de vivir con alegría permanente. El Señor los ama, Colombia los necesita y sus familias los impulsan a seguir adelante. Con la esperanza de que alcancen el éxito y se conviertan en excelentes profesionales que presten un servicio valioso a Colombia. Les auguro un futuro de triunfos y realizaciones.



## ORACIÓN

P. Helio Hernández, cjm<sup>1</sup>

En este V Simposio Internacional de Cátedra Minuto de Dios, y como parte de nuestra identidad institucional, elevamos nuestras vidas y todo lo que somos hacia Dios y todo lo ponemos en sus manos. Siguiendo la inspiración y las motivaciones que nos legó el padre Rafael García Herreros, y conscientes de su llamado a construir socialmente con esfuerzo y decisión, siempre llevando en nuestro corazón el mensaje del Evangelio de Jesucristo, entregamos al Señor este día y esta jornada. Permitamos que su Palabra nos ilumine.

En el nombre del Padre, del Hijo y del Espíritu Santo. Amén.

Quiero compartir con ustedes un texto de la Palabra de Dios para esta mañana, tomado del profeta Jeremías: “Bendito el hombre que confía en el Señor y en quien el Señor ha puesto su confianza. Será como un árbol plantado junto al agua, que extiende sus raíces hacia la corriente; no teme cuando llega el calor, y sus hojas siempre están verdes; en año de sequía no se angustia ni deja de dar fruto” (Jr. 17, 7-8).

Les invito a un breve momento de silencio para interiorizar esta Palabra que Dios nos regala hoy, al inicio de nuestra jornada. Detengámonos en esa primera línea que nos ofrece: “Bendito el hombre que confía en el Señor y en quien el Señor ha puesto su confianza”. Encontramos un adjetivo y dos verbos: “bendito”, “confiar” y “buscar” (implícito “en quien el Señor ha puesto su confianza”, que denota una acción activa de búsqueda de apoyo en Él). Reflexionemos sobre estas tres palabras: “bendito”, “confiar” y “buscar”. Ser *bendito* no se refiere a tener suerte, sino a haber encontrado dónde echar raíces, tal como nos invita a considerar la Palabra de Dios. *Confiar* va más allá de esperar un buen resultado; implica anclarse en algo más firme que nuestras propias capacidades. Y *buscar* no es permanecer inmóvil, sino moverse, avanzar, atreverse a ir más allá de lo cómodo y estático para encontrar aquello que es verdaderamente sólido y que da sentido a nuestra existencia.

Con estas tres palabras en mente y evocando la imagen del árbol que extiende sus raíces hacia el agua, los invito a iniciar este V Simposio de Cátedra Minuto de Dios dando gracias a Dios:

.....  
1 El P. Helio Hernández es el Rector de la Casa de Formación “La Misión” de la Provincia Eudista Minuto de Dios.

Amado Jesús, amado Dios, en esta mañana, como estudiantes, maestros y buscadores de la verdad, te damos gracias por tu Palabra, que es vida y que hoy nos regalas. Así como el árbol extiende sus raíces hacia la corriente de agua para tener vida abundante, hoy, amado Dios, te entregamos nuestras vidas, nuestro intelecto, nuestro esfuerzo y este encuentro formativo que ahora comenzamos. Derrama, Señor, tu Espíritu sobre cada ponente, cada participante, cada conversación y cada reflexión que tendremos. Que este espacio, amado Dios, sea un terreno fértil donde germinen ideas edificantes, donde se desarrolle el conocimiento que transforma y donde los corazones se abran a la verdad. Nos ponemos, Señor, en tus manos y te consagramos este evento para tu gloria. Amén.

# INTRODUCCIÓN

## V Simposio Internacional de Cátedra Minuto de Dios: sembrando esperanza, cosechando felicidad

Mag. Liliana Chaparro<sup>2</sup>  
Centro de Pensamiento Rafael García Herreros

Un cordial y fraterno saludo a todos los participantes de este trascendental encuentro académico. Hoy, con profunda alegría y renovado espíritu, UNIMINUTO y el Centro de Pensamiento Social Rafael García Herreros (CRGH) abren las puertas virtuales del V Simposio Internacional de Cátedra Minuto de Dios: “La felicidad y la esperanza como ejes transversales en la formación integral, desde la Cátedra Minuto de Dios”.

Este evento marca un hito significativo en nuestra trayectoria de reflexión y acción, pues consolida un camino iniciado hace varios años, donde hemos explorado la riqueza del pensamiento y la obra del padre Rafael García Herreros, así como algunos temas y tendencias educativas en el siglo XXI. Ello nutre el corazón de nuestra misión institucional, especialmente a través del curso misional de la Cátedra Minuto de Dios, que busca contribuir a la construcción de la identidad misional a nuestros estudiantes de pregrado de la Corporación Universitaria Minuto de Dios -UNIMINUTO.

Desde la génesis de estos Simposios, hemos buscado ser un faro de pensamiento crítico y propositivo, inspirados en la visión de un hombre que, desde la articulación entre la experiencia espiritual cristiana y la Doctrina Social de la Iglesia, supo leer las necesidades de su tiempo y

.....  
2 La magíster Liliana Chaparro Zambrano, durante dos décadas de trayectoria profesional en la educación, ha estado profundamente arraigada en el tejido de UNIMINUTO, tanto en sus aulas físicas como en espacios virtuales. Su compromiso con la educación superior se manifiesta en su formación académica, que incluye un Magíster en Educación del Tecnológico de Monterrey en México, donde cultivó una visión global de la pedagogía. Su especialización en Gerencia Social, junto con su formación como Administradora de Empresas, ambas obtenidas en UNIMINUTO, le han proporcionado una perspectiva integral para abordar los desafíos educativos y sociales. Liliana hace parte del equipo del Centro de Pensamiento Rafael García Herreros y coordina la gestión académica de la Cátedra Minuto de Dios para el sistema UNIMINUTO.

responder con creatividad y un profundo amor por el prójimo desde diversos ámbitos. La educación es uno de ellos. Hoy, nos congregamos nuevamente, impulsados por dos convicciones: la primera, la educación es un motor clave para la transformación social. La segunda, para que la formación de los estudiantes de UNIMINUTO sea realmente integral, debemos trascender la simple adquisición de conocimientos técnicos y profesionales. En este V Simposio, centramos nuestra atención en dos pilares esenciales para una vida plena y una sociedad floreciente: la felicidad y la esperanza.

Estos conceptos, lejos de ser abstracciones filosóficas, palpitan en la cotidianidad de los jóvenes de nuestra Institución, en sus anhelos y en los desafíos que enfrentan en un mundo complejo y, a menudo, incierto. La búsqueda de la felicidad, ese anhelo universal que resuena a lo largo de la historia, y la esperanza, esa fuerza vital que nos impulsa a construir futuros posibles, se erigen como ejes transversales en la formación de ciudadanos comprometidos, resilientes y capaces de transformar su entorno.

Este V Simposio Internacional de Cátedra Minuto de Dios se concibe como un espacio dinámico de diálogo, reflexión y construcción colectiva. Herederos del legado del padre Rafael García Herreros, quien siempre abogó por una educación que formara “hombres nuevos para un mundo nuevo”, nos proponemos profundizar en la articulación de la felicidad y la esperanza en el tejido mismo de nuestra propuesta formativa. ¿Cómo podemos, desde la Cátedra Minuto de Dios y desde cada espacio formativo de UNIMINUTO, sembrar la semilla de la esperanza y cultivar la búsqueda genuina de la Felicidad en nuestros estudiantes?

A lo largo de estas jornadas virtuales, exploraremos los fundamentos teóricos de estos dos conceptos (felicidad y esperanza) desde diversas disciplinas, analizaremos su profunda conexión con el pensamiento y la obra de nuestro fundador, identificaremos estrategias pedagógicas innovadoras para promover su desarrollo en el aula y diseñaremos propuestas concretas para integrar estas dimensiones en nuestros currículos.

Este Simposio responde también a una sentida invitación de la Iglesia, como se destaca en el documento final del Sínodo de la Sinodalidad, a prestar especial atención al cuidado y acompañamiento de los jóvenes, nutriendo su esperanza y animándolos a construir un futuro con sentido. En UNIMINUTO, recogemos este llamado eclesial con la convicción de que una formación integral debe cultivar no solo la mente, sino también el corazón y el espíritu de nuestros estudiantes.

Así pues, con gran entusiasmo damos inicio a este V Simposio Internacional de Cátedra Minuto de Dios. Que este día sea fructífero en reflexiones, enriquecedor en aprendizajes y, sobre todo, inspirador para seguir sembrando ESPERANZA y cosechando FELICIDAD. Unidos en la tarea de contribuir al desarrollo integral sostenible en el que haya lugar para todos y en el que podamos construir una relación más amigable con la Casa Común como nos lo ha enseñado el papa Francisco en su encíclica ‘Laudato Si’.

¡Nuevamente bienvenidos!

MEMORIAS



# Simposio Internacional

Cátedra Virtual Minuto de Dios



**PONENCIAS INTERNACIONALES**

## LA FELICIDAD TIENE FORMA DE U: DEBEMOS EDUCAR PARA LA FELICIDAD

Stephanie Lavaux<sup>3</sup>



Nota. Imagen tomada de la presentación de la Dra. Stephanie Lavaux

En este V Simposio anual, organizado por el Centro de Pensamiento Social Rafael García Herreros en el marco de la Cátedra Minuto de Dios, es un gran placer compartir con ustedes, en torno a esta temática relacionada con la felicidad y esperanza, que debe estar en el centro de la reflexión y práctica educativa en todos nuestros Centros Universitarios de UNIMINUTO. Más que una bienvenida, quisiera compartir algunas ideas iniciales por ser la educación para la felicidad y la esperanza un tema muy cercano a mi corazón y a mis intereses. Efectivamente, se trata de un tema muy cercano a lo que he

<sup>3</sup> La doctora Stephanie Lavaux es la Vicerrectora General Académica del sistema UNIMINUTO. Con más de 20 años de experiencia en educación superior a nivel nacional e internacional, ha desempeñado roles de alta dirección y gestión universitaria, incluyendo directora de centros, decana y vicerrectora académica. Además de su labor en el desarrollo de proyectos académicos, también se ha desempeñado como profesora y consultora en instituciones de educación superior.

hecho en toda mi carrera, en más de veinticinco años como docente, pero también en otros cargos que he desempeñado. Quisiera, entonces, abrir este V Simposio al que hemos invitado algunos invitados nacionales e internacionales que nos enriquecerán con ponencias maravillosas. He podido tener la oportunidad de sentir que en este evento vamos a salir muy fortalecidos, en UNIMINUTO, pero, en general, como institución de educación superior. Es un reto poder conjugar felicidad y esperanza no solamente en la vida íntima de la persona, sino también en su vida formativa y en su vida profesional.

El título dado al V Simposio ya nos orienta: la felicidad y la esperanza como ejes transversales en la formación integral desde la Cátedra Minuto de Dios. Empezaré con el lema que le he querido dar a mi intervención: *La felicidad tiene forma de U*. U como Universidad o, dicho de otra manera, porque las universidades deben educar para la felicidad. Al respecto quiero compartir una reflexión inicial alrededor de una pregunta clave ¿debemos como Institución de Educación Superior (IES) enseñar la felicidad? También me voy por el asunto de cultivar la alegría, y el papel de la felicidad en la educación, pero prefiero decir que la universidad tiene forma de U, en que nosotros como universidad sí debemos enseñar la felicidad, sí debemos promover y provocar la felicidad a través de procesos conscientes, deliberados, de cara a la totalidad de nuestra comunidad universitaria.

Sin embargo, debemos partir sin, duda alguna, de una constatación que no es tan feliz en lo que respecta a la educación superior: las universidades en el mundo, muy centradas en la búsqueda de la excelencia educativa muy estandarizada, ha ido dejando de lado un elemento esencial, el bienestar emocional y la felicidad de nuestros estudiantes. Claro, no solamente de nuestros estudiantes sino también de nuestros profesores y de todos nuestros colaboradores. La felicidad es (debe serlo) un elemento esencial de la experiencia educativa, más allá de las calificaciones, de los logros, del éxito académico. La felicidad en la educación y la educación para la felicidad desempeñan sin duda alguna un papel fundamental en la configuración de las experiencias actuales de nuestros estudiantes, sino también en su prospectiva de vida, pues permite un éxito, un futuro y una realización personal muy a largo plazo. Por ello, no hay que contemplar esta educación para la felicidad de manera inmediatista, sino más bien como un constructo a lo largo y para toda la vida.

Diversas organizaciones internacionales, en particular la UNESCO, referente en temas de educación y cultura, han señalado que el bienestar debe ser una prioridad en la educación, no solo como un medio para mejorar el rendimiento académico. Existe un círculo virtuoso entre felicidad y aprendizaje: educar para la felicidad debe ser entendido y asumido como un objetivo en sí mismo. Tradicionalmente, la educación universitaria se ha centrado en la transmisión y la co-construcción del conocimiento, así como en el desarrollo de competencias técnicas perdurables. No obstante, investigaciones recientes destacan la importancia de incorporar el bienestar y la felicidad como componentes fundamentales de la educación superior, pues son claves para el aprendizaje efectivo y el desarrollo integral de los estudiantes

Teniendo en cuenta lo anterior, subrayaré seis elementos de reflexión acerca de este profundo impacto de la felicidad en el proceso educativo:

El primer punto es este círculo virtuoso que podemos establecer científicamente entre la felicidad y un aprendizaje efectivo. En las últimas décadas ha emergido un interés científico creciente alrededor del papel de las universidades en la formación del bienestar y de la felicidad de los estudiantes. En particular, los invito a conocer un autor que se llama Martin Seligman y que verdaderamente ha

dedicado sus últimos veinte años a trabajar científicamente este círculo virtuoso entre la felicidad y mejora del desempeño académico de los estudiantes. Ha aprovechado marcos teóricos de disciplinas como la psicología positiva, la educación emocional o la pedagogía del bienestar y, acompañado de muchos otros coautores, argumentan que la felicidad no solamente es una meta individual, sino que es un factor que potencia el rendimiento académico y la motivación de los estudiantes. Con ello, afirma que las universidades no solo deberían proporcionar formación técnica, sino también cultivar habilidades socioemocionales que fomenten el bienestar, por ello habla de la *social emotional learning*. El aprendizaje socioemocional es un campo teórico muy fuerte, ha demostrado ser una herramienta muy eficaz para reducir el estrés de los estudiantes, aumentar su resiliencia en determinados momentos del camino universitario y para el resto de la vida.

La Organización Mundial de la Salud - OMS (2020) nos llama la atención en estos últimos años acerca de los problemas de salud mental creciente de nuestros estudiantes universitarios, y, en este contexto, sobre la necesidad que tienen las universidades de implementar las estrategias de educación para la felicidad. En realidad, la educación para la felicidad no debe ser considerada como una electiva separada, sino como parte de las grandes apuestas estratégicas de cada institución; debe ser un eje transversal. De la misma manera, Chawla Ajay et al. (2021) han decidido hacer un metaanálisis mundial con las instituciones de educación superior (IES) que han incorporado programas de bienestar y de educación emocional. En esta investigación, se ha encontrado una correlación positiva entre la existencia de programas de bienestar y educación emocional, y menores tasas de ansiedad y depresión en los estudiantes; así mismo, se afirma ampliamente que la felicidad actúa como un potenciador del aprendizaje promoviendo una mayor retención del estudiante, del conocimiento y unas mayores habilidades a lo largo y ancho de su vida.

También, muchas investigaciones desde la neurociencia o la psicología han demostrado que este bienestar emocional tiene un impacto significativo en la capacidad de aprendizaje de los estudiantes. Según un informe de la UNESCO, esta felicidad y esta motivación positiva fomentan las mejores experiencias de aprendizaje, la mayor retención de los conocimientos y una mayor resiliencia ante los desafíos académicos; es decir, hay una correlación muy estrecha entre nivel de felicidad no objetiva, sino sentida por parte de nuestros estudiantes, y subjetiva por parte de nuestros estudiantes en su grado de éxito académico y de resiliencia frente a los grandes retos de educarse en un entorno universitario.

También existen aproximaciones sobre el tema de la relación entre felicidad y educación desde algunos enfoques de la filosofía. Guilherme y Souza de Freitas (2016) han trabajado un espacio crítico alrededor de esta educación para la felicidad. Afirman que esta educación debe ir mucho más allá de una simple transmisión de contenidos, que una concepción rica de la felicidad basada en el desarrollo integral del individuo. En este sentido se cuestiona una visión reduccionista de la educación para la felicidad que podría estar centrada exclusivamente en un placer inmediato, y propone más bien un modelo mucho más amplio inspirado de Paulo Freire en el que la felicidad y la educación para la felicidad constituyen un acto político consciente, íntimamente transformador en el largo plazo y no solamente objeto de un placer inmediato.

Entonces, en cuanto a la felicidad y su relación con el aprendizaje, se subrayan beneficios de los entornos de aprendizajes felices. En primer lugar, un mejor rendimiento académico, donde los estudiantes felices tienden a ser más comprometidos, más motivados y abordan el aprendizaje con una actitud mucho más positiva. En segundo lugar, aporta a una mayor creatividad, pues un ambiente

de aprendizaje alegre fomenta un pensamiento mucho más creativo que en un ambiente aburrido o de alto estrés. Finalmente, los estudiantes desarrollan la resiliencia y algunas habilidades para afrontar las situaciones difíciles o retadoras en los ámbitos académicos. En definitiva, se desprenden muchos beneficios alrededor de la Educación para la felicidad en entornos de aprendizaje felices.

El segundo punto al que me refiero en esta reflexión es el modelo PERMA. Desde la psicología positiva, Seligman et al. (2018) han trabajado un modelo denominado PERMA, que constituye una especie de marco para promover el bienestar y la felicidad en la educación. Este modelo es un acrónimo en inglés y se sustenta en los siguientes cinco pilares fundamentales:

- P de *positive*: las emociones positivas, para fomentar el optimismo y la gratitud.
- E de *engagement*: es el compromiso para promover el flujo o el estado de concentración profundo en actividades académicas.
- R de *relaciones positivas*, crear redes de apoyo social y de apoyo académico al interior de la comunidad universitaria
- M de *meaning*: de sentido o propósito. La educación (para la felicidad) debe ayudar a los estudiantes a conectar sus estudios con sus valores y sus aspiraciones.
- A de *achievement*: o logros, pues en la educación es necesario establecer metas realistas que fomentan una motivación intrínseca por parte de los actores que intervienen en ella.

Algunos autores analizaron la implementación de estas intervenciones basados en el modelo PERMA, en diversas universidades y encontraron mejoras significativas en la satisfacción estudiantil, en la resiliencia y en el desempeño académico de los estudiantes. Guilherme y Souza de Freitas (2016) argumentan que la educación emocional en la universidad no debe de ninguna manera limitarse a estrategias conductistas basada en la psicología positiva, sino que debe incluir enfoques más reflexivos, más críticos, que permitan a los estudiantes desarrollar una comprensión más profunda del bienestar y de su relación con el contexto político y social.

En consonancia con lo anterior, se enmarca la tercera reflexión que quiero ofrecer acerca del modelo de Escuelas Felices de la UNESCO que nace en el 2024, el cual propone un modelo educativo para la felicidad basado en cuatro pilares:

- Las personas, entendidas como relaciones de apoyo.
- El proceso, entendido como métodos o pedagogías de enseñanza inclusivas.
- El lugar, entendido como ambiente de aprendizaje positivos.
- Los principios, entendidos como un pilar de valores y de ética en la educación.
- Estos pilares deben entenderse como un conjunto dinámico en el que las relaciones entre ellos contribuyen a la calidad de la experiencia de aprendizaje.

En ese sentido, el modelo de Escuelas Felices, que están inspiradas en la ciencia del aprendizaje, se basa en un creciente cuerpo de evidencias científicas que establece un vínculo entre felicidad y la mejora del aprendizaje, entre la felicidad y enseñanza, entre felicidad y bienestar, entre felicidad y resiliencia, no solamente de los estudiantes, sino de todo el sistema educativo en su conjunto. Allí aparece esta noción de círculo virtuoso que mencionaba al inicio de mi intervención, ya que se fundamenta en esta interacción entre las funciones emocionales de las personas y las funciones

cognitivas, donde se subraya la importancia de un compromiso integral entre cuerpo, corazón y mente en el proceso de aprendizaje; pero también, según la UNESCO, este modelo se basa en valores y orientaciones hacia la noción de comunidad, y no solamente de individuo.

El modelo de Escuelas Felices se enfoca en el bienestar de toda la comunidad educativa más allá de los estudiantes como individuos; su marco de acción orienta el desarrollo de entornos escolares que pueden ser escalados a entornos universitarios positivos, a través de doce criterios organizados alrededor de los pilares anteriormente explicitados (personas, procesos, lugares y principios). De lo que se trata es de crear climas escolares inclusivos y enriquecedores que favorezcan un ambiente de aprendizaje de calidad, un mayor bienestar no solamente para el estudiante, sino para los profesores, las familias, los equipos administrativos y los equipos directivos.

Por consiguiente, de acuerdo con el primer pilar, el modelo de Escuelas Felices o, extrapolado, Universidades Felices se centra en relaciones de apoyo y colaboración, en bienestar no solamente físico, sino también socioemocional, y en actitudes, atributos positivos de los miembros de la comunidad educativa, incluyendo estudiantes, familias, docentes, directivos y personal de apoyo, como también todo tipo de otros integrantes de la comunidad educativa. Como ya se ha dicho, no se trata solamente de pensar la felicidad del estudiante como individuo, sino de la felicidad como algo transversal a la universidad entendida como un sistema de talento humano directo e indirecto.

El segundo pilar, enfocado en los procesos, los cuales deben promover programas equilibrados en las universidades y en las escuelas, con pedagogías alegres y motivadoras, que contribuyan al fortalecimiento y desarrollo de la pasión de los estudiantes, con evaluaciones holísticas, adaptativas y flexibles que garanticen una carga de trabajo que sea manejable, con un contenido culturalmente relevante, interdisciplinario y unas experiencias de aprendizaje activas. En todos estos elementos, armónicamente articulados está la clave de escuelas o universidades felices.

En el tercer pilar, se busca transformar los espacios académicos, los espacios de formación tanto físicos como digitales a través de infraestructuras y equipamientos que sean seguros, saludables accesibles y sostenibles. Se trata de cuidar los diseños de estos espacios para que sean amigables, funcionales e inclusivos, con un uso de la infraestructura de campus, como un centro social para el aprendizaje para la comunicación y la participación comunitaria, que adapta las infraestructuras físicas y virtuales a los propósitos educativos. Eso debe sonar muy familiar, porque el modelo de UNIMINUTO en toda esta transformación que estamos viviendo poco a poco en los centros universitarios, es un modelo basado justamente en un modelo de living lab, es decir, laboratorios vivos que provocan experiencias vibrantes; que favorecen la participación comunitaria; espacios de aprendizaje que se fundamentan en el modelo beats (latido de corazón en inglés), que es un acrónimo para bienestar: B de bienestar, E de emprendimiento, A de arte, T de tecnología y S de sostenibilidad.

En términos de principios, el modelo busca que las universidades se centren en los valores fundamentales que cohesionan las comunidades escolares y facilitan la implementación de los otros tres pilares: la confianza, la inclusión y el empoderamiento.

El cuarto punto de reflexión, en el marco del modelo PERMA de escuelas felices, se fundamenta en la comprobación científica de la existencia de un círculo virtuoso entre felicidad y aprendizaje. Ante ello, surge la pregunta: ¿cómo integrar la felicidad en la educación universitaria? Diversos autores han abordado esta cuestión, y desde la investigación se han planteado cinco orientaciones

principales para favorecer dicha integración. En primer lugar, se recomienda incorporar principios de la psicología positiva en los planes de estudio, incluyendo prácticas como la atención plena (*mindfulness*), la gratitud y la resiliencia, con el propósito de ayudar a los estudiantes a gestionar el estrés y a consolidar una mentalidad positiva. Al respecto, resulta pertinente tener en cuenta las advertencias de autores como De Freitas, quienes llaman la atención sobre la necesidad de mantener una visión crítica de estas propuestas, de manera que no se conviertan en iniciativas superficiales o inmediatas, sino en procesos sostenibles, transformadores y de largo alcance.

En segundo lugar, es esencial fomentar un entorno de aprendizaje positivo, en el que prime la creación de un ambiente de respeto, colaboración y reconocimiento. Un ejemplo de ello es el modelo BEATS de UNIMINUTO, que promueve la amabilidad, la escucha activa y la celebración tanto de los logros grandes como de los pequeños, fortaleciendo así el sentido colectivo de satisfacción y motivación.

Un tercer aspecto se relaciona con la importancia de la pasión en el proceso educativo. Se trata de promover un aprendizaje basado en el interés genuino de los estudiantes, incentivando la exploración de temas que despierten su entusiasmo. Este enfoque requiere avanzar hacia modelos de aprendizaje adaptativos, que no solo hagan más agradable el proceso formativo, sino que también estimulen la motivación intrínseca y el interés sostenido a lo largo de la trayectoria académica, la cual, en el caso de la educación superior, suele ser extensa y exigente.

Finalmente, un cuarto aspecto tiene que ver con la dimensión socioemocional del aprendizaje. Priorizar este ámbito implica implementar programas que fortalezcan competencias socioemocionales esenciales y perdurables, además de las habilidades técnicas y disciplinares. Entre estas se incluyen la capacidad para establecer relaciones saludables, comunicarse de manera efectiva y desarrollar la inteligencia emocional, elementos que constituyen un pilar para la formación integral de los estudiantes.

En resumen, estos autores nos hablan de que tenemos que generar un impacto en el diseño curricular en ambientes positivos, tanto en la infraestructura digital como en la física, la construcción de programas de apoyo en salud mental, y en el fomento de comunidad con actividades de reconocimiento y extracurriculares que refuercen el sentido de pertenencia.



Nota. Imagen tomada de la presentación de la Dra. Stephanie Lavaux

Finalmente, el quinto aspecto es aprender de otros. Después de preguntarnos qué y cómo, preguntémonos quién lo ha hecho y quién ha sido exitoso en esta integración de esta educación para la Felicidad al interior del ámbito universitario. Estas experiencias nos pueden ofrecer ideas, pistas de trabajo para implementarlo en UNIMINUTO. Por ejemplo, tres universidades han hecho apuestas alrededor de la educación o el aprendizaje para la felicidad:

La Universidad de Yale ofrece un curso que se llama the Science of wellbeing (la ciencia del bienestar), que ha sido uno de los más populares hacia sus estudiantes y para un público extenso a través de la plataforma de Coursera. Varios estudios han demostrado el impacto de estos cursos en los estudiantes, quienes reportan una mayor satisfacción y una reducción comprobada del estrés.

Por su parte, la Universidad de Berkeley cuenta con un programa que se llama Greater Good Science Center (Centro de Ciencias del Bien Mayor). Esta universidad ha desarrollado unas estrategias basadas en la ciencia del bienestar, en particular en sus cursos The Science of Happiness (La ciencia de la felicidad), que han sido tomados por más de trescientos mil estudiantes en todo el mundo.

La Universidad de Harvard fue objeto de investigaciones científicas que demostraron que el bienestar subjetivo de los estudiantes aumentó a raíz de este curso. Esta es una clara apuesta hacia cátedras de *mindfulness*, hacia una integración curricular de la educación socioemocional. Ha quedado comprobado que gracias a esta atención al bienestar y la felicidad, etc., el rendimiento académico y la salud mental de los estudiantes han mejorado significativamente.

La UNESCO invita a las universidades a hacer una apuesta en este sentido, no como algo accesorio, sino como algo transversal. Sin embargo, estas iniciativas deben ir acompañadas de cambios sistémicos en la educación superior, incluyendo la formación de docentes en bienestar, y la reformulación de políticas universitarias para priorizar la salud mental. Salud mental y felicidad son inseparables. En consecuencia, la educación para la felicidad es de verdad posible, pero siempre y cuando esté acompañada de una transformación institucional muy fuerte, para incrementar el impacto a estas estrategias puntuales de clases o estas estrategias curriculares.

Finalmente, deberíamos preguntarnos por qué o en qué fallamos, y no solamente centrarnos en lo bonito o en lo que se ha logrado, sino en las dificultades, obstáculos y problemas que hay que resolver para que dichas apuestas puedan adelantarse exitosamente. Necesitamos preguntarnos en nuestras IES ¿cómo hacerlo? y ¿cómo hacerlo bien?

Diversos autores, además de mostrar el impacto positivo que tiene la educación para la felicidad en el rendimiento académico y en la satisfacción subjetiva de los estudiantes, subrayan cuatro megas o retos que hay que enfrentar, y que hay que solucionar.

El primero, tiene que ver con las resistencias institucionales al interior de las IES, que siguen privilegiando una educación tradicional, siguen priorizando la educación academicista sobre la educación en y para del bienestar o de la felicidad, y esto es un problema.

El segundo problema tiene que ver con el asunto metodológico de la medición de este impacto, pues falta un consenso para ponerse de acuerdo alrededor de indicadores claros para evaluar la felicidad estudiantil.

El tercer asunto subraya el reto del cambio en la formación docente y la necesidad que tenemos como instituciones de educación superior (IES) de preparar a nuestros profesores en una educación emocional, en una psicología o una pedagogía positiva.

Y, finalmente, el cuarto asunto tiene que ver con la necesidad de discernir e implementar cambios estructurales en las instituciones de educación superior, para que todo su marco normativo, su esencia, su *ethos*, sus políticas de planeación estratégica estén volcadas a priorizar la salud mental, a priorizar esta educación para la felicidad.

Todavía estamos lejos de haber logrado una verdadera apuesta de *educación para la felicidad* y, en este sentido, quiero dejar una reflexión final, una clave para mí: la felicidad en la universidad no es un lujo, no es algo accidental o accesorio, sino que es necesidad para mejorar el aprendizaje y el bienestar de los estudiantes. No hay que olvidar tampoco que la felicidad no se limita al aula, no hay que pensar que se resuelve solamente con un par de cursos, y que automáticamente trasciende a otros ámbitos. Lo que hay que construir es un *ethos* que permee la experiencia ‘estudiantil’ en todas sus dimensiones. Todos estos años universitarios, estos años escolares ejercen una influencia duradera en el desarrollo personal y profesional de las personas, cultivar este amor por el aprendizaje, esta pasión por el aprendizaje y fomentar una mentalidad positiva.

Verdaderamente, la educación para la felicidad es el cimiento para una vida plena, futura de curiosidad de exploración y de reflexión íntima que debemos entregar como un legado a nuestros estudiantes. Dicho de manera más poética y romántica: *la felicidad es una compañera del aprendizaje a lo largo de la vida*; no es un efecto inmediato, no es un curso con créditos. Como educadores debemos reconocer el profundo impacto de la felicidad en el proceso educativo al priorizar este bienestar emocional, crear entornos seguros, positivos y adaptados.

Es fundamental adoptar la alegría como un elemento esencial del aprendizaje. Con esto en mente los profesores y los directivos universitarios capacitamos a los estudiantes no solamente para alcanzar un éxito académico inmediato, sino para llevar una vida más plena, apasionada y satisfactoria. En consecuencia, debemos motivarnos para promover la felicidad en la educación porque un estudiante feliz es un estudiante hipermotivado, dispuesto a enfrentar todo tipo de desafíos y con tendencia a descubrir en la realidad las oportunidades de desarrollo y realización que se presentan. Por tanto, la Felicidad tiene forma de U y debemos educar para la Felicidad.

## Referencias

- Chawla, N., Tomfohr-Madsen, L., Zappitelli, M., & O’Beirne, G. (2021). The impact of well-being programs on university students’ mental health: A meta-analysis. *Journal of Positive Psychology*, 16(4), 520-536.
- Guilherme, A., & Souza de Freitas, A. L. (2016). Happiness education: A pedagogical-political commitment. *Policy Futures in Education*, 15(1), 6-19.
- Seligman, M. E. (2018). *El circuito de la esperanza: El viaje de un psicólogo de la indefensión al optimismo*. Hachette.
- Seligman, M. E., Ernst, R. M., Gillham, J., Reivich, K., & Linkins, M. (2009). Educación positiva: Psicología positiva e intervenciones en el aula. *Oxford Review of Education*, 35(3), 293-311.
- UNESCO. (2024). Por qué el mundo necesita escuelas felices: Informe mundial sobre la felicidad en y para el aprendizaje. París: UNESCO.

## Yo soy porque los demás son

Dr. Victoriano Suárez Álvarez<sup>4</sup>



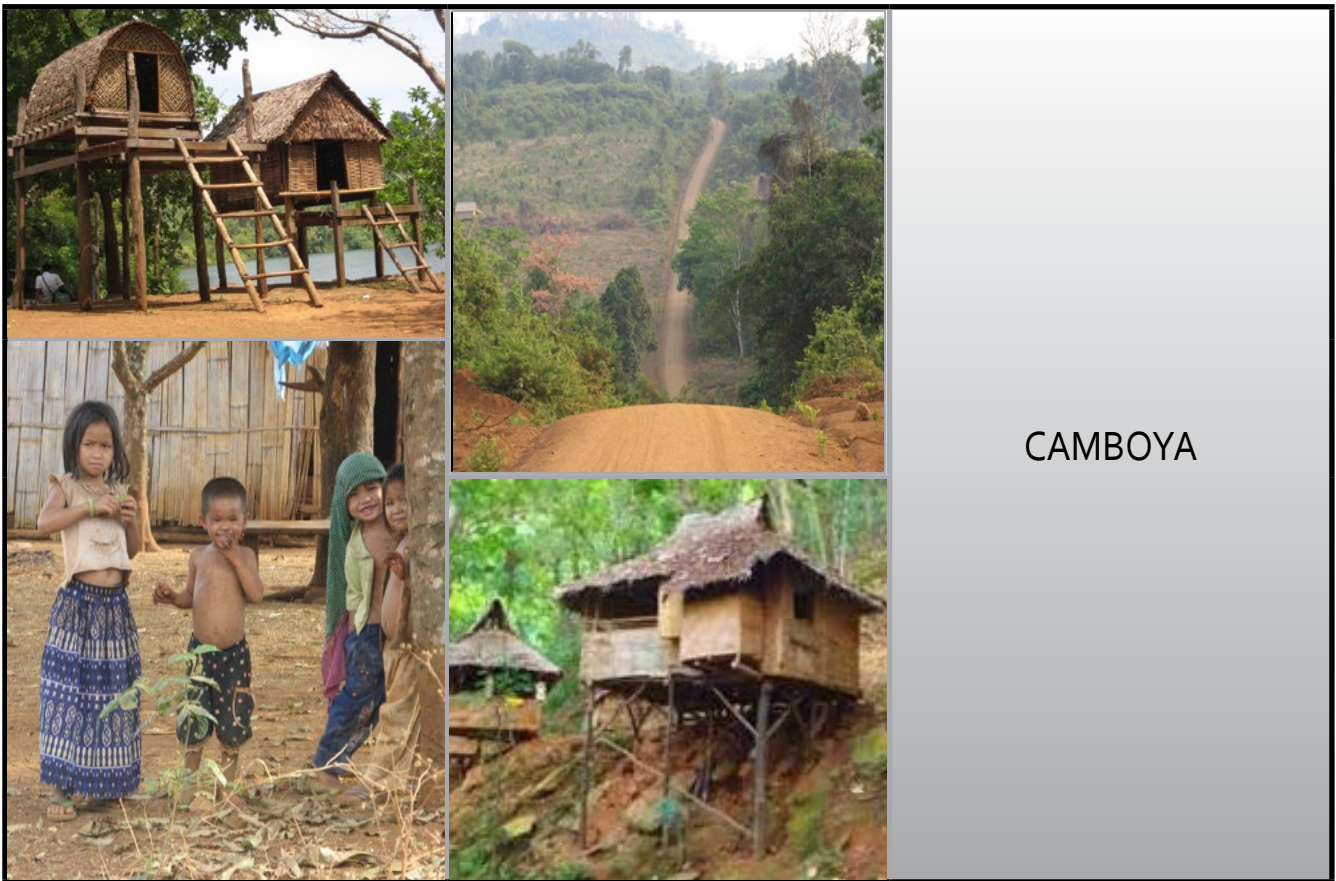
*Nota.* Imagen tomada de la presentación del Dr. Victoriano Suárez

Al introducir el tema yo quisiera darles una visión más comunitaria sobre cómo es el trabajo que yo he realizado en la colectividad durante buena parte de mi vida. He tenido la suerte de poder trabajar en más de cuarenta y cinco países, siempre en la comunidad, en campo y trabajando con personas indígenas o aborígenes en los países en los que he podido colaborar y cómo eso, al final, me acabó llevando al mundo de la academia, desde una visión un poco diferente a la que hay aquí en Ecuador, en occidente en general.

.....  
4 El doctor Victoriano Suárez es graduado de la Universidad Internacional del Ecuador y doctor en Sociología por la Universidad Nacional de Educación a Distancia de España, posee una maestría en Intervención Social en las Sociedades del Conocimiento de la Universidad Internacional de La Rioja y un máster en Cooperación Internacional y Ayuda Humanitaria del Centro de Estudios Proyecto Calú de Oviedo, España. Es licenciado en Psicología por la Universidad de Oviedo y, actualmente, se desempeña como docente universitario en diversas instituciones de educación superior en Ecuador, Camboya y España. En su trayectoria, trabajó en la fundación y actual iniciativa de extensión intercultural Galápagos, donde realizó el seguimiento de programas, proyectos y actividades como coach y psicólogo. También ha participado en numerosos proyectos de liderazgo a través de su emprendimiento *Breaking Minds* y trabaja en gestión de proyectos y metodologías ágiles.

La idea de mi intervención es ir contando varias experiencias relacionadas con lo que me ha pasado en mi trabajo, las cuales nos llevan al porqué me introduje más en el mundo de la academia.

Les contaré cuatro historias tristes para definir y dar una visión de lo que sería la felicidad. ¿Por qué he decidido contar las cuatro historias tristes y no las felices? Porque también me pasaron muchas historias felices y la manera que tenemos de saber que ahora mismo es de día... es saber qué es la noche... Para saber lo que está bien, tenemos que saber lo que está mal; y para saber qué es la felicidad... tenemos que saber también lo que es la tristeza. Creo que es importante para entender el concepto final, que me llevó a conocer al que fue considerado el mejor profesor del mundo, hay un premio que se llama *global teacher prize (2019)*, que es como el premio Nobel de la educación, es un galardón que está dotado también con un millón de dólares, igual que el premio Nobel que se les da a los mejores profesores del mundo, todo eso al final va a cerrar en esa cuestión. La idea es poder reflexionar qué es lo que tienen en común las cuatro historias y ver que al final hay un cierre interesante.



CAMBOYA

*Nota.* Imagen tomada de la presentación del Dr. Victoriano Suárez

La primera, es una historia acontecida en España. Fue una situación trágica, un atentado terrorista en los trenes de la estación de Atocha de Madrid, fue en el año 2004, la buena o mala suerte me llevó a estar en uno de esos trenes, por desgracia yo viajaba justo en ese momento, me tocó vivir esta experiencia. Por suerte no tuve problemas físicos, solo unos pequeños rasguños; para mí no fue físicamente complicado, pero justo al final del evento hubo una gran explosión. Al momento del *shock*, me puse ayudar a la gente que se había quedado atrapada, habían tenido problemas, estaban

con hierros en el cuerpo. Es una situación, como podéis entender, bien difícil y justo estaba ayudando a una chica de unos veinte seis años. Era estudiante de posgrado.

Soy psicólogo y tengo también una maestría de intervención en crisis, por lo cual me puse a intentar calmarla, ayudarla, pero la situación era complicada porque tenía una herida muy grave, intentaba tapar esa herida de la manera que podía y, mientras tanto, intentaba hablar con ella, que estuviese lo más relajada posible, lo más tranquila posible, pero había una cosa que ella siempre decía: ¿dónde está mi papá? Pudieron ser diez minutos máximo que estuve con ella. No quería escuchar nada más, no quería saber nada del mundo, solo preguntaba por su papá, que también estaba en ese momento en el tren. Al padre de esta chica no lo veía por ningún lado, ella estaba tumbada, herida y buscaba con la mirada a su padre por todas partes. Yo intentaba hablar con ella, le tapaba la herida, pero ella solo pensaba en eso. Por suerte, al padre no le había pasado nada; simplemente estaba perdido y aturdido por el accidente, y él también la buscaba. Al rato apareció, en buen estado, y la chica evidentemente se alegró al verlo, se calmó y empezó a pensar un poco en su propia situación. Pero, por desgracia, como la herida era demasiado grave, la chica, finalmente, falleció. Todo pasó muy rápido.

Esto que voy a exponer ahora es subjetivo, porque yo estaba ahí con ella, y quizás lo veía de una manera diferente. Pero la chica, a pesar de tener un dolor terrible y de saber que no iba a sobrevivir, en mi opinión, había muerto, pero tenía una sonrisa en la cara. Era una situación muy chocante para mí: un accidente tan grave y la chica murió en paz, tranquila, Quiero que se queden con ese punto, ese momento final de la chica, antes de valorar otras cosas que vamos a ir viendo más adelante.

Después, en el 2010, fui a cumplir con mi compromiso de graduación. Normalmente se hace una tesis o un examen complejo. Yo elegí irme a la otra punta del mundo, a trabajar con comunidades indígenas de Camboya, a través de la Cruz Roja Internacional y de Cáritas Internacional. Gracias a ellos pude tener esa experiencia, y mi trabajo final de graduación fue ir a trabajar con unas mujeres que vivían una situación particular, inaudita: son las mujeres jaula (viven literalmente en jaulas). No van a encontrar información en Internet ni en ningún sitio, porque están completamente abandonadas, completamente aisladas del mundo, y no se habla de este tema en ningún lugar.

Son mujeres que, en cuanto nacen, las encierran en jaulas con sus madres. Las madres nunca salen de las jaulas, que son como de dos metros cuadrados. Vayan haciéndose una idea del contexto en el que vivían estas personas y siguen viviendo, por desgracia. Son mujeres que se acostumbraron a vivir así; no son reclusas, porque la jaula está abierta, pero no se atreven a salir porque saben que, si lo hacen, las pueden matar.

La idea era ir a trabajar con estas mujeres para intentar comprender un poco esa situación, intentar mejorar su calidad de vida de alguna forma e intentar cambiar esa situación. En realidad, no fue posible, porque es una cultura súper aislada, arraigada, y es medio complicado trabajar con ese tipo de comunidades tan cerradas. A pesar de que sí estuvimos con gente local, intentamos, a través de misioneros de Cáritas Internacional, trabajar con ellos, pero fue difícil. Las autoridades saben que eso existe, todo el mundo sabe que eso existe, pero no se meten ahí, no directamente, no trabajan con ellos.

Por lo tanto, hablábamos con los maridos o con los hermanos, solo con hombres; no podíamos acercarnos a trabajar con las mujeres. Camboya, para el que no lo sepa, está en la frontera entre Vietnam al este y Tailandia, al oeste, al sur de China. Esos tres países, los famosos tigres asiáticos

y este poblado están justo en la frontera con Vietnam. ¿Y esta gente de qué vive, de qué sobreviven estas personas? Ellos sobreviven desmantelando, desarmando las bombas que quedaron sin explotar de la guerra de Vietnam, me refiero a la guerra de Estados Unidos con Vietnam, un conflicto que se extendió por varios años (1965-1973). Pues muchas bombas cayeron al suelo y no explotaron, entonces lo que hacen es intentar desmantelarlas, venden el metal a los herreros y chatarreros para poder reciclarlo, y la pólvora de las bombas la venden al ejército de los paramilitares, o a quien más dinero les pague. Es así como viven, no tienen otra forma de subsistencia. Diariamente deben arriesgar la vida desmantelando las bombas que quedaron de esta guerra. Se calcula que quedaron más de mil trescientas bombas sin explotar de la guerra de Vietnam solo en esa zona. En toda la frontera de Camboya y Vietnam se calcula que hay más de diez mil bombas todavía sin desactivar.

Yo estaba bajando por la carretera a la capital, *Nom Pen*, cuando encontramos una bomba. Era muy grande, la verdad. Lo que ellos hacen es separar el metal de la pólvora. ¿Qué pasa cuando rozas metal con metal? Salen chispas. A veces esas chispas se meten en la pólvora y la bomba explota. Era una bomba de cuatrocientos kilogramos, una barbaridad. Justo pasábamos por ese pueblo con la camioneta; iba manejando con mi compañero misionero estadounidense y justo explotó la bomba. Nos atravesó la camioneta, nos tiró; yo quedé magullado, con heridas. Por desgracia, el misionero que iba conmigo murió; le dio de lleno la metralla y falleció. No me acuerdo de más a partir de ahí; quedé inconsciente. No recuerdo qué pasó. Me levanté al día siguiente en el hospital de la capital.

¿Qué pasó después? Luego de estar un tiempo en recuperación, se nos informó que dos chicos que vivían en la comunidad en la que habíamos estado, cuyos padres murieron por causa de la bomba, se quedaron solos. ¿Qué pasa en Camboya cuando estos niños se quedan solos? Pues vienen las mafias de trata de niños y se los llevan y los utilizan en el “mercado de la prostitución infantil”, que en Camboya y Tailandia es un problema bastante grave.

Con la Cruz Roja intentamos avisar a la policía sobre lo que pasó, es decir, que a esos chicos se los habían llevado las mafias. Por suerte, la policía hizo una redada en la capital y los encontraron; rescataron a estos dos chicos y algunos más que estaban en un local. Decidimos ir a ver a estos dos chicos al refugio al que los llevaron; les llevamos comida, dulces y algunos juguetes para que estuviesen un poco más entretenidos y para que nos contasen un poco qué había pasado, cómo habían llegado ahí y cómo había sido la situación en el pueblo después de la explosión. Estuvimos hablando un poco con los responsables del refugio y con este chico y su hermana. Lo que más me sorprendió de toda esta historia fue lo que dijo el niño, ya cuando nos íbamos a despedir. Dice el niño, para que vean un poco el concepto de felicidad que tenemos, que es tan diferente: “Vosotros podéis tener muchas cosas y nosotros no, pero mientras yo tenga a mi hermana para jugar, yo seré feliz”. Esa frase me quedó grabada de por vida en mi cabeza.

Después de todo lo que había pasado, para ese niño el único concepto de felicidad era poder jugar con su hermana. Es una de esas cosas que solo se ven cuando se trabaja en el campo, cuando se habla con personas que han sufrido y lo han pasado mal. Para él, su felicidad se resumía en jugar con su hermana; no le importaba no tener nada, no le importaba estar solo, siempre y cuando su hermana estuviera ahí para jugar con él. Quédense con esa reflexión.

La siguiente historia me pasó en Siria. Parece que tengo un imán para meterme en líos. Siempre he trabajado en el campo, en conflictos, en situaciones de comunidades con dificultades complicadas

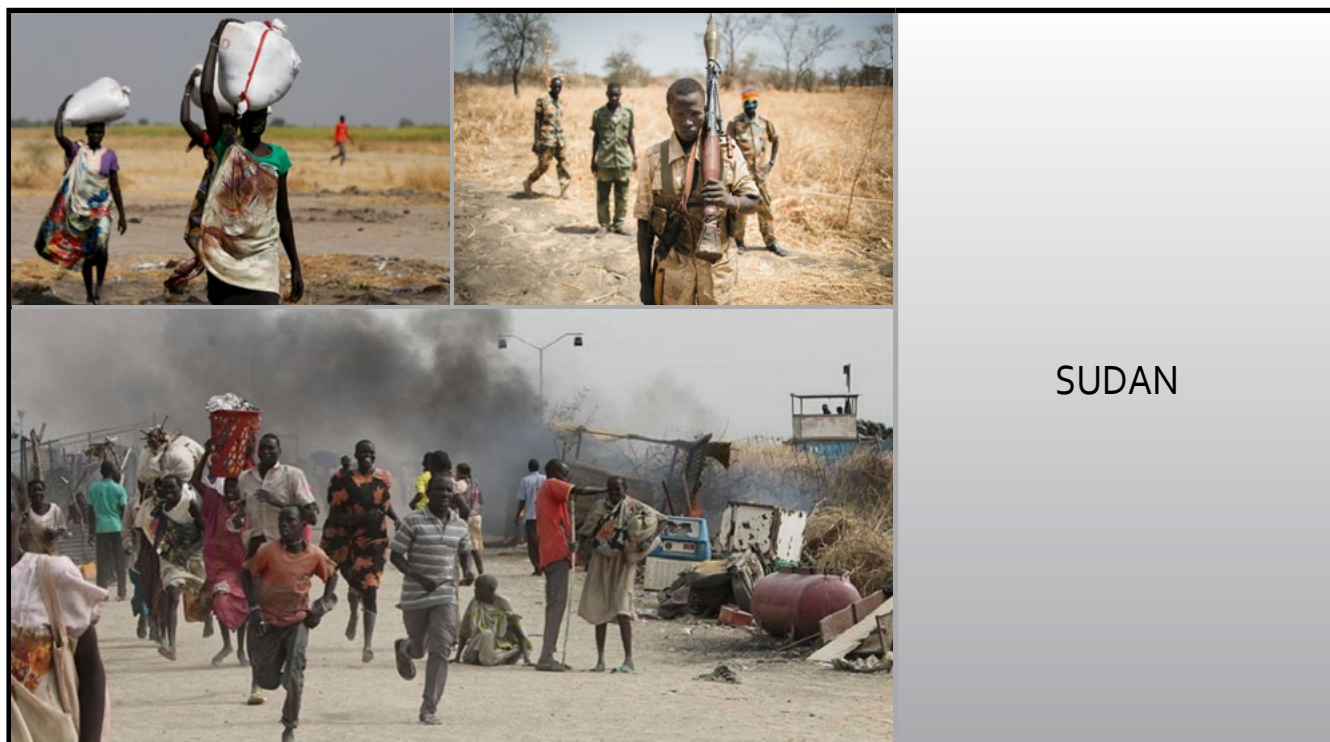
por mi formación de psicólogo social. Les cuento un poco la situación: en Siria<sup>5</sup>, en el año 2012, cuando estuve allí, hay centros donde se siguen vendiendo esclavos al día, reclutando a los inmigrantes que vienen del África subsahariana (Al-Dayel et al., 2020). Se llama el África negra; vienen del sur del Sáhara, de Kenia, Ruanda, Uganda, países sociopolíticamente complicados y con altísimos índices de pobreza. Las situaciones de orden sociopolítico, las condiciones económicas y las consecuencias de los problemas ambientales hacen que muchas de estas poblaciones busquen emigrar a Europa; tienen dos opciones para subir hacia allá: una es atravesando el desierto y luego el mar Mediterráneo en barco, cayucos o lanchas, lo cual es muy peligroso. En estos desplazamientos por mar mueren miles de inmigrantes cada año. La otra opción es ir por tierra, pero si vas por tierra, tienes que pasar necesariamente por Siria para poder pasar a Turquía y de Turquía a Europa. ¿Qué pasa en Siria? Las mafias sirias secuestran a esta gente que no tiene papeles, no tiene nada, realmente nadie los va a reclamar en ningún sitio, los secuestran y luego los venden en centros de venta de esclavos.

Había ido a trabajar en Siria con mujeres indígenas en temas de emprendimiento, educación sexual y todo este tipo de situaciones que por ahí están bien abandonadas. Un día me dijeron que había un centro de venta de esclavos cerca de donde estábamos trabajando y yo, necio como soy, quería ir a verlo, quería ver cómo era eso, qué estaba pasando, por qué existía eso todavía hoy en día. Me advirtieron que no lo hiciera, que era muy peligroso, que iba a tener problemas. Y, efectivamente, tuve problemas. Fui allá, intenté verlo sin llamar mucho la atención, pero evidentemente al final tuve un problema. Fuimos con dos chicos más porque no me querían dejar ir solo, y las mafias me acabaron secuestrando por meterme donde no debía; a los dos compañeros, por suerte, no les pasó nada, pudieron escabullirse.

No sé el tiempo que estuve, no puedo calcularlo. Me torturaron, me intentaron sacar información de con quién más había ido, dónde estaban mis compañeros, me rompieron las rodillas, me arrancaron los dientes. Al final, la Cruz Roja me acabó rescatando; no sé qué negociarían, no pregunté, nunca me dijeron. Pero mientras yo estaba allí, repito, no sé el tiempo que fue porque era una sala cerrada, creo que fueron días, pero realmente no puedo calcularlo. Pensaba: “Mis compañeros están a salvo, están tranquilos, mi familia está tranquila”. No tenía ningún tipo de documentación conmigo para que me pudieran identificar a mí, a mi familia o a mis compañeros. Expresé: “Los demás están bien, si ya no salgo de aquí, por lo menos puedo morir con la conciencia tranquila”. Era mi pensamiento, bien extraño en esa situación, no sabía cómo iba a reaccionar.

Llegó un punto en que pensé: “Pues si ya no salgo, por lo menos los demás están a salvo, están tranquilos y no les va a pasar absolutamente nada”. Por suerte salí; me tuvieron que operar de las rodillas, de la mandíbula, de la boca, en fin, un montón de historias. Mi reflexión era: “Ya puedo morir tranquilo”, por decirlo de alguna manera.

.....  
5 En el siglo XXI, la esclavitud ha resurgido en Siria, particularmente exacerbada por el conflicto armado y la presencia de grupos extremistas. El autodenominado Estado Islámico (ISIS), en las zonas que controló en Siria e Irak, reinstauró de manera sistemática prácticas de esclavitud, especialmente dirigidas a minorías como los yazidíes, con el secuestro, la venta y la explotación sexual de mujeres y niñas, así como el trabajo forzado de hombres y niños. Documentos internos de ISIS han revelado una burocracia establecida para el transporte y registro de esclavos, evidenciando su uso como fuente de ingresos y crecimiento militar. Organizaciones como Amnistía Internacional y la UEAA (Agencia de la Unión Europea para el Asilo) han documentado un aumento en la explotación de mujeres y niñas, el trabajo infantil forzado y la coerción por parte de grupos armados, miembros de la comunidad y bandas criminales.



Nota. Imagen tomada de la presentación del Dr. Victoriano Suárez

Seguí trabajando en estos temas, no cambié el rumbo de momento. En el 2015 me fui a trabajar a Sudán con los famosos niños soldados. Supongo que habrán oído hablar de ellos; creo que en Colombia también había este tema de los niños soldados con las FARC. Íbamos a trabajar con niños que habían sido niños soldados en la guerra anterior que hubo entre Sudán y Sudán del Sur<sup>6</sup>, porque en esta región siempre están en guerras. Hay que trabajar con ellos, hacerles un proceso de rehabilitación, volver a adaptarlos a la comunidad. Es un trabajo complicado y bastante largo, no se hace de un día para otro; la mayoría tienen estrés postraumático, problemas de adaptación y, más adelante, experimentan serias dificultades para establecer relaciones con parejas. Prácticamente les rompieron la vida a esos niños. Estábamos trabajando con ellos tranquilamente, intentando hacer unos programas de intervención.

Fui con la Cruz Roja y con Cáritas; siempre trabajé con las dos, sobre todo con Cáritas Internacional. De repente, estalló una guerra, la segunda guerra entre Sudán del Sur y Sudán del Norte. Yo estaba en Sudán del Sur, en una comunidad aislada; eran pequeñas comunidades peleándose entre sí. Éramos siete misioneros conmigo. Teníamos que salir de ahí como fuese; evidentemente, era una guerra que no iba a distinguir entre extranjeros o no, era una guerra civil.

<sup>6</sup> El conflicto entre Sudán del Sur y Sudán del Norte se remonta a la lucha por la independencia de Sudán del Sur, que culminó con su secesión en 2011. Las tensiones previas y las diferencias ideológicas y étnicas entre el norte y el sur llevaron a dos largas guerras civiles, la segunda de las cuales resultó en la partición del país. Actualmente, la guerra civil en Sudán, que comenzó en 2023 entre las Fuerzas Armadas Sudanesas y las Fuerzas de Apoyo Rápido, está generando una crisis humanitaria y afectando a Sudán del Sur.

Al final tienes que hacer cosas de las que no te sientes muy orgulloso, pero tienes que sobrevivir. La comunidad, los propios indígenas, gente local nos ayudó a salir; o sea, literalmente muchos de ellos murieron por ayudarnos a nosotros a salir. Yo les preguntaba: “Pero vengan con nosotros, había carros, les decía, que cabemos varios para poder escapar”. “No, vayan ustedes, nosotros tenemos que estar aquí, luchando por nuestra tierra y demás”. “No, yo me quedo también a ayudar, somos así, uno”. Me dice uno, y fue la reflexión que a mí me quedó marcada: “No, yo no podría ser feliz si fuese responsable de la muerte de una persona”. “Pero vas a morir, es muy probable que te acaben matando”, decía yo. Pero él expresaba: “Prefiero eso a ser responsable de la muerte de otra persona”. Dense cuenta también, es un poquito esa reflexión de que prefieren morir a ser responsables de que, a alguien, un compañero, una persona querida, le acabe pasando algo. Quédense con esa pequeña reflexión.

Esas son las cuatro historias que tenía preparadas. Tengo más, pero creo que es suficiente drama para un solo encuentro.

¿Qué ven en común en estos cuatro relatos aparte de que estoy ahí, que tengo mala suerte para este tipo de cosas? ¿Cuáles son las reacciones de esa gente? ¿Qué ven que tienen en común? ¿Qué piensan? Lo que me di cuenta después, de por qué yo me estaba metiendo siempre en este tipo de situaciones, me lo enseñó un profesor franciscano. Era sorprendente ver que los otros tenían esa reacción al final; al estar en una situación complicada, reaccionan de una manera que te devuelve un poco la esperanza en la humanidad.

Es algo como: “Oye, lo están pasando mal, los momentos en su vida son complicados, pero tienen ese punto de felicidad”. ¿Cómo puedes llegar a ese punto de ver las cosas de una manera más positiva? ¿Cómo puedes encontrar la felicidad en una situación tan complicada? Pasó en Belgrado, en la guerra de Yugoslavia. Evidentemente, estaba en una ciudad completamente arrasada por la guerra. Yo llegué a Belgrado esta vez no a trabajar, sino por asuntos personales. Me encontraba a la gente en el parque bailando, celebrando, de fiesta. Yo pensaba: Pero ¿cómo puede ser, en la situación en la que están? ¿Cómo tienen esa felicidad? Me parecía sorprendente. Ese creo que es el punto de todas las historias: ver a los demás que, a pesar de estar en una situación terrible, estaban felices por lo que tenían alrededor, porque sus seres queridos y sus compañeros estaban bien.

La filosofía de Peter Tabichi es la de un profesor de Kenia, considerado el mejor profesor del mundo en 2019. Voy a explicar por qué lo ganó. Lo había conocido en Kenia. Él es un misionero franciscano, un religioso católico. Estaba en una comunidad en la que había siete tribus diferentes, siete familias diferentes que acababan de pasar por una guerra civil entre las siete... Una guerra brutal, terrible, y se odiaban a muerte entre las siete tribus. Vivían en una paz tensa, de esas paces en las que la mínima situación vuelve a generar conflicto. En ese momento había paz; se odiaban, no se podían hablar, la situación era terrible, pero, al menos, no había guerra. Así fue como este hombre llegó, vio la situación, se fue a trabajar a la escolita. ¿Cómo podían ser las cosas? Y lo que hizo fue algo súper inteligente, súper bueno: a la escuela iban todos los niños de esas siete familias, entonces lo que intentó a toda costa fue intentar pacificar o eliminar las tensiones de la zona a través de los niños.

Se preguntarán cómo lo hizo. Creó un grupo, un club de ciencia en el que los niños aprendían un poco de robótica, de química, de mecánica, un poco de todo. Claro, dirán ustedes, pero en esa situación, que puede parecer paradójica, donde tienen hambre y dificultades terribles, lo último que necesitan quizás sea aprender robótica o cosas así, porque tienen otras necesidades mucho más

prioritarias, por decirlo de alguna manera. Pero él decía que lo importante no era que aprendieran robótica o ciencia, sino que se llevaran bien, que los niños se hicieran amigos, compañeros. Eso, al final, obligaba, entre comillas, a que las familias, los padres, también se tuvieran que hacer amigos o tuvieran que respetarse los unos a los otros. Y al final lo consiguió: a través de los niños, eliminó toda la tensión que había en esas familias. Lo más curioso de todo es que, en ese club de ciencias, los chicos crearon una prótesis para personas con problemas de audición, se presentaron a un concurso de ciencia en Estados Unidos y ganaron.

El premio era llevar al profesor y a los niños a una universidad de Estados Unidos, además de una pequeña dotación económica. Fueron a Estados Unidos, algo completamente impensable para los niños de esa zona; ir allí era algo que no se le pasaba por la cabeza a nadie; algo imposible, completamente impensable. Al final, vieron esta situación y los reconocimientos al profesor fueron evidentemente mundiales, pues ganó el Global Teacher Prize al mejor profesor del mundo (Malavia, M.A, 2019). Con eso, ganó un millón de dólares que donó completamente todo a la comunidad; creó infraestructura, carreteras, o sea, hizo maravillas en esa comunidad. Él decía que al final todo se puede conseguir con la educación, todo se puede lograr desde la base, es decir, desde la infancia. En 2018, cuando yo estaba allí, vi cómo daba clases, una maravilla. La verdad es que es una experiencia que les recomiendo, porque es algo increíble.

Le preguntaban qué era la felicidad, y él dijo esa frase que a mí me quedó marcada para siempre: “La felicidad es hacer lo que se puede, con lo que se tiene, para mejorar en lo posible la calidad de vida de los que nos rodean”. Esa frase, que fue genial, dice algo que nunca me había parado a pensar. Desde aquel momento se me quedó completamente grabada en la mente y, después, cuando ganó el premio al mejor docente del mundo, yo me alegré muchísimo porque, para mí, este hombre es una referencia en temas de educación. Él fue realmente quien me inspiró para hacerme profesor, para entrar en la academia. Yo antes viajaba por todo el mundo, en temas más de campo, más de comunidades; sin embargo, yo entendí muy bien lo que hacía, me gustaba, pero no tenía el impacto que yo quería que tuviese a través de la educación, es como él demostrará a todo el mundo que se puede cambiar el mundo al mejorar la calidad de vida de los demás.

En Sudán, en la historia anterior, aprendí algo que tenía que ver con esto, luego lo asocié en mi cabeza porque, cuando ya me di cuenta de lo que hacía este profesor, me acordé de lo que había aprendido en Sudán antes de que pasara el tema de la guerra. Había una comunidad de indígenas, que nos ayudó a salir después del país; sacrificaban su vida para que los demás estuvieran bien. Eso tiene una palabra en Sudán y en todo el Sur de África, ubuntu, Torres, N. A. (2022, 5 de mayo) que significa “yo soy porque los demás son”. Si los demás son felices, yo soy feliz; si los demás están tristes, yo estoy triste. Mi felicidad o mi tristeza depende y viene condicionada por cómo están los demás, cómo están mis seres queridos, cómo está mi comunidad. Todo lo que hacen en su vida es para mejorar la calidad de vida de los demás.

Aunque ello pueda implicar ciertos sacrificios en la vida personal, lo que Peter Tabichi buscaba demostrar es que, a través de la educación, al procurar el bienestar de los demás, uno mismo encuentra también bienestar. Al relatar mis experiencias comprendí que, en realidad, yo atravesaba dificultades; sin embargo, observé un mismo patrón en distintos contextos: la joven del tren murió en paz porque su padre estaba bien; en Camboya, el niño encontraba felicidad jugando siempre que su hermana estuviera contenta; en Siria, yo mismo experimentaba cierta calma y paz al saber que mi

familia y mis compañeros se encontraban tranquilos; en Sudán, un hombre me expresó que nunca podría ser feliz si cargaba con la responsabilidad de la muerte de otra persona. En todos estos casos se revela una misma idea: la felicidad, en estas comunidades, surge del bienestar de los otros. De Peter Tabichi aprendí que este principio puede cultivarse a través de la educación, y por ello, en mis clases universitarias, siempre procuro desarrollar proyectos que lo reflejen

No puedo tener una asignatura en la que no haya un proyecto que ayude a la comunidad. Mis estudiantes siempre están dispuestos a poder trabajar, porque si los estudiantes ven que la comunidad está bien, ven que se pueden involucrar, que con poco que hagan la comunidad mejora, ya están bien. Eso también es parte de la educación integral. No puedo entender una enseñanza, una clase, una asignatura si no es útil para mejorar la calidad de vida de los estudiantes y de la gente que está alrededor de la universidad. Para mí, la educación, la formación como quieran llamarlo, tienen que ir de la mano y crear realmente estudiantes que sean profesionales, integrales y humanos.

Por lo tanto, busco transmitir a mis estudiantes el gusto por crear proyectos de impacto social, aunque a veces puedan tener situaciones complicadas, porque las dificultades son algo normal cuando se trabaja con comunidades. Supongo que les pasará a muchos de ustedes, que los alumnos están en su mundo virtual, encerrados en sí mismos, les falta conocer el mundo real en el que viven, poder mostrarles, poder ayudarles a entender cómo funciona el mundo exterior, fuera de su zona de confort.

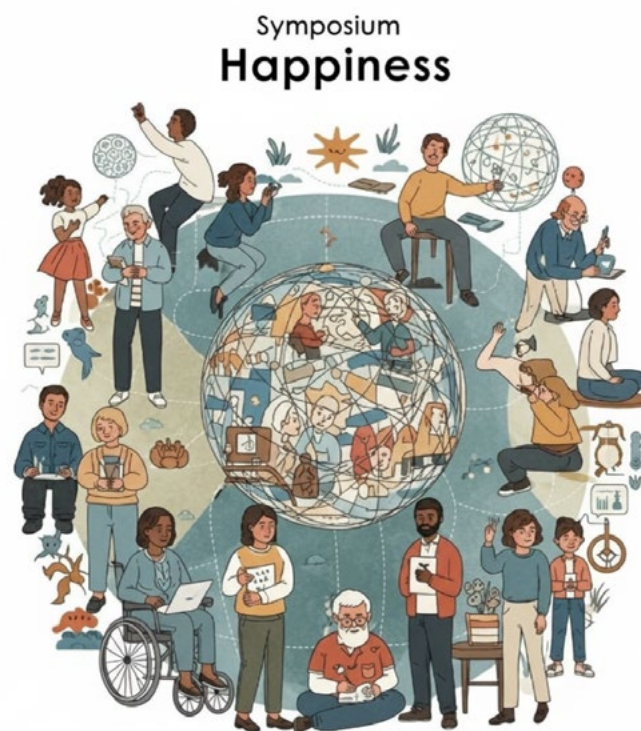
Lo intento aplicar en mis clases. Es por eso que yo me metí en la educación, gracias al profesor Peter Tabichi, con la frase: “Si se puede cambiar el mundo, los demás podemos también hacerlo, en mayor o menor medida, pero siempre podemos aportar ese granito para mejorar la comunidad, para mejorar lo que nos rodea”. Me quedo con esa frase: que la felicidad es ayudar con lo que se puede, en lo que se puede, para mejorar la calidad de los demás, y en la medida de lo posible, al final esto nos hace felices. Yo soy feliz porque los demás son felices. Esa es la reflexión con la que quiero que se queden hoy. Es un concepto de felicidad que tienen en otras partes del mundo y que puede aportarnos mucho.

## Referencias

- Global Teacher Prize. (2019, 26 de abril). Peter Tabichi, el mejor maestro del mundo - Global Teacher Prize 2019 [Video]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=9U001CHs5j4>
- Torres, N. A. (2022, 5 de mayo). Ubuntu: La filosofía africana del cuidar al otro [Noticia]. Centro de Ciencias de la Complejidad, UNAM. <https://www.c3.unam.mx/noticias/noticia217.html>
- Malavia, M. Á. (2019, 26 de marzo). *Peter Tabichi: el mejor profesor del mundo conoce el secreto para multiplicar los panes y los peces*. Vida Nueva. <https://www.vidanuevadigital.com/2019/03/26/peter-tabichi-el-mejor-profesor-del-mundo-conoce-el-secreto-para-multiplicar-los-panes-y-los-peces/>
- Al-Dayel, N., Mumford, A., & Bales, K. (2020). Islamic State: Systematic enslavement as a tactic of war (Research Briefing 8). Rights Lab, University of Nottingham
- <https://www.un.org/sexualviolenceinconflict/wp-content/uploads/2020/02/report/modern-slavery-evidence-unit-mseu-research-briefing-8-february-2020/rights-lab-briefing-islamic-state-use-of-enslavement-feb-2020.pdf>

# FELICIDAD, ESPERANZA Y EL DESAFÍO DE LA FORMACIÓN INTEGRAL

Dra. Karina Edith Ordóñez Torres<sup>7</sup>



*Nota. Google. (2025). Imagen generada por inteligencia artificial Gemini*

La pandemia nos hizo chocar a toda velocidad contra el estilo de vida que hemos venido llevando desde hace mucho tiempo, un estilo inmediateista e individualista, en el que nos preocupamos solo por nosotros mismos, sin voltear a ver las necesidades de los que están al lado. El deficiente uso de las redes sociales agrava la situación, pues nos mantiene constantemente pendientes de actualizaciones

<sup>7</sup> Karina Ordóñez es doctora en Bioética, maestra en Bioética y Licenciada en Ciencias de la Familia. Fue coordinadora académica del Instituto de Bioética, docente y miembro del Comité Ético-Científico de la Universidad Finis Terrae de Chile, docente y miembro del Comité de Ética de la Investigación de la Facultad de Medicina y Ciencias Biomédicas de la Universidad Autónoma de Chihuahua, también directora académica de la Academia Internacional de Líderes Católicos, miembro de la Sociedad Chilena de Bioética, de la red latinoamericana y del caribe de educación bioética (REDLACEB) y de la Academia Nacional Mexicana de Bioética, Capítulo Chihuahua. Además, ha impartido conferencias para instituciones educativas en México, Chile, Colombia, Ecuador, Perú, Brasil y Paraguay.

y nos satura de información. Este es el contexto cultural en el que están inmersos la mayoría de los jóvenes, aunque ciertamente existen excepciones. Es grato percibir que en instituciones formativas como UNIMINUTO se fomenta no encerrarme en mí, sino comprometerme con los demás.

Así mismo, vivimos un contexto muy materialista y hedonista; estamos muy acostumbrados a pasar la tarde en el centro comercial, comprando cualquier clase de bienes, muchas veces como forma de evasión. Tratamos siempre de tener: traer ropa de marca y ojalá tener un auto nuevo y, si yo no tengo esas posibilidades económicas, me siento menos o trato de esconderlo.

Volviendo al fenómeno de la pandemia COVID-19, en Estados Unidos inicialmente no se impusieron restricciones para prevenir contagios. Las teorías conspirativas ganaron terreno, lo que provocó que muchos organizaran fiestas burlándose de la situación, como aquellas con piñatas en forma de coronavirus. Los asistentes se reunían sin mascarillas ni protección, mofándose de la crisis. Este comportamiento reflejaba una notable falta de empatía ante el sufrimiento y muerte de tantas personas, y prioriza la diversión por encima de la responsabilidad colectiva.

## Felicidad

Cabe preguntarse ¿en este contexto cultural es posible ser feliz? Quiero compartirles algunas ideas y llegar juntos a algunas conclusiones que no pretenden ser exhaustivas, sino orientaciones para nuestra vida. Estas son reflexiones honestas de una compañera de camino, pues todos buscamos la felicidad.

La felicidad es un concepto a veces resbaladizo, como jabón entre las manos. Todos la anhelamos, pero, ¿cuál es el camino para alcanzarla? En un contexto donde proliferan la depresión, ansiedad y altos índices de suicidio, surge la pregunta: ¿por qué las personas, especialmente los jóvenes, se quitan la vida con mayor frecuencia en una época de mayores comodidades, conectividad y redes de apoyo, que en décadas anteriores en las que se disponía de menos recursos tecnológicos y económicos? ¿Qué es lo que está pasando? Esta paradoja evidencia que algo estamos haciendo mal y necesitamos identificarlo.

La felicidad debería ser un concepto inclusivo que abarque las múltiples dimensiones del ser humano. Se ha sugerido que reside en el placer o la alegría, pero estas son visiones limitadas. El placer se reduce principalmente a lo corporal y, si este fuera equivalente a la felicidad, entonces cualquier tipo de sufrimiento sería incompatible con ella. Sin embargo, observamos personas con padecimientos permanentes que logran encontrar sentido a sus vidas, lo cual evidencia que la felicidad trasciende la simple noción de placer.

La alegría es más amplia que el placer, pero sigue siendo limitada, pues es un afecto. Pero, ¿qué pasa cuando estoy triste?, ¿sería en sí mismo malo? Consideremos un escenario hipotético: una máquina, ahora que tenemos tanta tecnología, que nos permitiera experimentar placer o alegría permanente, pero sacrificando nuestra autoconciencia y capacidad de vincularnos libremente con la realidad y con los demás. Probablemente nadie, ni siquiera quienes defienden estas teorías, aceptaría conectarse a tal dispositivo. Naturalmente preferimos no sufrir y estar alegres en lugar de tristes, pero esto no significa que estemos dispuestos a renunciar a nuestra autoconciencia y vida auténtica solo para experimentar sensaciones o emociones placenteras de forma permanente.

La filósofa chilena María Alejandra Carrasco presenta una concepción valiosa y concreta de la felicidad: la explica como serenidad, idea que quiero compartirles para aterrizar este concepto a nuestra vida cotidiana. Ella no define la serenidad como ausencia de altibajos emocionales, sino como la sabiduría para hacernos cargo de la realidad. En un mundo impredecible, donde pueden surgir pandemias, guerras o accidentes inesperados; la serenidad representa nuestra capacidad de encontrar equilibrio ante circunstancias cambiantes, desarrollando la sabiduría necesaria para afrontar nuestras diversas situaciones.

En ese sentido, la felicidad constituye una conquista, no algo dado. Requiere trabajo personal, reflexión y decisiones conscientes sobre qué camino seguir, hacia dónde dirigirnos y a qué dedicar nuestro valioso tiempo.

La felicidad sería también una actitud vital, que trasciende las emociones o sensaciones pasajeras. Se trata de cómo enfrentamos nuestro día a día con sus altibajos: cuando el auto se descompone y frustra nuestros planes, cuando unas vacaciones se cancelan por la enfermedad de un familiar, o cuando perdemos inesperadamente a una abuela querida que parecía tener años por delante. Vivimos constantemente expuestos a acontecimientos fuera de nuestro control, algunos tan impactantes que pueden dar un vuelco de 180 grados a nuestras vidas.

También enfrentamos, con mayor frecuencia, contratiempos menores: reprobar un examen para el que creíamos estar preparados o resfriarnos justo cuando planeábamos salir con amigos. Nuestra vida está llena de estos imprevistos pequeños, medianos y grandes, pero lo realmente importante es la actitud que adoptamos frente a ellos. Si suelo ver el vaso medio lleno o medio vacío, y si me concentro en lo bueno o en lo malo, en lo que puedo controlar o en lo que no.

La felicidad implica la capacidad de ser dueño de mí mismo, esto tiene que ver con el ejercicio de nuestra libertad. ¿Cómo me ocupo de mi libertad? A menudo nos venden un concepto de libertad sin límites, como el eslogan de Nike “Just do it (¡Solo hazlo!). Estos mensajes comerciales se infiltran profundamente en nuestra mentalidad, lo que dificulta imaginar alternativas. Cuidado con los eslóganes.

Sin embargo, la libertad no es *just do it*; no consiste en hacer impulsivamente lo que se nos ocurra. El ejercicio humano de la libertad está en nuestra capacidad de discernir, reflexionar sobre nuestras metas y decidir en qué persona queremos convertirnos. En ese sentido, siempre es bueno hacer un alto en el camino. Les invito a detenerse y mirar retrospectivamente: ¿les gusta quiénes son ahora? Esta pregunta merece reflexión constante, pues nuestra libertad nos permite rectificar el rumbo cuando nos hemos equivocado. Esto implica hacernos conscientes de nuestro propio ser, desde nuestro cuerpo, nuestras emociones, nuestras decisiones, nuestras relaciones interpersonales. La libertad puede ser ejercida con autenticidad solo desde un profundo autoconocimiento.

Estoy aquí, plenamente presente, ya sea sentada, de pie o en movimiento. Mientras atiendo esta conferencia, reflexiono sobre mi trayectoria vital, mis estudios, relaciones familiares, cómo me proyecto en el próximo año, en los próximos cinco años. Eso significa ser dueño de mí mismo, no es algo espontáneo: es un ejercicio, una decisión. Por eso no solo la felicidad es una conquista, también la libertad lo es. Debo dedicar tiempo a la introspección, a conocerme y a construirme no solo desde lo que soy, sino en quién me quiero convertir. Únicamente quien se posee a sí mismo podrá gestionar esta realidad cambiante, hallando y —noten bien— reencontrando el equilibrio en un mundo en constante transformación.

A veces siento que ya tengo la vida más o menos armada, los más adultos nos podemos sentir así; mientras quienes tienen entre 18 y 25 años enfrentan un torbellino de decisiones: que si tengo novio o no tengo novio, que si me caso o no, que si estoy en la carrera correcta. Eventualmente alcanzamos cierta estabilidad en la meseta de la adultez joven. Sin embargo, inevitablemente surgirán nuevos desafíos: pérdida del empleo o, incluso, te sientes felizmente casada y de repente te piden el divorcio. Son circunstancias que ocurren, a veces previsible, a veces imprevisible, pero ante las cuales frecuentemente no actuamos.

El tema de hacerme cargo de mi realidad implica también esa responsabilidad: de encontrar y reencontrar permanentemente el equilibrio en medio de la contingencia. Al final, la felicidad tiene que ver no tanto con que yo controle todo lo que pasa a mi alrededor, sino en mi capacidad de encontrar la diferencia entre lo que sí y lo que no, encontrar el equilibrio. Entre otras cosas, la idea del “control absoluto” es una quimera.

Distinguir entre lo que controlo y lo que no me permite identificar mis posibilidades de acción ante las dificultades y aceptar lo inevitable, reflexionando, aprendiendo y avanzando. Si un accidente me dejara en silla de ruedas, ¿qué voy a hacer a partir de ahí? Tengo una amiga que enfrentó esta situación en sus veinte años. A pesar de su discapacidad, fundó Talentos de Mujer, una asociación que mejora la vida de mujeres con discapacidad. Esta iniciativa nació precisamente de su experiencia. Eso no habría pasado si ella no hubiese quedado en silla de ruedas, pero supo aprender, reencontrar el sentido de su vida, darle sentido a lo que había vivido y proyectarse. Nadie dijo que hubiese sido fácil. Seguir caminando a pesar de lo que le ocurrió, reconstruir, reencontrar el equilibrio en medio de cosas que no pudo controlar, ese es un auténtico camino a la Felicidad.

Para ser efectivamente felices tenemos que sentirnos identificados con aquello que estamos siendo. ¿Qué quiere decir esto? Quiere decir que, si miro al espejo, me reconozco en ese reflejo, pero no tiene que ver con si me gusta mi nariz, mis orejas o mi cabello, no tiene que ver en qué tanto nos gustemos a nivel físico, tiene que ver en qué tanto me siento satisfecha con la persona en la que me he estado convirtiendo, digo —me he estado convirtiendo— porque es proceso continuo, inacabado, abierto.

Para los que tengan a sus abuelos con vida de 70, 80 o 90 años, para ellos tampoco está todo dicho, ya son lo que son y punto. No es así, somos como un río donde va fluyendo el acontecer del tiempo y de las decisiones que vamos tomando, acompañados de las circunstancias que no controlamos. Vamos dando orientación a nuestras vidas de la mano de nuestras decisiones, construyendo nuestra biografía hasta el último día, aunque vivamos cien años.

Sin duda, mis capacidades físicas se transforman con el tiempo. Mi vida a los 25, 40 u 80 años presenta diferentes realidades que requieren encontrar nuevos equilibrios. El punto es que hay que lograr sentirnos identificados. ¿Me hace sentido esta persona que soy? Si esta persona que soy no me resulta coherente, debo detenerme y hacer ajustes, pues algo no está funcionando correctamente. Esta es la dificultad y la belleza de la libertad, una paradoja.

Siempre puedo cambiar el rumbo de mi vida y reinventarme. La felicidad no es meramente un sentimiento, placer, estado o hábito; sino una condición intrínseca de la vida misma, relacionada con mi autoidentificación. Por eso resulta tan complejo definir qué es realmente la felicidad y qué abarca. Lo que queda claro es que no se fundamenta en posesiones materiales, habilidades o logros, sino en mi capacidad de reconocermé y aceptarme en quien soy.

En última instancia, es el reconocimiento de la dignidad humana en mi propia vida, así como cada ser humano posee una dignidad inalienable, debo ser capaz de reconocer esta dignidad en mi persona más allá de lo que tengo, sino fundamentada en lo que soy. Aquí nace una auténtica autoestima, sin la cual es imposible ser feliz.

El verdadero desafío consiste en encontrar felicidad y serenidad incluso durante las inevitables dificultades de la vida. Todos experimentamos dolor y sufrimiento, aunque en nuestra sociedad hedonista tendamos a ocultarlos. Por ejemplo, en redes sociales todos mostramos solo lo positivo, y es entendible, el problema es cuando creemos que la vida de todos es perfecta basándonos en estas publicaciones. Lo fundamental es cultivar relaciones interpersonales significativas con familia y amigos cercanos con los cuales puedes compartir el peso de la vida. Eso sí es importante: no sentirse solo. Creo que también el tema del suicidio tiene que ver con esto, con sentirte aislado y sentir que no tienes con quién compartir las dificultades de la vida.

El sufrimiento es inevitable y necesario para madurar, como observamos en el desarrollo infantil. Un niño no puede crecer adecuadamente si su madre resuelve todos sus problemas y le evita cualquier experiencia difícil. Desde situaciones aparentemente menores, como cuando en el jardín infantil un compañero toma nuestro color y reaccionamos con enojo, vamos aprendiendo gradualmente sobre el respeto mutuo. Este proceso de maduración solo ocurre a través del sufrimiento procesado adecuadamente. Tanto en la niñez como en la adultez, el sufrimiento nos ayuda a priorizar correctamente, y evita sobrevalorar lo trivial y desatender lo esencial. En este sentido, las experiencias de sufrimiento aparecen como una escuela, como una pedagogía: el sufrimiento nos proporciona la perspectiva necesaria para distinguir lo verdaderamente importante, con lo que demuestra que no es contrario a la felicidad, sino parte integral de ella.

Debemos aprender a tolerar, pues no siempre estaremos rodeados de personas respetuosas. Esto no implica permitir abusos, sino encontrar equilibrio: mantener el respeto que mereces como persona digna y asegurarse de colocar límites claros, pero flexibles que los demás deben respetar. Al final las sociedades sanas son estas, en donde todos, haciéndonos dignos nosotros mismos, encontrando este equilibrio en medio de la contingencia y sintiéndonos identificados con aquello que somos, reconocemos el valor de cada uno. El bien tiende a difundirse: reconocemos la dignidad ajena, respetamos a otros en su persona, decisiones y los acompañamos. Esta es la sociedad a la que aspiramos, aunque parezca utópica.

En la medida que cada uno aporta un granito de arena, evolucionamos colectiva e individualmente hacia mejores versiones de nosotros mismos. Cuando logramos identificarnos plenamente con quienes somos, encontramos la felicidad, y las actividades cotidianas adquieren una especie de aureola, como las que se representan sobre los santos. ¿Por qué toman las cosas triviales una especie de aureola? Porque cuando me siento fundamentalmente feliz al identificarme con quien soy, llevar a mis hijos a la escuela, tomar café con una amiga o ver una película con mis seres queridos, se realiza desde una conformidad profunda con mi ser, lo que les otorga una plenitud extraordinaria. En definitiva, la felicidad no reside en el éxito, el poder o el dinero, sino en tener personas con quienes compartirla. La felicidad no está tanto en el orden del tener sino del ser.

El estilo de vida actual nos desorienta en la búsqueda de la felicidad, nos venden recetas que no funcionan. Los invito a ver el cortometraje titulado *Happiness*, que nos muestra, a través de una representación satírica, las fórmulas de felicidad que nos propone la cultura actual.

Es en los pequeños momentos y en las relaciones interpersonales sanas y cercanas —con familia, amigos y pareja— es donde realmente se forja una felicidad profunda y auténtica. La felicidad tiene más que ver con mi vida cotidiana, con que ésta me haga sentido.

Al final, la felicidad y el sentido permanece en el horizonte como una brújula que marca el norte, pero nunca indica que ha llegado a su destino, simplemente señala el rumbo. El secreto está en no buscar la felicidad directamente, sino perseguir el bien. Me gusta esta analogía del *bumeran* que cuando se lanza regresa a ti, es un poquito lo que pasa acá. Si yo a través de mis decisiones libres busco hacer el bien para mí y para los demás, identificándolo y promoviéndolo en mi comunidad, esa herramienta regresa en forma de felicidad. Lo que debemos buscar directamente es el bien.

Por lo tanto, la felicidad surge como efecto o consecuencia del perfeccionamiento moral, mediante el cual desarrollamos paulatinamente nuestros potenciales humanos, conduciéndonos a la felicidad. En cambio, cuando desarrollamos la inclinación hacia lo negativo o cuando, por pereza, evitamos esforzarnos por ser mejores personas, perdemos inadvertidamente la posibilidad de ser felices.

El niño pequeño es naturalmente egocéntrico y requiere educación para que comprenda la importancia de preocuparse por el bien de los demás. Si este desarrollo no ocurre y nos alejamos del bien, nuestras capacidades se atrofian, como sucede con la capacidad intelectual cuando evitamos estudiar. No permitan que los músculos de su cuerpo y espíritu se debiliten.

Los astronautas en el espacio siguen un riguroso programa de ejercicios porque la ausencia de gravedad atrofia sus músculos; al regresar a la tierra, con masa muscular reducida, ni siquiera serían capaces de caminar sin este programa riguroso. Es increíble comprender esto, nadie escapa de la fuerza de gravedad, nos obliga a movernos a pesar de ella manteniendo nuestros cuerpos sanos. Con la felicidad ocurre algo similar: debemos ejercitarnos constantemente en hacer el bien.

En la vida hay tanto de felicidad como de amor, esto es maravilloso. Si la felicidad regresa como un *bumeran* cuando hacemos el bien, cabe preguntarse: ¿cuál es el mayor bien que podemos ofrecer? La respuesta es siempre el amor, acto supremo de la libertad, pues solo se ama libremente.

Gran parte de la felicidad consiste en encontrar a quien amar y amarlo efectivamente. Como el *bumeran*, es algo que va y viene, cuando me abro a los demás amándolos, ellos naturalmente me corresponden, aunque en la vida experimentemos excepciones. Una persona bondadosa, caritativa y amable recibe espontáneamente lo mismo. En contraste, quienes son groseros o irrespetuosos se van quedando solos, se van quedando con pocos amigos. Lo paradójico es que se terminan convenciendo a sí mismos de que todo el mundo es hostil, sin lograr percibir que ellos lo fueron en primera instancia. Instintivamente nos acercamos a quienes nos hacen sentir bien y nos alejamos de quienes nos dañan.

A continuación, porpondré algunos aspectos claves que requieren atención de nuestra parte y que están íntimamente asociados a la felicidad:

## Formación integral

La vida lograda, felicidad o autorrealización exige la plenitud de desarrollo de todas las dimensiones humanas. Al señalar las limitaciones del placer y la alegría, no negamos que la felicidad incluya el cuidado corporal: alimentación saludable y ejercicio. Aunque suene extraño para los jóvenes, quienes naturalmente son activos, conforme avanzamos hacia los 50, 60 o 70 años, el movimiento se dificulta. Por eso es crucial formar hábitos tempranos, pues la calidad de vida al envejecer depende significativamente del cuidado de la salud física, que es nuestra primera dimensión humana.

También importan nuestros afectos y la inteligencia emocional en las relaciones interpersonales, así como la trascendencia en nuestra vinculación con Dios. Las personas no creyentes igualmente poseen esta dimensión trascendente y deben encontrar sentido a sus vidas, frecuentemente mediante el amor u otras creencias. La plenitud en todas estas dimensiones y la armonía del alma se logran mediante un objetivo unificador, por lo que ejercer responsablemente nuestra libertad y buscar nuestra vocación resultan fundamentales.

Una persona egoísta y egocéntrica difícilmente encontrará plenitud, pues necesitamos vincularnos con otros para crecer en nuestra capacidad de amar y recibir amor. En el encuentro auténtico con otros el alma se ensancha, encontramos una plenitud que en otros formatos no se encuentra.

La felicidad requiere plenitud en todas las dimensiones humanas, que justamente es hacia lo que apunta la formación integral. Algunos centros de estudio se limitan a formar solo la mente y transmitir información (fórmulas matemáticas o datos geográficos, por poner dos ejemplos), pero esta es una formación muy limitada.

Existen diversos modelos de formación integral, de los que se destaca la propuesta del papa Francisco que busca formar mente, corazón y manos. A su vez, se vincula con los trascendentales: la verdad, el bien, y la belleza.

Formar la mente implica desarrollar nuestra capacidad para reconocer y buscar la verdad, función primordial de las universidades. Sin embargo, limitar la formación al ámbito intelectual resulta insuficiente, como una mesa que intenta sostenerse sobre una sola pata. En la investigación científica, por ejemplo, las hipótesis pueden no confirmarse; una persona genuinamente abierta a la verdad acepta la realidad tal como es, pone sus capacidades intelectuales al servicio de la comprensión y respeta los resultados obtenidos. No basta con estar dispuestos a buscar la verdad: también debemos permitir que ella nos encuentre.

Formar el corazón implica aprender a reconocer la belleza, especialmente la que habita en las personas y en los valores. A menudo tratamos con desconfianza a quienes pertenecen a culturas, religiones o razas distintas, o a quienes hablan otros idiomas. Nos cuesta apreciar la belleza en esta diversidad e, incluso, en personas cercanas como aquellas en situación de calle o con problemas de adicción en nuestras propias ciudades, cuya dignidad y belleza intrínseca a veces no logramos ver.

Ya hemos vinculado el bien con la felicidad, entendiendo que la búsqueda de esta no se alcanza directamente sino mediante nuestras buenas acciones. Esto se relaciona con nuestras manos, con la libertad, con nuestros actos. Cuanto más difícil nos resulte reconocer la belleza en la dignidad de las personas vulnerables, más complejo será comprometernos a contribuir en la solución de los grandes problemas de nuestra sociedad.

Como decía el papa Francisco en Filipinas a los jóvenes (2015): “Debemos pensar lo que se siente y lo que se hace; sentir lo que pienso y lo que hago; hacer lo que pienso y lo que siento”. Acompañar a los jóvenes en el desarrollo de estas capacidades constituye una auténtica formación integral. Tenemos la capacidad de discernir con la mente para poder sentir (corazón) que todos poseen un valor inalienable por nuestra dignidad y, finalmente, poner las manos al servicio de quienes lo necesitan.

Insisto en que cada persona debe responder desde su vocación particular. Existen múltiples áreas en las cuales podemos especializarnos, más allá de las carreras profesionales como Derecho, Medicina, Psicología o Ingeniería. Estas son grandes paraguas, pero cada uno está llamado a descubrir personalmente el camino que Dios le propone hacia la plenitud. Este llamado no se limita ni se reduce a una carrera universitaria. Desde esa vocación personal debemos trabajar por convertirnos en personas íntegras.

Podemos haber estudiado una carrera y, con el tiempo, descubrir que nuestro llamado está en otra dirección. Quizás, al elegir nuestra profesión, no contábamos con la madurez necesaria para identificar lo que realmente queríamos, pero esto no representa un problema. Es, precisamente, una de las ventajas del mundo actual, menos estratificado que en épocas pasadas. Antes, el hijo del carpintero solía convertirse en carpintero, el hijo del herrero en herrero y el del artesano en artesano. Hoy gozamos de mayor libertad, lo cual constituye una oportunidad, aunque también un desafío, pues a mayores opciones, más compleja resulta la elección. No es igual llegar a comprar un helado donde solo hay chocolate, fresa y vainilla, que enfrentarse a una heladería con veinte sabores disponibles. Esta abundancia de opciones exige un discernimiento más profundo y un constante fortalecimiento de nuestra libertad.

Una formación integral consiste en lograr pensar el significado de lo que se hace y se siente, querer con el corazón lo que se piensa y se hace, y hacer lo que se piensa y se siente. Ahí encontramos el circuito completo: que nuestros afectos no estén separados de nuestros pensamientos, ni nuestras acciones, desvinculadas de lo que sentimos y pensamos. En definitiva, una formación integral implica esta unidad, ser una persona coherente. Algunos afirman que una cosa es lo que eres en casa y otra lo que eres en la calle; tu fé déjala dentro de la Iglesia y actúa diferente en sociedad. Esto no es cierto. Una persona íntegra sabe unificar todos los aspectos de su vida, viviendo en armonía y equilibrio en todas sus dimensiones.

Todo esto debemos reflexionarlo en primera persona: nosotros como docentes y ustedes como estudiantes. Pensar en una aproximación integral de la formación implica tenernos en cuenta a nosotros mismos. No se trata simplemente de seguir lo que está de moda, sino de conocernos profundamente: entender quiénes somos, nuestras limitaciones, virtudes y defectos. Una comprensión completa de nosotros mismos.

Hacernos conscientes de nuestra propia realidad implica considerarnos en nuestra totalidad, incluidos nuestros afectos. A veces, cuando estamos demasiado centrado en lo intelectual, ignoramos lo que sentimos, como si intentáramos sepultar esos sentimientos o barrer el polvo bajo la alfombra. Esta actitud no resuelve los problemas; por el contrario, los agrava mientras los mantiene ocultos a la vista. Reconocernos y ser conscientes de nuestra realidad exige introspección, pero también comprensión del contexto y de los valores predominantes en la cultura donde vivimos. Debemos

cuestionarnos si estos valores resuenan con nosotros y, de no ser así, reflexionar sobre las razones tanto en el plano personal como en el colectivo.

Este hermoso proceso solo es posible en la medida en que nos conozcamos, si dedicamos tiempo a la introspección, si nos permitimos espacios de serenidad, si nos miramos en el espejo de nuestros propios ojos. Sin este ejercicio, difícilmente llegaremos a ser las personas que aspiramos ser, guiadas por nuestra vocación, con nuestros dones y con lo que nos genera plenitud. Considerar a la persona en su globalidad, promover la dignidad intrínseca, tanto a nosotros mismos como a los demás, resulta fundamental.

Primero reconocer la propia dignidad, luego promover mediante nuestras acciones y propuestas la dignidad de los demás y, finalmente, reconocer nuestra vulnerabilidad. Este proceso es valioso; nuestra cultura, al rechazar el sufrimiento, también evita reconocer la vulnerabilidad. Sin embargo, resulta fundamental aceptar que somos frágiles, que caemos, nos equivocamos y tenemos defectos. No existe otra manera de enfrentarlos.

La pandemia nos mostró claramente esta realidad, aunque parece que ya la hemos olvidado. Fueron tres años bastante difíciles, que no siempre nos dejaron las lecciones que debimos haber interiorizado, aunque esto depende de cada persona. La profundidad de la introspección hicimos durante ese tiempo —y la reflexión que emprendimos después— fue una decisión personal. Pero nunca es tarde para reflexionar sobre estas experiencias y extraer de ellas aprendizajes significativos para nuestro crecimiento personal.

## Esperanza

La esperanza se relaciona con ese deseo y expectativa de bien que habita en cada corazón humano. Con nuestra libertad podemos realizar el bien y anhelamos que ese bien retorne, independientemente de lo que está bajo nuestro control. La Esperanza abarca tanto lo que podemos hacer como aquello que escapa a nuestro dominio, aun cuando ignoramos el futuro inmediato. Todos experimentamos un enero y febrero de 2020 con tranquilidad, sin imaginar una pandemia mundial que se avecinaba. Ver la realidad con ojos de esperanza es tener la capacidad de discernir la realidad, sabiendo que nada de lo que pasa está fuera de la providencia de Dios.

Si vemos la realidad con esperanza de que llegará lo mejor, no de forma catastrófica, sino con la convicción de que de toda circunstancia se puede sacar lo mejor, esto nos va a permitir discernir los signos de los tiempos, lo que está pasando a nuestro alrededor, lo que está ocurriendo en nuestros corazones, mirarlo con ojos de fe, descubrir la presencia de Dios en nuestra historia. La Esperanza no es optimismo, sino la plena certeza de que Dios camina a nuestro lado. Aún en los momentos más duros, cuando ocurren cosas terribles y nos preguntamos dónde está la presencia de Dios, esta mirada esperanzada nos ayuda a encontrar sentido en medio de la adversidad.

El jubileo de la esperanza al que convocó el Papa Francisco nos recuerda que la Esperanza no defrauda, porque está fundada en el amor de Dios, al final de cuentas, independientemente del mal que pueda inundar el mundo en ciertos momentos de la historia, el amor de Dios está siempre presente y nunca nos va a abandonar, como indica la carta a los Romanos:

Porque tengo la certeza de que ni la muerte ni la vida, ni los ángeles ni los principados, ni lo presente ni lo futuro, ni los poderes espirituales, ni lo alto ni lo profundo, ni ninguna otra criatura podrá separarnos jamás del amor de Dios, manifestado en Cristo Jesús, nuestro Señor. (Rm 8,38-39)

Finalmente, ese es el motivo de nuestra Esperanza: la certeza del amor de Dios. Como decía el papa Francisco al principio de su pontificado: *Dios nos primerea*. Dios nos ha amado primero y nos amará siempre. Esta absoluta certeza la debemos comprender con nuestra mente, bajarla al corazón y llevarla a que inspire nuestras acciones. Si logramos hacer este recorrido, logramos hacer concreta la dignidad humana, creyendo en la mía y reconociendo la de los demás.

La gran maestra de la esperanza es María, quien, desde la concepción del Señor en su seno hasta presenciarlo clavado en la cruz, jamás perdió la convicción de que existía un sentido y un plan divino. No solo es nuestra maestra de esperanza, sino también es nuestra madre. Resulta conmovedora aquella frase que dirigió a Juan Diego durante las apariciones en la advocación de Guadalupe en el Tepeyac: “¿Acaso no estoy yo aquí, que soy tu madre?”. Cuando un niño siente temor, busca refugio en los brazos maternos; de igual manera, ante cualquier dificultad, incluso siendo adultos, nuestra madre María permanece siempre a nuestro lado, sin abandonarnos jamás.

Todos somos capaces de entregar algo, pequeño o grande, bien dice el refrán: nadie es tan pobre que no pueda regalar una sonrisa, un gesto de amistad, una mirada fraterna, una escucha sincera, un servicio gratuito, sabiendo que, en el espíritu de Jesús esto puede convertirse en semilla fecunda de Esperanza para quien la recibe. Nunca sabremos cuándo una sonrisa, un acto de benevolencia o de amor hacia los demás puede realmente transformar el curso de una historia. Existen testimonios de personas que confiesan: “Yo estaba pensando en suicidarme, pero me encontré con un desconocido que me sonrió” y me dijo buenas tardes; sentí que ya no era invisible.

Aquí reside nuestra misión, nuestra tarea fundamental: desde la certeza de que, en los detalles de la vida cotidiana, sin grandes hazañas, sino mediante el esfuerzo por hacer el bien tanto en lo pequeño como en lo grande, se construyen sociedades justas y, lo que resulta más importante, edificamos nuestra propia felicidad, que no es un destino, sino una forma de viajar, de hacer el camino de la vida. Como María, aprendamos a confiar en que ningún gesto de amor, por mínimo que parezca, queda sin fruto en la misteriosa providencia divina.

## Referencias

- Carrasco, M. (2008). Problemas contemporáneos de antropología y bioética, Temas Actuales, Editorial del Instituto de Estudios de la Sociedad, Santiago.
- Cutts, S. (2017). Happiness. <https://www.youtube.com/watch?v=e9dZQelULDk> [17-5-2025]
- Francisco, (2024). *Spes non confundit* - Bula de convocación del Jubileo Ordinario del Año 2025. [https://www.vatican.va/content/francesco/es/bulls/documents/20240509\\_spes-non-confundit\\_bolla-giubileo2025.html](https://www.vatican.va/content/francesco/es/bulls/documents/20240509_spes-non-confundit_bolla-giubileo2025.html) [17-5-2025]
- Francisco, (2015). Sri Lanka - Filipinas: Encuentro con los jóvenes en el campo de deportes de la Universidad de Santo Tomás (Manila, 18 de enero de 2015) [https://www.vatican.va/content/francesco/es/speeches/2015/january/documents/papa-francesco\\_20150118\\_srilanka-filippine-incontro-giovani.html](https://www.vatican.va/content/francesco/es/speeches/2015/january/documents/papa-francesco_20150118_srilanka-filippine-incontro-giovani.html) [17-5-2025]

# LOS ALTIBAJOS DE LA FELICIDAD: ENTRE EL OPTIMISMO Y LA ESPERANZA

P. Germán Prieto García, cjm



*Nota. Google. (2025). Imagen generada por inteligencia artificial Gemini*

Que la fuerza del Espíritu Santo toque nuestros corazones y nos despierte frente a tantas realidades ante las cuales permanecemos dormidos y sobre las cuales es necesario mantenernos alerta. Solo así podremos alcanzar estos dos anhelos que tan difícilmente se pueden implementar en nuestra vida: la felicidad y la esperanza.

Esta reflexión invita a contemplar los altibajos de la felicidad entre la angustia y la esperanza, reconociendo que la felicidad es difícil de alcanzar, aunque en ciertos momentos experimentamos instantes de plenitud. En este vaivén existencial, nos movemos entre la angustia y la esperanza, dos mods fundamentales de existir que, paradójicamente, se encuentran en un mismo plano. Elegir entre vivir angustiados o esperanzados depende de una decisión de claridad mental y espiritual, en su acepción más profunda.

En este contexto, el dilema de nuestra generación se sitúa entre sobrevivir o ser feliz. Existen dos caminos fundamentales: conformarse con la supervivencia o aspirar a vivir verdaderamente. Esta

decisión implica tomar las riendas de nuestra existencia. De lo contrario, cuando miremos hacia atrás en el camino, nos daremos cuenta de que no hemos sido felices ni hemos disfrutado la vida. Por tanto, alcanzar la felicidad y la esperanza representa la gran oportunidad que tenemos para no echar a perder nuestra existencia en ilusiones, espejismos y órdenes externos.

## La esquivada felicidad

La búsqueda de la felicidad constituye el anhelo fundamental de todo ser humano. Como reflexionaba Aristóteles en un libro de ética escrito para su hijo<sup>8</sup>, cuando deseamos algo, lo buscamos como un fin; sin embargo, al alcanzarlo, descubrimos que ese no era un fin definitivo, sino un medio para otro propósito superior. Este proceso se repite indefinidamente y nos plantea la pregunta esencial: ¿existirá algún “fin último” o todo es medio para alcanzar algo más?

Esta reflexión permite comprender que todo lo que hacemos, desde las acciones más pequeñas hasta las más trascendentales, responde al anhelo subyacente de alcanzar la felicidad. Sin embargo, cuando creemos alcanzarla, surge un problema fundamental: la felicidad encierra un deseo perpetuo. Siempre estamos en busca de algo más, pues toda satisfacción despierta una nueva carencia. Los seres humanos poseemos una capacidad insaciable de deseo; somos seres abiertos, nunca cerrados en una satisfacción definitiva de nuestras necesidades psíquicas y afectivas.

Esta dinámica genera un círculo vicioso: quien no tiene zapatos desea tenerlos, pero quien los posee anhela una bicicleta; quien tiene bicicleta quiere un automóvil, y así sucesivamente. Nadie parece estar completamente satisfecho con lo que tiene. El ser humano es un sujeto de deseos, una fábrica de deseos, pero esta tendencia puede y debe ser educada. A esta problemática se añade otra complejidad: cada persona tiene su propio ideal de felicidad. Algunos encuentran plenitud en la vida artística, otros en el ámbito empresarial, algunos en el conocimiento, otros en la contemplación, otros en el servicio e, incluso, hay quienes parecen encontrar satisfacción en la crítica constante, aunque satisfacción no debe equipararse sin más a felicidad.

Por consiguiente, llegar a un acuerdo sobre el concepto de felicidad se vuelve uno de los desafíos más grandes de la humanidad. Siempre la buscamos, pero cuando intentamos asirla, se nos escapa como agua entre los dedos. Este fenómeno ocurre porque la felicidad se asocia con el deseo, con lo permanente y lo eterno; es una conquista nunca plenamente realizada. Incluso cuando logramos una pequeña conquista, las circunstancias ajenas a nuestro control pueden destruir nuestro estado de plenitud.

Consideremos, por ejemplo, el anhelo de conseguir una casa propia. Si finalmente la obtenemos, un terremoto puede destruirla y, con ella, nuestra felicidad. Siempre que experimentamos un instante de plenitud, circunstancias ajenas a nuestra capacidad de control pueden arruinar nuestro estado. Por esta razón, como observaba el filósofo, la felicidad contiene una dosis de buena fortuna, casi de

8 Se trata de la "Ética a Nicómaco", una de las obras fundamentales de Aristóteles, escrita probablemente entre 384-322 a.C., que constituye el primer tratado sistemático sobre ética en la tradición filosófica occidental. En ella, Aristóteles desarrolla su teoría de la virtud como término medio entre extremos viciosos, establece la eudaimonía (felicidad o florecimiento humano) como el bien supremo al que aspira toda acción humana, y articula conceptos como la virtud intelectual y moral, la amistad, y la justicia. Su impacto en la filosofía posterior ha sido extraordinario: influyó profundamente en la ética medieval cristiana a través de Tomás de Aquino, proporcionó las bases para el renacimiento de la ética de la virtud en el siglo XX con filósofos como Elizabeth Anscombe y Alasdair MacIntyre, y sigue siendo fundamental en la ética aplicada contemporánea.

suerte. No tenemos control absoluto sobre todas las decisiones que tomamos; gran parte de lo que construimos en nuestra vida está marcado por posibilidades de éxito o fracaso que no dependen únicamente de nuestros esfuerzos. Existe un margen de incertidumbre que sitúa la felicidad no completamente en nuestras manos, sino también a manos del destino, la providencia o la suerte.

Por tanto, la búsqueda de la felicidad se convierte en una situación compleja, estresante y difícil de adquirir. Ante la pregunta de dónde encontrarla, surge un primer camino fundamental para todo ser humano: despertar<sup>9</sup>. Como señalan los filósofos, estamos dormidos, viviendo en una especie de sueño. Es necesario despertar y comprender cómo funciona la realidad desde sus entrañas, para no perseguir sueños irrealizables, sino buscar genuinamente lo bueno.

## El omnipresente cansancio

Para comprender la realidad contemporánea de la felicidad, resulta útil examinar las reflexiones del filósofo surcoreano Byung-Chul Han, particularmente su obra *La sociedad del cansancio* (2010). Este pensador nos invita a reflexionar sobre la naturaleza de nuestros días cotidianos y cómo hemos llegado a un estado de agotamiento generalizado.

Consideremos un día típico en nuestras vidas: desde que nos levantamos hasta que nos acostamos, ¿qué tenemos que hacer? Quizás madrugar, correr para preparar a los hijos antes de ir a la escuela, enfrentar el tráfico para llegar puntualmente al trabajo o abrir nuestro negocio, resolver problemas y dificultades durante la jornada laboral y finalmente regresamos cansados a casa, cargados de más preocupaciones. Allí nos esperan posibles conflictos familiares, discusiones con la pareja, los hijos o compañeros, y terminamos acostándonos agotados, pensando ya en los problemas del día siguiente.

Este ciclo incesante de dificultades y problemas parece haberse normalizado. Muchos dirían que así es la vida, que hay que asumir todos los problemas con propiedad y tratar de salir adelante. Sin embargo, nos damos cuenta de que vamos de problema en problema, de dificultad en dificultad, sin resolver realmente los conflictos fundamentales que nos agobian.

Han nos explica que nos encontramos con un tipo de enfermedades características de nuestro tiempo<sup>10</sup>. Mientras que en el siglo XX las grandes luchas de la humanidad se centraron, principalmente,

9 La idea del despertar se encuentra de manera emblemática en el célebre Mito de la Caverna, atribuido a Platón y expuesto en el Libro VII de *La República*. En este relato, el proceso que vive el prisionero liberado simboliza un despertar gradual de la ignorancia hacia el conocimiento verdadero. Primero, el cautivo se libera de las cadenas que lo obligan a contemplar únicamente las sombras proyectadas en la pared —un despertar inicial de la ilusión—; luego, al girarse, descubre los objetos reales y el fuego que produce esas sombras —reconocimiento de un nivel superior de realidad—; finalmente, asciende hacia la luz del sol exterior, lo que representa el despertar completo al mundo de las Ideas o Formas platónicas.

Este despertar no es solo intelectual, sino profundamente transformador y, en muchos casos, doloroso, pues implica abandonar creencias cómodas pero falsas, enfrentar la resistencia de quienes permanecen en la oscuridad y asumir la responsabilidad que conlleva el conocimiento adquirido. Para Platón, este despertar filosófico marca el tránsito del mundo sensible de las apariencias al mundo inteligible de las Ideas eternas. En última instancia, el proceso educativo auténtico consiste precisamente en esa conversión —la periagogé del alma— hacia la realidad verdadera, mediante la cual el filósofo, una vez liberado de la ignorancia común, asume el deber de guiar a otros en el mismo camino de iluminación.

10 Han utiliza el término "enfermedades neuronales" en el libro "La Sociedad del cansancio" para describir las patologías psíquicas características de nuestra época neoliberal, que contrasta con las "enfermedades virales" típicas de sociedades disciplinarias anteriores. Según Han, vivimos en una sociedad del rendimiento donde el paradigma ha cambiado del "no puedes" al "sí puedes" e, incluso, al "debes poderlo todo", generando un exceso de positividad que nos lleva a la

en enfermedades infecciosas —lo que impulsó descubrimientos como la penicilina y el desarrollo de vacunas—, en las últimas décadas ha cobrado protagonismo otro tipo de desafío: el de la salud mental. Hemos pasado de enfrentar patologías bacterianas y virales a convivir con un aumento significativo de trastornos psicológicos, muchas veces consecuencia del ritmo acelerado, la presión por la productividad y la constante búsqueda de optimización que caracterizan a nuestra época.

Paradójicamente, nunca en la historia había prosperado tanto la positividad, la autoayuda y el *coaching*, con sus mensajes de “yo puedo”, “yo lo logro”, y “voy adelante”. Sin embargo, simultáneamente, se ha producido un notable aumento de los trastornos psicológicos. Vivimos cansados, fatigados o deprimidos. Aunque las principales enfermedades del siglo XXI siguen siendo físicas —como las cardiovasculares o metabólicas—, el impacto de las afecciones mentales y neuronales vinculadas al estrés, como la ansiedad, la depresión o el trastorno por déficit de atención, se ha vuelto cada vez más evidente. Si en el siglo XX predominaban las patologías psicológicas asociadas a la neurosis o la histeria —propias de una sociedad estructurada en torno al control y la vigilancia—, hoy enfrentamos malestares vinculados al narcisismo y la autoexigencia, reflejo de una cultura que exalta la acción, la libertad individual y la necesidad constante de rendimiento.

## De la “sociedad de la vigilancia” a la “sociedad del rendimiento”

Han, ofrece una reflexión esclarecedora sobre cómo hemos transitado de una sociedad de la vigilancia a una sociedad del rendimiento. En el siglo XX predominaba una sociedad disciplinaria donde proliferaron instituciones de vigilancia y control: cárceles, hospitales, cuarteles, hospitales psiquiátricos, colegios e internados. Todas estas instituciones compartían un mismo estilo de funcionamiento: horarios estrictos, patios centrales, salones organizados, manuales de funcionamiento y sistemas de vigilancia donde cada persona debía domesticar su propio cuerpo y sus hábitos para vivir dentro de la normalización.

Este sistema se consideraba un progreso humanitario frente a épocas pasadas, cuando el castigo era público y brutal: ahorcamientos, decapitaciones, quemas públicas. Las nuevas instituciones parecían más humanistas al disciplinar en lugar de matar al infractor. Sin embargo, filósofos como Michel Foucault<sup>11</sup> nos hicieron despertar a la realidad de que este poder se había vuelto más sutil e imperceptible, pero igualmente efectivo para doblegar a las personas al funcionamiento del sistema.

---

autoexplotación voluntaria bajo la ilusión de libertad y autorrealización. Las enfermedades neuronales como la depresión, el síndrome de burnout, el trastorno por déficit de atención y la hiperactividad surgen precisamente de esta sobrecarga del yo que se exige constantemente más rendimiento, productividad y optimización personal. Han argumenta que estas enfermedades son síntomas de una sociedad que ha interiorizado la lógica capitalista hasta el punto de convertir al individuo en su propio explotador, generando un cansancio existencial que no se alivia con el descanso porque proviene de la estructura misma del sistema social contemporáneo.

<sup>11</sup> Michel Foucault desarrolla conceptos sobre vigilancia y control social principalmente en *Vigilar y castigar: Nacimiento de la prisión* (1975) y en *Seguridad, territorio, población* (1977-1978). En *Vigilar y castigar*, Foucault analiza el panóptico de Bentham como modelo arquitectónico y metáfora del poder disciplinario moderno, donde la posibilidad permanente de ser observado sin saber cuándo genera una interiorización del control que hace innecesaria la presencia física del vigilante. Desarrolla aquí su concepto de "sociedad disciplinaria" y los mecanismos de normalización que operan en instituciones como prisiones, hospitales, escuelas y fábricas. Foucault examina cómo el poder moderno no solo vigila y castiga sino que gestiona poblaciones enteras a través de dispositivos de seguridad, estadísticas y regulación de la vida biológica. También en *Historia de la sexualidad* (especialmente el volumen I, 1976) aborda cómo la sexualidad se convierte en un dispositivo de

En el siglo XXI, no hablamos tanto de una sociedad de la disciplina, sino de una sociedad del rendimiento. Ahora cada uno aparentemente hace lo que quiere, mientras se defienden los derechos fundamentales de las personas. La disciplina impuesta ya no es tan importante, pero encontramos una nueva máxima: el deber ser del rendimiento personal. Aunque siguen existiendo cárceles, hospitales, cuarteles y colegios, ahora han proliferado gimnasios, oficinas, centros comerciales y laboratorios, donde ya no impera la disciplina impuesta, sino la autodisciplina. Esta transformación trae una consecuencia profunda: al pretender ser jefes de nosotros mismos, al buscar no solo un buen puesto en una empresa, sino tener nuestro propio emprendimiento, nos convertimos en nuestros propios vigilantes. Como señala una frase reveladora: uno se explota a sí mismo y cree que está realizándose (Han). En esta etapa se aplaude el emprendimiento personal, pero el ocio entra en la dinámica de la producción y el rendimiento.

El problema se agrava porque el poder se hace mucho más sutil. En el pa, uno veía claramente al amo o al patrón, o identificaba las instituciones intermediarias como la cárcel o el hospital. Ahora, ya no se nota quién maneja los hilos del poder; peor aún, ni siquiera son las instituciones tradicionales, sino que somos nosotros mismos quienes nos autoexplotamos.

Por eso, como dice Han, nos encontramos en una sociedad del cansancio: nosotros mismos nos autoexigimos y terminamos en una lógica dialéctica mucho más sutil. Antes se sabía claramente quién tenía el poder; en la época de las grandes empresas y sindicatos, se identificaba fácilmente a los dueños y se entendían las luchas por los derechos de los trabajadores. Ahora no se sabe bien quién maneja realmente el poder. Este se hace tan sutil que nos convertimos en trabajadores de algoritmos y empresas tecnológicas que se nutren de los datos que les entregamos, y, para completar el círculo, nosotros les pagamos a ellos, entregándoles nuestra vida y privacidad, aparentemente felices de hacerlo.

## Los espejismos de la libertad

Vivimos en espejismos de libertad. Creemos que la libertad consiste en hacer lo que queramos, pero paradójicamente terminamos siendo esclavos de nuestros propios actos. Somos como zombis del rendimiento y la apariencia. Todo se ha vuelto mercancía, incluso las personas mismas. Los medios de comunicación digital funcionan como redes que, más que conectar, atrapan como telas de araña.

Esta metáfora de las redes sociales resulta reveladora: en lugar de concebirlas como medios de comunicación, podríamos entenderlas como telas de araña en las que quedamos atrapados. Deberíamos preguntarnos si somos adictos al celular o a las redes sociales, si vivimos en un *shopping* permanente y si los aparatos tecnológicos que usamos realmente nos ayudan a solucionar problemas o los utilizamos para llenar vacíos que nos causan ansiedad.

Existe un gran problema en todo esto: se impide —o, por lo menos, se afecta sensiblemente— uno de los elementos fundamentales para la felicidad y la esperanza, la concentración. Estamos totalmente dispersos en miles de informaciones que nos impiden lograr la concentración necesaria. El *multitasking* (la multitarea) contribuye a esta dispersión. Si bien puede ser útil para ciertas tareas domésticas o administrativas, cuando toda nuestra vida se convierte en hacer mil cosas

---

control social. Estos análisis foucaultianos sobre el poder capilar, la disciplina y el biopoder han sido fundamentales para comprender las formas contemporáneas de vigilancia y control social, anticipando debates actuales sobre vigilancia digital y sociedades de control.

simultáneamente, se genera dispersión y un cansancio extremo que dificulta llegar a la concentración necesaria para la reflexión humana profunda.

## Elementos para la recuperación

Frente a esta situación, Han propone tres elementos fundamentales. Primero, recuperar el ‘no’ y aprender a decirlo: no todo es positividad; no todo lo podemos alcanzar; no tenemos por qué ser una especie de “superhombre”. Esta mentalidad del “yo puedo con todo” puede agotarnos y conducirnos a la infelicidad. Segundo, no convertir la distracción en otra fuente de agotamiento y autoexplotación. Esto suele suceder cuando tratamos los momentos de descanso como si fueran trabajos, poniendo horarios a las amistades. Cuando salimos a descansar en un fin de semana, a menudo enfrentamos trancones, filas, peleas y enojos, y llegamos más cansados que cuando partimos. Tercero, recuperar el tiempo festivo, el tiempo ocioso. Es lo que Han denomina la vida contemplativa. Esta no es una observación pasiva, sino una observación activa de lo verdaderamente importante de la vida. Debemos quitar el acelerador, aprender a ralentizar y recuperar ritmos más humanos.

## La reconfortante esperanza

Antes de profundizar en la naturaleza de la esperanza, es necesario identificar los peligros que la amenazan. En primer lugar, se alzan los fantasmas del miedo. Las catástrofes y crisis fomentan a los profetas del miedo. Vivimos una etapa inquietante en el plano global y social: calentamiento global, pérdida de fuentes de agua, extinción de especies, guerras, desertificación despiertan una pregunta angustiante: ¿qué mundo estamos dejando a las siguientes generaciones?

En el ámbito político, este miedo lanza a la gente hacia todo tipo de populismos que alimentan el resentimiento, la polarización y la competencia desmedida. La obsesión por el rendimiento aviva a los profetas del miedo, quienes se benefician de estos sentimientos para manipular a las personas, pues el miedo al fracaso se convierte en un motor de autoexplotación. Así, el temor se vuelve un instrumento de control: cuando tenemos miedo, somos más fáciles de manipular. Incluso surge un miedo al pensamiento crítico, que favorece el conformismo y debilita la capacidad de resistencia interior.

## Esperanza versus optimismo

Un segundo peligro para la esperanza son los encubrimientos provenientes del optimismo. Es crucial no confundir esperanza con optimismo. Como señala Han, desesperación y esperanza son hermanas, pero esperanza no es optimismo.

La palabra *optimismo* viene de óptimo, que significa “lo mejor de lo mejor”, o la disposición de hacer las cosas de la mejor manera posible. En cambio, la esperanza no está necesariamente vinculada con lo óptimo; se manifiesta sobre todo en los momentos más difíciles y desafiantes de la vida. Observemos que cuando tenemos una emergencia o una tragedia, nos aferramos más a la voluntad de salir adelante. El optimismo se enfoca solamente en lo mejor, mientras que la esperanza es más amplia. El optimismo es cerrado; la esperanza es abierta. Paradójicamente, podríamos decir que es una “esperanza de nada”, porque en ella no esperamos algo concreto. En el optimismo esperamos un resultado favorable; en la esperanza, aun cuando todo parezca salir terriblemente mal, actuamos para que algo cambie. Es esa pequeña posibilidad que se mantiene viva en medio de todas las probabilidades en contra.

El optimista sabe que le toca sacrificarse y esforzarse más, y termina cansado. En cambio, quien tiene esperanza descubre un elemento tal vez olvidado en esta sociedad de rendimiento.

## Los límites de la acción

Un tercer aspecto por considerar son los límites de la acción. El solo actuar no es suficiente para encontrar el camino de la esperanza. Una acción que se enfoca únicamente en las dinámicas de producción y los resultados nos abre difícilmente el camino de la esperanza. Actividad no es acción y el activismo nos devora. Es necesario otro tipo de acción, porque no existe solamente la acción productiva; existe también una acción improductiva, un tipo de acción que no busca ningún provecho ni resultado específico. Es una acción que podríamos llamar contemplativa.

Consiste en hacer cosas que tal vez no “sirven para nada” productivamente, pero que pueden dar el sentido a la existencia que estamos buscando. Unas de ellas son, por ejemplo, la filosofía, la oración y la meditación. Desde que comenzó, la filosofía no sirve para nada concreto en términos utilitaristas<sup>12</sup>. En una sociedad de hiperproducción, estudiar filosofía puede parecer una pérdida de tiempo económico. Aquellas actividades que aparentemente no tienen un beneficio objetivo utilitario son simplemente desechadas y por eso terminamos sin esperanza.

## Esperanza y angustia: hermanas gemelas

Llegamos al punto central de esta reflexión: la esperanza y la angustia son conceptos hermanos. Han planteado una idea cercana a la del filósofo alemán Martin Heidegger, quien introdujo el concepto del “se” impersonal (*das Man*). Este “se” es un pronombre impersonal sin sujeto específico detrás, pero que controla nuestras vidas. Cuando llega una nueva moda, todo el mundo la sigue; cuando se considera que cierta manera de proceder es la solución a todos los problemas, todo el mundo actúa de esa forma. Como se expresa popularmente: “para donde va Vicente, va la gente”.

Este “se” impersonal muestra que no estamos viviendo nuestra propia vida, sino la vida que otros nos hacen vivir inconscientemente siguiendo la corriente, hasta que hacemos un alto en el camino y nos salimos de esa corriente del “se” impersonal. Comenzamos a reflexionar y llegamos a la conclusión: ¿por qué tengo que estar haciendo lo que hace todo el mundo? ¿No hay una posibilidad diferente? En ese momento entramos en la vida auténtica. Habitar en el dominio del “se” impersonal, donde el individuo se rige por la voluntad de los otros y sus decisiones son dictadas por estructuras externas de sentido, constituye una existencia inauténtica en el sentido heideggeriano.

.....  
 12 En este contexto es necesario rescatar la dimensión de gratuidad. En una época dominada por la lógica neoliberal que reduce todas las dimensiones de la existencia humana a criterios de productividad, eficiencia y rentabilidad, rescatar la dimensión de gratuidad se vuelve no solo necesario sino urgente para preservar lo genuinamente humano. La gratuidad representa aquello que existe por sí mismo, sin finalidad instrumental, sin cálculo de beneficios, y constituye el antídoto contra la mercantilización total de la vida que convierte relaciones, emociones, conocimiento y hasta la naturaleza en recursos explotables. Esta dimensión puede provenir de múltiples fuentes: del arte y la contemplación estética que nos conectan con la belleza sin utilidad práctica; de la amistad auténtica y el amor desinteresado que se dan sin esperar retribución; de la experiencia espiritual o religiosa que trasciende el mundo del intercambio; del juego y la celebración que crean espacios de libertad pura. Sin estos espacios de gratuidad, el ser humano se reduce a mero capital humano optimizable, perdiendo su capacidad de asombro, su dimensión trascendente y su posibilidad de experimentar la vida como don antes que como tarea, como fin en sí misma antes que como medio para otros fines, recuperando así la dignidad fundamental que no se compra ni se vende.

Cuando despertamos hacia la autenticidad, experimentamos una profunda angustia. La angustia no es miedo. El miedo se dirige siempre hacia algo concreto —a un jefe cascarrabias, a enfrentar una deuda, a un peligro específico—. Pero la angustia es una angustia de nada, una situación existencial fundamental.

Han explica qué ocurre en ese momento de angustia, que es un estado esencial de la existencia: esa angustia nos aleja de todos, nos vuelca sobre nosotros mismos, nos hace entender que somos seres esencialmente finitos, seres que vinimos a este mundo para morir<sup>13</sup>. Debemos enfrentar esa realidad para vivir auténticamente.

Sin embargo, Han pregunta: cuando salgo de vivir la vida de otros y entiendo la autenticidad de la vida, ¿por qué tengo que estar solamente angustiado? ¿No puede haber una sensación diferente? Su respuesta es que la esperanza es hermana gemela de la angustia. Podemos sentirnos totalmente solos y finitos, o podemos experimentar una presencia reconfortante que nos lleva a actuar por otros y hacia otros.

En el otro descubrimos la otredad, la alteridad. En ese vacío que no es el oscuro silencio de la nada, encontramos una presencia amorosa que satura el universo. Encontramos círculos de amigos con quienes conocernos bien para descubrir el misterio de la esperanza, y con los cuales establecer lazos de fraternidad, amor, entrega, esperanza y fe. Con ellos se puede construir una vida diferente.

## La activa contemplación

Después de haber hablado del frenesí de la acción, llegamos a la comprensión de la inactividad festiva. Han señala que cuando llegamos al estado donde ya no predomina la angustia sino la esperanza como estado básico de la existencia, podemos encontrar elementos transformadores presentes en la vida cotidiana.

Consideremos el contraste entre el frenesí de la acción —actuar frenéticamente tras logros que se nos disuelven en las manos sin darnos felicidad— y una forma diferente de estar en el mundo. Por ejemplo, habitualmente caminamos porque tenemos que resolver problemas, atender dificultades laborales, sociales o de entretenimiento. Pero cuando nos cansamos de caminar con propósito, comenzamos a caminar diferente: no es que nos quedemos sentados, sino que empezamos a caminar hacia adelante, hacia atrás, hacia los lados. Esa marcha se convierte en un baile y descubrimos que hay una manera diferente de moverse donde el caminar no persigue nada específico, sino que simplemente permite disfrutar.

.....  
13 Esta idea del hombre para la muerte ya la encontramos en Martin Heidegger. Heidegger plantea la idea del "ser-para-la-muerte" (*Sein-zum-Tode*) en *Ser y tiempo* como una estructura ontológica fundamental del *Dasein* (ser-ahí) humano que lo distingue radicalmente de otros entes. Para Heidegger, la muerte no es un evento futuro que simplemente ocurrirá, sino la posibilidad más propia, intransferible e inevitable que define la existencia auténtica: nadie puede morir mi muerte por mí, y es precisamente la angustia ante esta posibilidad lo que me individualiza y me arranca de la existencia inauténtica del "se dice" (*das Man*). El ser-para-la-muerte revela la finitud como horizonte que da sentido y urgencia a todas nuestras posibilidades, liberándonos de la dispersión en lo cotidiano y confrontándonos con la necesidad de elegir auténticamente quiénes queremos ser. Cuando el *Dasein* asume resueltamente su ser-para-la-muerte, no huye hacia las habladerías reconfortantes sobre la muerte como algo lejano o universal ("todos morimos algún día"), sino que anticipa esta posibilidad como algo que le pertenece íntimamente, lo que le permite vivir con autenticidad temporal, asumiendo su pasado como herencia, su presente como momento de decisión, y su futuro como proyecto finito pero propio, lo que convierte la muerte de enemiga a maestra de la existencia auténtica.

Este fenómeno se puede observar en las procesiones de Semana Santa, donde la gente va un paso adelante, dos pasos adelante, un paso atrás, dos pasos adelante y un paso atrás. Es un caminar que no busca llegar rápidamente a un destino, sino celebrar algo diferente. Manifiesta una dimensión de la vida que es necesario rescatar para la felicidad y la esperanza.

Por tanto, distinguimos entre hacer para producir y hacer para disfrutar. Ambos elementos son necesarios en la vida. Debemos tener una actividad que no sea necesariamente productiva, porque la espera es un paradigma de actividad contemplativa: no se espera nada concreto, solamente se está ahí. Este es el fundamento del libre pensamiento.

## Pensar versus investigar

Existe una diferencia importante entre pensar e investigar. Investigar implica trazar hipótesis, experimentar, hacer laboratorios, cotejar datos, realizar encuestas; el pensamiento incluye investigación, pero pensar es más amplio. Pensar a veces nos deja dando vueltas sobre el mismo asunto y eso nos concentra. De ahí puede surgir una idea genial, mientras que quien solamente rinde informes y cumple con procedimientos establecidos puede cumplir con su trabajo, pero no necesariamente genera *insights* profundos.

Por eso, en nuestras investigaciones y trabajos, necesitamos detenernos a pensar más y no simplemente a seguir “pasos” creyendo que la metodología es una receta infalible. La inactividad genera concentración. Deberíamos preguntarnos qué actividades realizamos en nuestros tiempos libres: ¿actividades de hacer cosas constantemente, como maratones de series durante el fin de semana? Esto nos deja cansados y con tanta información que no logramos procesarla adecuadamente. En contraste, las actividades que conducen a la concentración nos llevan a la posibilidad de la esperanza.

## El fluir del tiempo

Finalmente, consideremos la diferencia entre el tiempo segmentado y el fluir del tiempo. Según teorías científicas actuales, toda la realidad —energía, partículas, fuerzas fundamentales de la naturaleza— existe por interacciones de partículas, pero no se ha logrado encontrar una partícula de espacio ni una partícula de tiempo, porque estos son continuos.

Cuando tomamos el tiempo de manera empresarial, urbana, centrada en el rendimiento, lo vamos segmentando y planificando. Entonces decimos que no nos alcanza el tiempo, que no nos quedan ni dos segundos, porque sentimos que los segundos son como bolitas que se van sumando o como arena que se va desgastando en un reloj. Pero en realidad el tiempo es continuo, es como un fluir.

Cuando uno se concentra, puede detectar lo que se llama bella y poéticamente “el aroma del pasar lento de los segundos”, como un fluir continuo que nos lleva a la concentración, a la contemplación y a un sentido de eternidad.

## Conclusión

La búsqueda de la felicidad y la esperanza no es un camino sencillo en nuestra sociedad contemporánea. Requiere despertar del sueño colectivo del rendimiento y la autoexplotación, recuperar el arte de decir “no” y descubrir formas de actividad que no sean meramente productivas sino contemplativas.

La esperanza, a diferencia del optimismo, no depende de que todo salga bien, sino que surge precisamente en los momentos más difíciles como una posibilidad en medio de las probabilidades en contra. Su hermandad con la angustia nos enseña que el despertar a la vida auténtica, aunque inicialmente perturbador, puede abrirnos a la experiencia de la alteridad y el amor.

La activa contemplación nos ofrece una alternativa al frenesí contemporáneo: un modo de estar en el mundo que privilegia la concentración sobre la dispersión, el fluir del tiempo sobre su segmentación y el disfrute del presente sobre la ansiedad por el futuro. Solo así podremos construir una vida que no se limite a la supervivencia, sino que aspire genuinamente a la plenitud humana.

## Referencias

- Aristóteles. (2014). *Ética nicomáquea*. (J. Pallí Bonet, Trad.). Gredos.
- Foucault, M. (2009). *Vigilary castigar: Nacimiento de la prisión*. Traducción de Aurelio Garzón del Camino. Siglo XXI.
- Han, B-C. (2012). *La sociedad del cansancio* (Trad. A. Saratxaga Arregi). Herder.
- Han, B-C. (2013). *La sociedad de la transparencia* (Trad. F. Cusó). Herder.
- Han, B-C. (2014). *En el enjambre* (Trad. R. Gabás). Herder.
- Heidegger, M. (2009). *El ser y el tiempo* (Trad. José Gaos). Trotta.
- Heidegger, M. (2006). *¿Qué es metafísica? y otros ensayos* (Trad. X. Zubiri). Alianza Editorial.
- Kierkegaard, S. (2007). *El concepto de la angustia* (Trad. D. Gutiérrez Rivero). Alianza Editorial.
- Lipovetsky, G. (2003). *La era del vacío: ensayos sobre el individualismo contemporáneo* (Trad. J. Vinyoli y M. Pendanx). Anagrama.
- Ricoeur, P. (2004). *Finitud y culpabilidad* (Trad. C. Peretti). Trotta.
- Séneca, L. A. (2001). *Sobre la felicidad* (Trad. J. Mariné). Alianza Editorial.
- Zygmunt, B. (2003). *Modernidad líquida* (Trad. M. Rosenberg). Fondo de Cultura Económica.

MEMORIAS



# Simposio Internacional

Cátedra Virtual Minuto de Dios



**PONENCIAS NACIONALES**

## JUVENTUD Y SENTIDO DE LA VIDA: UNA MIRADA INTEGRAL

Dr. Nelson Bedoya G.<sup>14</sup>



Nota. Google. (2025). Imagen generada por inteligencia artificial Gemini

.....  
14 Nelson Bedoya es doctor en Filosofía y doctorando en Innovaciones Educativas con uso de TIC de la Universidad de la Sabana. Actualmente es vicerrector académico de la Rectoría Bogotá - Cundinamarca - Boyacá. Cuenta con una destacada trayectoria como líder educativo. Su amplia experiencia en gestión académica e innovación educativa se complementa con dos maestrías: una en Administración de las Organizaciones y otra en Teoría y Práctica de la Prosocialidad y las Aplicaciones de la Logoterapia, fundamentadas en sus estudios de pregrado en Filosofía. A lo largo de su carrera en el sector educativo, tanto como profesor y directivo docente, ha liderado proyectos de transformación curricular y organización escolar. En la actualidad, su enfoque principal es la innovación educativa y el desarrollo de proyectos de aprendizaje con Inteligencia Artificial, con el firme compromiso de impulsar la calidad e innovación en el sector educativo para la formación de líderes y ciudadanos integrales.

El tema que quiero tratar con ustedes es justamente *Juventud y sentido de la vida: una mirada integral*. ¿Por qué me interesa tratar este tema? Porque tiene que ver con el sentido de vida y la esperanza en los jóvenes, esa población tan importante a la que llegamos muchos de nosotros desde la práctica educativa que hacemos. Sin embargo, se trata de un tema, con frecuencia, descuidado. La pregunta por el sentido de la vida no es un interrogante solo de la vejez, del final de la vida, sino que es una pregunta muy propia de los jóvenes que están ávidos de trascendencia y de una razón profunda para existir en un mundo cada vez más marcado por la inmediatez, por la superficialidad y en algunas ocasiones por un vacío existencial palpable. Teniendo en cuenta estos aspectos que acabo de enunciar, podemos entender que la tarea de acompañar a los jóvenes en la construcción de un sentido de vida vital se vuelve apremiante, particularmente en el contexto educativo.

Se nos convoca a reflexionar sobre aquello que atañe a la misma esencia de los jóvenes. Quiero recordar una frase del papa Francisco en su exhortación apostólica *Christus vivit* que nos dice:

1. Vive Cristo, esperanza nuestra, y Él es la más hermosa juventud de este mundo. Todo lo que Él toca se vuelve joven, se hace nuevo, se llena de vida. Entonces, las primeras palabras que quiero dirigir a cada uno de los jóvenes cristianos son: ¡Él vive y te quiere vivo!
2. Él está en ti, Él está contigo y nunca se va. Por más que te alejes, allí está el Resucitado, llamándote y esperándote para volver a empezar. Cuando te sientas avejentado por la tristeza, los rencores, los miedos, las dudas o los fracasos, Él estará allí para devolverte la fuerza y la esperanza. (*Christus vivit*, 1.2)

De la misma manera uno puede encontrar en San Juan Eudes frases o comentarios respecto del sentido de vida, que se encuentra en la entrega a Dios y en el amor fraterno. También, el padre Rafael García Herreros cjm, desde su compromiso inquebrantable con la dignidad humana y su fe activa, nos impulsa a construir una sociedad en la que los jóvenes puedan florecer plenamente, que les permite encontrar, en el servicio y la solidaridad, caminos concretos para dar sentido a sus vidas<sup>15</sup>.

Insisto, en el torbellino de la sociedad actual la búsqueda del sentido de la vida para los jóvenes no es fácil, a veces se ve oscurecida por múltiples factores. Un error que cometemos con alguna frecuencia los adultos es creer que el sentido de vida es único, pero no es así. Los itinerarios existenciales son muy diversos y los contextos socioculturales cambian. Lo cierto es que cada vez encontramos —sobre todo en las sociedades contemporáneas— los síntomas de un profundo vacío existencial, que generan profundos interrogantes.

Viktor Frankl, el fundador de la logoterapia, afirmaba que la motivación básica del ser humano es su orientación fundamental hacia el sentido: la necesidad de encontrar y descubrir un porqué y un para qué vivir. Cuando esta voluntad de sentido se ve frustrada, surgen con frecuencia sentimientos de angustia, depresión, aburrimiento, desorientación. A propósito, vale la pena tener en la cabeza algunos datos que son muy importantes para comprender la situación actual: algunos estudios en psicología estiman que el 20% —o incluso más— de las neurosis del mundo tienen un origen noógeno, es decir, están asociadas con la pérdida del sentido de la vida o las ganas de vivir. Esta carencia deriva en problemas como la depresión, la ansiedad, la ideación suicida y el uso de psicoactivos.

.....  
 15 Al respecto se pueden consultar las *Obras completas* de San Juan Eudes. Y, más específicamente, el *Leccionario propio de la Liturgia de las horas*, de la Congregación de Jesús y María, (1981). Ed. REGINA.

Al analizar el problema, encontramos que esto ocurre justamente porque carecemos de relatos que nos inspiren o de propósitos más significativos que motiven y otorguen sentido y dirección a la vida. Los jóvenes —aunque no solo ellos— son la población más afectada. Este fenómeno se presenta en todas las sociedades, aunque, curiosamente, con mayor intensidad en los países más desarrollados. Cuando las necesidades materiales están satisfechas y todo está al alcance, el sentido de la vida tiende a desdibujarse.

Mi propuesta es: pensemos ese deseo y esa búsqueda de sentido desde una perspectiva de formación integral. Desde esta perspectiva quiero hacer un énfasis a partir de la siguiente pregunta: ¿qué se entiende por sentido de vida? Las respuestas a esta pregunta pueden darse desde distintas perspectivas. ¿Por qué hablamos de juventud y sentido de vida en el contexto actual?

Alrededor de estas preguntas quiero desarrollar varios puntos: hablar un poco de la logoterapia y su relación con la búsqueda de sentido en la juventud, reflexionar sobre el papel de la esperanza en la vida e insistir en la importancia de la trascendencia para los jóvenes, hablar de los riesgos actuales que estos enfrentan en el encuentro del sentido de vida, y, finalmente, aludir a la formación integral como una posibilidad concreta para ayudar a los jóvenes en la búsqueda de sentido.

¿Qué es el sentido de vida? El sentido de vida básicamente ha acompañado a la humanidad desde sus orígenes, ha generado distintos corpus, reflexiones filosóficas, teológicas, psicológicas. Quisiera presentar a ustedes algunas. Desde el punto de vista filosófico, el sentido se ha asociado normalmente con la búsqueda de la felicidad, con la realización y con el bien común, uno encuentra distintas tradiciones asociadas a estos temas. Desde la perspectiva teológica también se ha abordado el tema. Existen diversas aproximaciones no solo desde la perspectiva cristiana. Pero desde la perspectiva específicamente cristiana —que es uno de los fundamentos inspiradores de la praxis educativa de UNIMINUTO—, el amor a Dios y al prójimo es la experiencia que otorga sentido a la vida. También es el encuentro con la trascendencia, la esperanza de un futuro mejor.

Desde la perspectiva psicológica se nos recuerda que el sentido de vida no es algo que se inventa, sino que se va construyendo desde las diversas posibilidades que ofrece cada situación. Esto lo afirmó Frankl. Si vamos al pensamiento de San Juan Eudes, uno de nuestros inspiradores, el sentido de vida se encuentra intrínsecamente ligado al corazón de Jesús, es decir a la experiencia del amor de Dios, que nos invita a la caridad, la cual —en la lógica de los textos del Nuevo Testamento— se traduce en servicio a los otros (Jn 13,1-14; 1 Co 12).

Quiero hacer aquí un breve paréntesis frente a lo que estoy expresando y mencionarles por qué menciono justamente a Viktor Frankl y su perspectiva psicológica. En su obra *El hombre en busca de sentido*, Frankl narra su experiencia en los campos de concentración, particularmente en Auschwitz. Nos situamos en los años cuarenta del siglo XX, en la Segunda Guerra Mundial. De ascendencia judía, Frankl es llevado con su familia, a la cual perdió cuando llegó al campo. Él mismo cuenta que gran parte de su sentido de vida se centraba en ellos. En el campo de concentración empezó a cuestionarse profundamente, no desde su rol de psiquiatra, sino como un prisionero más. En esa experiencia, empezó a hacer un proceso de autorreflexión, que es lo que lo conduce a la creación de la logoterapia.

Frankl se dio cuenta de que, a pesar de las condiciones extremas de la Segunda Guerra Mundial, en el campo de concentración quienes mostraban mayor fortaleza para seguir viviendo eran aquellas personas que tenían un porqué para hacerlo. Cuando les preguntaba qué las motivaba, solían

responder: “mi familia me espera afuera”, “quiero terminar mi profesión”, “quiero regresar a mi hogar”. Frankl comprendió entonces que quienes tenían un motivo para vivir encontraban fuerzas para levantarse cada día y afrontar situaciones que, en otras circunstancias, serían insoportables: el frío, el hambre, la falta de sueño, los maltratos, las enfermedades, entre otras.

En ese mismo escenario aterrador, Frankl notó que las personas que dejaban de tener ese propósito —por ejemplo, alguien que sabía o que quería volver a ver a su familia, pero que había sido asesinada— inmediatamente entraban en un estado de depresión, incluso se lanzaban a la muerte. Eso fue muy significativo en el proceso. En últimas, lo que yo quiero expresar es que a) el ser humano necesita sentido para vivir; b) que el sentido está asociado a una razón y a un propósito para vivir; c) que los sentidos no son únicos, d) que los sentidos los vamos construyendo a lo largo de la vida y, e) para un joven es muy importante tener un sentido.

## Juventud y sentido de la vida

Por otro lado, quiero entrar en el segundo punto que es justamente la relación entre juventud y sentido de la vida. Quiero referirme a algunos desafíos que enfrentan nuestros jóvenes; desafíos que quizás nosotros hemos visto en distintas ocasiones: presión social, por el éxito, muchas veces superficial, ese éxito se reduce a tener plata, a tener cosas (un vehículo, por ejemplo), a tener un reconocimiento en redes. Todas estas son cosas que fácilmente se pueden perder o que son superficiales; y que también son fácilmente vulneradas.

En muchas ocasiones los jóvenes persiguen este tipo de “éxito” debido a la influencia de las redes sociales y la virtualidad. En este sentido, quiero hacer una reflexión: las redes endiosan aquello que realmente no constituyen referentes auténticos ni ofrecen relatos verdaderamente significativos para ellos. Como consecuencia, nuestra sociedad carece cada vez más de líderes genuinos. Con esta crítica no quiero decir que el mundo de las redes sea totalmente negativo o que el desarrollo de estas tecnologías deba ser rechazado. Se trata de herramientas muy valiosas, pero su uso debe ser discernido. Se entiende claramente el llamado que el papa Francisco ha hecho sobre la necesidad de buscar referentes profundos, sólidos y significativos para los jóvenes, para que quieran vivir y para que descubran que la vida auténtica está más allá de temas superficiales.

Así mismo, el tercer aspecto que afecta considerablemente a los jóvenes tiene que ver con el vacío existencial, que está asociado a la falta de propósito. No estoy afirmando que todos sufran de lo mismo. Todos, en algún momento de la vida, hemos sentido una sensación de vacío existencial con mayor o menor intensidad. No se trata necesariamente de depresión, sino más bien de una falta de propósito claro. Suele aparecer, por ejemplo, cuando estamos terminando el bachillerato, cursando una carrera universitaria o a mitad de ella, intentando comprender por qué elegimos cierto camino y no otro.

Cuando esto ocurre, resulta valiosa la orientación de personas o profesionales que ayuden a disipar la incertidumbre frente al futuro. Vivimos rodeados de noticias que refuerzan la sensación de desasosiego: crisis climática, conflictos bélicos, corrupción política, pérdida de referentes éticos, deterioro de las profesiones, precarización laboral y transformaciones constantes en el mundo del trabajo. Profesiones que antes eran altamente valoradas hoy parecen carecer de relevancia, y los nuevos modelos de contratación generan inestabilidad e inseguridad.

Todo ello despierta preguntas profundas: ¿para qué vivo? o ¿hacia dónde me dirijo? Por eso resulta tan importante reflexionar sobre la relación entre juventud y sentido de la vida.

Una posible respuesta se encuentra en la logoterapia, considerada la tercera escuela de la psicología humanista. Esta corriente, con un enfoque práctico y un sólido sustento teórico, busca acompañar a las personas en la búsqueda de su propósito vital. La logoterapia pone el acento en la voluntad de sentido, y reconoce que todo ser humano posee una motivación natural hacia la vida y una tendencia a mejorar, a buscar aquello que le otorga plenitud. Cuando esta búsqueda se interrumpe o se pierde, surgen el vacío existencial y las llamadas neurosis noógenas, es decir, aquellas derivadas de la falta de sentido.

Entonces, ¿qué hace la logoterapia? Ayudarnos a afrontar ese vacío existencial, en la medida en que aborda ese sentimiento de vacío y, a través de autorreflexión y de procesos de toma de conciencia de capacidades y valores, los jóvenes pueden descubrir tareas y proyectos que les permita sentirse realizados. La logoterapia también es una posibilidad para fomentar la responsabilidad de la toma de decisiones; subraya la importancia de un concepto clave en todo proceso educativo: la autonomía — normalmente hablamos de la libertad—. Según Frankl, la autonomía es como una moneda de dos caras: por un lado, está la libertad, para hacer lo que cada uno cree, en ejercicio de tu libre albedrío, pero, por el otro lado, está la responsabilidad para asumir las decisiones tomadas libremente. Este balance, esta conexión entre decisión libre y responsabilidad sobre las decisiones, es supremamente importante.

La responsabilidad está ligada a la toma de decisiones, porque como seres autónomos podemos decidir, elegir, optar. Esto lo vemos mucho en los jóvenes cuando están creciendo, los que somos padres, los que hemos trabajado en colegios, percibimos que los jóvenes quieren andar solos, pero cuando se les dice: “toma tu decisión”, se echan un poco hacia atrás, porque dicen... “¡Caramba! es mi decisión, yo me hago responsable de ella”.

La logoterapia también ofrece herramientas para encontrar sentido en el sufrimiento, por ejemplo, en una etapa de duelo, en una pérdida y por eso habla de *cosentidos*. Porque estamos expuestos al peligro de poner todas nuestras cartas en un solo propósito. Un ejemplo de cosentidos es aquello importante: la familia, el trabajo, los estudios, un ser trascendente. Debe haber un equilibrio entre ellos, porque en algún momento se puede perder, salvo el ser trascendente, cualquiera de estas realidades y la logoterapia ayuda a enfrentar eso.

Y, por último, quiero destacar la importancia de los valores. La logoterapia reconoce tres tipos de valores: valores de creación, que son aquellos en los que aportamos al mundo a través de nuestro trabajo; valores de acción, es decir, aquellos para lo que somos buenos (en el cristianismo podríamos hablar de vocación), aquello donde yo tengo actitudes, donde tengo habilidades, aquello que me hace ser reconocido y con lo cual, al ejercerlo, me hace sentirme útil e importante, aquello con lo cual puedo aportar al mundo, a los demás. Los valores de experiencia, que son los que recibimos del mundo a través de nuestros encuentros y vivencias, esos encuentros vitales, esa importancia de compartir en familia, de hacer parte de un equipo, construir en distintos escenarios en conjunto desde el arte, la literatura, la música, la ciencia... desde cualquier cosa que nos guste.

Finalmente, los valores de actitud, son muy importantes porque hacen referencia a la postura que adoptamos ante las situaciones que se nos presentan, especialmente aquellas que no podemos cambiar. Todos en cualquier momento de la vida nos enfrentamos a situaciones difíciles, pero no

todos los enfrentamos de la misma manera. Por ejemplo, las situaciones nuevas o las situaciones imprevistas nos desubican, nos producen miedo, y, frente al miedo, normalmente, se tienen tres actitudes: o ataco o corro o me bloqueo.

La logoterapia te dice hay una cuarta, comprender ¿cómo puedo comprender mejor lo que se me presenta? ¿cómo lo puedo enfrentar de manera positiva? Eso hace referencia a los valores de actitud ¿qué tan preparado estás para enfrentar aquellas situaciones que no controlas y que pueden llegar en cualquier momento de tu vida (como la pérdida de un familiar, de un trabajo que querías y donde estabas seguro? A los jóvenes es importante formarlos para esto y ese es el mensaje que quiero comunicar.

Por eso, entro, ahora, a un punto que me parece muy importante, es el papel de la esperanza en la vida de los jóvenes. Vuelvo a citar los dos primeros números de la Exhortación postsinodal *Christus vivit* del papa Francisco:

1. Vive Cristo, esperanza nuestra, y Él es la más hermosa juventud de este mundo. Todo lo que Él toca se vuelve joven, se hace nuevo, se llena de vida. Entonces, las primeras palabras que quiero dirigir a cada uno de los jóvenes cristianos son: ¡Él vive y te quiere vivo!
2. Él está en ti, Él está contigo y nunca se va. Por más que te alejes, allí está el Resucitado, llamándote y esperándote para volver a empezar. Cuando te sientas avejentado por la tristeza, los rencores, los miedos, las dudas o los fracasos, Él estará allí para devolverte la fuerza y la esperanza.

Desde la perspectiva de la psicología espiritual cristiana podemos destacar que la esperanza es una fuerza renovadora, cuando los jóvenes se sienten desanimados o han perdido su vigor interior, los que somos cristianos creemos que Jesús se presenta como aquel que puede devolverle la fuerza y la esperanza; es una fuerza renovadora porque, ante el sufrimiento, yo sé que puede haber un futuro mejor. Frank lo llama “optimismo trágico”, es la posibilidad de que frente a cada situación difícil siempre vendrá algo mejor, algo tenemos que aprender de eso que estamos viviendo; todo ocurre para bien. No se trata de una vana resignación, sino de una apertura a lo posible.

Por ende, la esperanza es una base frente a la incertidumbre. Hay una frase muy hermosa en el libro del profeta Jeremías:

Bendito el hombre que confía en el Señor, que pone en mí su esperanza. Será como un árbol plantado a la orilla de un río, que extiende sus raíces hacia la corriente y no teme cuando llegan los calores, pues su follaje está siempre frondoso. En tiempo de sequía no se inquieta, y nunca deja de dar fruto. (Jer 17,7-8)

Creo que esta frase bíblica ilustra muy bien lo que quiero decir, la esperanza —cuando yo no sé qué camino tomar— nos da la posibilidad de abrírnos a lo posible, nos da la fuerza para tomar decisiones, aunque no controlemos al cien por ciento lo que vendrá en el futuro... Al fin de cuentas la vida es eso: tomar decisiones. No se puede vivir sin decidir y las decisiones pueden bifurcarse, llevarnos por senderos insospechados.

La esperanza también es una invitación a la acción, esperar no es sentarse a ver qué pasa. Con frecuencia confundimos esperar con pasividad. Pero no es así, el que tiene esperanza (el que espera) colabora en la transformación, porque sabe que eso va a generar un mejor futuro. Entonces

descubrimos que hay una relación profunda entre esperanza, discernimiento, decisión y acción responsable. Por eso quise enfocar desde esta perspectiva mi reflexión sobre la necesidad de formar en el sentido de la esperanza, porque, al final, los jóvenes son esa fuerza viva que nos puede ayudar a construir un mundo mejor.

Considero que lo más hermoso que logramos los que somos educadores, los que trabajamos en las áreas sociales, los que trabajamos con jóvenes, los que somos padres, es ver cómo ellos quieren “tragarse el mundo” y nuestra tarea como adultos es mostrar referentes, acompañarlos, motivarlos, apoyarlos en la generación de capacidades, para que puedan. Allí es donde está esa fuerza vivificadora, en la línea que —con los jóvenes— trazaba el papa Francisco, que decía a los jóvenes:

Veo aquí a muchos jóvenes que han venido de todos los rincones del País: cachacos, costeños, paisas, vallunos, llaneros. Para mí siempre es motivo de gozo encontrarme con los jóvenes. En este día les digo: mantengan viva la alegría, es signo del corazón joven, del corazón que ha encontrado al Señor. Nadie se la podrá quitar (cf. Jn 16,22). No se la dejen robar, cuiden esa alegría que todo lo unifica en el saberse amados por el Señor. El fuego del amor de Jesucristo hace desbordante ese gozo, y es suficiente para incendiar el mundo entero. ¡Cómo no van a poder cambiar esta sociedad y lo que se propongan! ¡No le teman al futuro! ¡Atrévanse a soñar a lo grande! A ese sueño grande los quiero invitar hoy. (Papa Francisco, (2017). Discurso a los jóvenes. Visita a Colombia)

Ya estamos entrando a otro punto, que es importante en relación con la felicidad. Se trata de la trascendencia para los jóvenes, contrario a lo que muchos creemos, sobre todo cuando nos enfrentamos a una sociedad digámoslo abiertamente material y superficial. Pero la dimensión de la trascendencia no se ha perdido en los jóvenes ni en la humanidad. Quizá se ha adormecido y hay que crear las condiciones para despertarla, motivarla, orientarla y fortalecerla, por eso es fundamental lo que acabo de mencionar sobre el sentido de vida y la esperanza. El sentido de trascendencia es ese creer que la vida no es solo este momento material o que la vida no se reduce solamente a la adquisición de cosas, la acumulación de dinero, la provisión de fama, el acopio de poder, sino que es algo más, tiene un sentido distinto cuando se la alimenta con los valores a los que hemos aludido anteriormente. La trascendencia es una posible respuesta a las preguntas últimas los jóvenes, que, por naturaleza se preguntan y son inquietos e inconformes. La trascendencia y la apertura existente a ella ofrece ese marco para abordar estas preguntas hondas, profundas y últimas.

La trascendencia es una fuente de valores y principios. Tanto desde la filosofía como desde la teología y la psicología la conexión con una realidad trascendente es fundamental. Ya sea a través de la fe religiosa o de una profunda conciencia espiritual la dimensión de trascendencias y la apertura a ella proporciona a los jóvenes un sistema de creencias, de posibilidades. La trascendencia es una apertura al misterio y a la fe; en el análisis existencial, se reconoce que, para la búsqueda de ese sentido ontológico, es decir, en la búsqueda de aquello que somos, no solo cuerpo-materia, encontramos que la espiritualidad se hace imprescindible, la espiritualidad ayuda a que tengamos armonía con las cosas y la fe permite vislumbrar un sentido último.

Desde la perspectiva cristiana, la trascendencia aparece como un llamado a la entrega y al servicio. Se trata de salir de sí mismo, ir más allá del propio yo, de los propios intereses y disponerse a entrar en relación con los demás. Desde este punto de vista la trascendencia nos hace parte de algo, de un propósito mayor, para mejorar el mundo, para trabajar en aquello que pueda ayudar a otros.

Con este marco quiero mencionar algunos riesgos actuales para los jóvenes en el encuentro de su sentido de vida. Algunos de esos riesgos son el culto a la juventud y el desprecio por la experiencia. Es importante la juventud y su potencial transformador, pero igualmente importante es la experiencia, la sabiduría de los más viejos. Es necesario favorecer el encuentro intergeneracional y ayudar a los jóvenes a no despreciar a los adultos mayores, a los que ya, por su recorrido existencial, cuentan con un caudal considerable de experiencia, de aprendizajes y de sabiduría. Una sociedad se empobrece cuando las nuevas generaciones dejan de escuchar a los más adultos, a los que ya han transitado un buen trecho de la vida y les pueden aportar aprendizajes, perspectivas, una visión amplia y profunda y unos puntos de vista no deleznable. Desde esta perspectiva, el papa Francisco advierte que el culto a la juventud o una actitud juvenil que desprecia a los demás por sus años o porque los perciben “fuera de época” es peligrosa.

Un segundo riesgo que enfrentan los jóvenes en la búsqueda y construcción de sentido de vida es el de las ideologías y la manipulación. Las ideologías no son exclusivas del siglo XX; han existido siempre como visiones parciales de la realidad que intentan imponerse como verdades absolutas. No obstante, se suele asociar su estudio a ese siglo debido a las reflexiones desarrolladas — particularmente desde las ciencias sociales y humanas— a mediados del siglo pasado. Pensemos, por ejemplo, en Hannah Arendt y otros pensadores que analizaron críticamente estos fenómenos.

En la actualidad, las redes sociales y la forma en que los jóvenes interactúan con ellas potencian nuevos riesgos. La inmediatez, la superficialidad, la desinformación y la falta de reflexión crítica se convierten en un caldo de cultivo que facilita la difusión de ideologías y la manipulación emocional y cognitiva de los más jóvenes, quienes pueden ser influenciados con gran rapidez por discursos simplificados o polarizantes.

No es raro que un joven llegue con una noticia que no ha comprobado y la toma como cierta o verdadera. A esto contribuye el uso acrítico e indiscriminado de la IA generativa. Por eso la importancia de formar en actitud crítica, en trascendencia, con sentido, vida y esperanza.

Otro riesgo es la falta de escucha y acompañamiento. Los que somos padres, los que trabajamos con jóvenes, percibimos que, con frecuencia, ellos quieren estar solos, quieren autonomía, quieren hacer su vida. Es necesario encontrar un sano equilibrio de parte y parte; hay que dejar que vivan sus propias experiencias, pero esto no significa abandonarlos ni olvidar la responsabilidad de un adecuado y oportuno acompañamiento. En el fondo, ellos también están esperando que los adultos les digamos algo, que les ayudemos, incluso a discernir, que les mostremos posibilidades, generemos encuentros donde discutamos sobre elementos trascendentales, de la vida, de la profesión, de la vocación, de las cosas que hacemos. Pero es un trabajo en doble vía que requiere confianza y disposición de parte y parte.

En este sentido, debemos entender que el énfasis excesivo en la doctrina y la moral sin una experiencia viva de la fe es un riesgo en el que podemos caer todos, no solo en el ámbito de la fe cristiana, pues puede darse en otras religiones o en ambientes religiosos. En lo relativo a ambientes específicamente religiosos es importante examinar la perspectiva moral y el contenido de las doctrinas a fin de no caer en una burda instrumentalización.

Otro aspecto al que quiero referirme es la falta de espacios de acogida y de pertenencia. Hoy, muchos jóvenes experimentan una profunda sensación de orfandad, de soledad, de abandono.

Necesitan comunidades que les ofrezcan espacios seguros, caminos cercanos, virtuosos, agradables, de esperanza, de construcción positiva, que expresen sus valores de creación, en palabras sencillas. Es normal que en una familia —papá, mamá, tíos y hermanos mayores— trabajen, por lo que los jóvenes se están quedando solos, a merced de lo que encuentran en los lugares que frecuentan: un colegio, un vecindario. Salen del colegio, a veces llegan solos a la casa o con sus amigos o con cualquier otro tipo de grupo, pero necesitan un acompañamiento. Qué bueno que las instituciones nos diéramos cuenta de eso, buscáramos más espacios donde se pueda compartir, donde podamos tener experiencias vibrantes, como las llamamos en UNIMINUTO.

Quisiera cerrar mi intervención con un tema de gran relevancia: la cultura del descarte y la falta de oportunidades. Nuestra sociedad tiende a descartar a las personas —en especial a muchos jóvenes— por diversas razones: por su falta de experiencia, por su rebeldía o simplemente por no ajustarse a ciertos estándares. Sin embargo, el problema va más allá. Nos hemos acostumbrado a una cultura de lo efímero, de lo superficial, de aquello que se usa una sola vez y se desecha.

El filósofo surcoreano Byung-Chul Han ha reflexionado ampliamente sobre este fenómeno. En su pensamiento, subraya la necesidad de recuperar valores duraderos, elementos que trascienden lo inmediato y no sean perecederos. Para ilustrarlo, propone un ejemplo relacionado con la fotografía. Antes, tomar una foto era casi un ritual: se disponía de una sola oportunidad para captar el momento, había que cuidar el rollo, revelarlo en un laboratorio y, finalmente, guardar la fotografía física en un álbum como un tesoro.

Hoy, en cambio, asistimos a un evento y todos sacamos el celular para grabar o tomar fotos, pero rara vez vivimos plenamente la experiencia. Muchas veces ni siquiera volvemos a mirar esas imágenes. La inmediatez ha reemplazado la profundidad, y lo efímero ha sustituido lo significativo.

Mi mamá tiene fotos más de pequeño, las cuida y las guarda. Para ella es importantísimo; yo puedo tener quince fotos en mi teléfono que nunca veo y sobre las que ya no entiendo la importancia del momento en que fueron tomadas, ese es un ejemplo. Cierro con una propuesta y es ¿cómo podemos hacer para ayudar a los jóvenes para superar estos riesgos? Es decir, para formar en la esperanza, para formar en la trascendencia y, en últimas, para construir un sentido con propósito, una vida significativa o un sentido de vida.

Cuando hablo de sentido, hablo de la triada sentido, propósito y plan de vida. El sentido es aquello trascendental, aquello último final, el propósito es algo temporal o específico. Por ejemplo, tengo un propósito profesional o tengo un propósito de familia y el plan de vida es en concreto dentro de lo profesional, quiero ser ingeniero y tener un doctorado, y allí termina ese propósito, después vendrá otro: quiero desarrollar aplicaciones de ingeniería, etc. Entonces lo pienso a nivel integral, formación integral, una ruta para promover activamente el sentido de vida y la esperanza de los jóvenes. Es justamente el concepto de formación integral el que cobra gran importancia.

Si nosotros no trascendemos la idea cada vez más metida en la sociedad de que necesitamos desarrollar solo competencias técnicas, de que la inteligencia artificial nos va reemplazar, de que ciertas tecnologías y no entenderemos que somos seres complejos integrales, que estamos constituidos por diversas dimensiones (mental, emocional, espiritual, social y física) y que la educación tiene que ver con todas ellas y con la manera como ellas se integran, se cruzan y dialogan formando un todo vivo y consciente.

Si esto no lo hacemos en nuestras instituciones se generará un vacío formativo que terminará impactando en los estudiantes, en la percepción búsqueda de sentido y en su relación con la esperanza. Entonces, ¿qué significa esa formación integral o qué implica cultivar en nuestras instituciones? La esperanza y la alegría. Es importante insistir en que los jóvenes no se dejen robar la esperanza, en palabras del papa Francisco. Por lo tanto, la sociedad y sus instituciones deben ser ante todo capaces de encontrar ese potencial que tienen los jóvenes y se les debe alentar a soñar, a no conformarse con una vida superficial, a valorar la experiencia de los mayores, a descubrir la riqueza de la vida, de la historia, con el propósito de que puedan aprovecharlas para sus propias decisiones.

Es necesario fomentar relaciones profundas y evitar la superficialidad; los jóvenes deben ser animados a cultivar relaciones profundas y a no vivir distraídos, orientados hacia las cosas insustanciales de la vida. Esto les ayudará a preparar un futuro rico en oportunidades para generar relaciones auténticas.

Es fundamental ayudar a los jóvenes a desarrollar la autoconciencia del autodescubrimiento. Recordemos que la juventud es un periodo marcado por la búsqueda de identidad. Por ello, los jóvenes deben ser impulsados a dedicar tiempo para observarse, conocerse, entenderse, descubrir y potenciar sus capacidades, promover la fijación de metas y proyectos de vida, y ayudarles a que las logren y no las abandonen. Que no nos pase como las promesas que nos hacemos en diciembre al cerrar el año: en enero, febrero y marzo están los gimnasios llenos, los institutos de inglés llenos, pero en abril ya están abandonados. Es importante integrar la dimensión espiritual, entendida como la capacidad de conectarse con la trascendencia y con un propósito superior. Asimismo, es necesario fomentar el valor del servicio, compromiso social y la creación orientada al bien común. Es necesario que la propuesta educativa permita propiciar la pregunta: ¿qué puedo hacer yo por los demás?

Cuando era joven, la orientación vocacional era muy importante en las instituciones educativas. Hoy en día esto se ha acabado, pero es supremamente importante porque la juventud requiere acompañamiento para que pueda darle un rumbo a su vida.

Por último, quiero dejar esta idea: el sentido de la vida no es algo que se inventa sino que se descubre a través de la conexión con los otros, con el compromiso con metas significativas, con la apertura a la trascendencia y la aceptación del sufrimiento como parte de la existencia humana.

Es fundamental tender puentes entre la sabiduría de los mayores y la energía de los jóvenes, ofrecer herramientas para discernir en un mundo complejo lleno de estímulos superficiales e identificar referentes, modelos de una vida plena y significativa, que inviten a los jóvenes a levantarse, a no tener miedo, a arriesgar y a entregar lo mejor de sí mismos, para la construcción de un mundo más justo, fraterno y en paz.

## Referencias

- Arendt, H. (2009). *La condición humana*. España Paidós.
- Frankl, V. (ed 2022). *El hombre en busca del sentido último. El análisis existencial y la conciencia espiritual del ser humano*. Paidós.
- Han, B. (2013). *La sociedad del cansancio* (Trad. A. Saratxaga Arregi y A. Ciria). Editorial Herder.

## PERSONAS FELICES EN LA EDUCACIÓN SUPERIOR

Dra. Adriana Galeano<sup>16</sup>



- Totalidad
- Personas de todas partes
- Autonomía y gobierno propio
- Artes liberales — Grecia clásica: filosofía, formación de gobernantes.
- Para poder pensar, estar libre de los oficios mundanos.

*Nota.* Imagen tomada de la presentación de la Dra. Adriana Galeano

Pareciera que el tema de la esperanza y de la felicidad ha sido un asunto de poco interés para el mundo académico universitario o, por lo menos, no es un tema central. Actualmente, se han ido incrementando los índices de suicidio en adolescentes y jóvenes. Este fenómeno es interesante y debe ser objeto de estudio. Tendríamos que preguntarnos qué es lo que estamos haciendo como sociedad

.....  
<sup>16</sup> La doctora Galeano actualmente dirige Crisálida, un centro de procesos de psicoterapia alternativa holística sistémica y de investigación para la acción. Es miembro del grupo de investigación Estudios de Contextos y Realidades Sociales de la UniMonserate, docente de la cátedra de la Maestría en Psicología Clínica y de la Familia de la Universidad de Santo Tomás, y tutora de investigación del Doctorado en Pensamiento Complejo de la Universidad Multiversidad de Edgar Morín de México.

frente a la forma en la que nos enunciamos en este mundo y la forma en la que nos posicionamos, cuáles son nuestros horizontes, hacia dónde vamos caminando y cuál es nuestro horizonte de sentido y nuestro sentido de felicidad.

Nos convoca este espacio académico con el tema de la felicidad y la esperanza en el ámbito de la educación superior. Al enunciarse de una forma distinta, quiero dejar a ustedes una pregunta: ¿en esos contextos en los que ustedes se desenvuelven, en qué momentos se sienten felices? Entre utopías y distopías, vale la pena distinguir entre la felicidad en la universidad y la felicidad en la academia. A medida que las universidades evolucionan, también cambian los sentidos y propósitos del conocimiento. Pensar en la felicidad universitaria implica preguntarnos qué tipo de saber cultivamos, con qué propósito y al servicio de quién. Al rastrear la evolución del tema de la felicidad se constata que no aparece, al menos de forma explícita, en las universidades de la Edad Media y del Renacimiento. Las universidades medievales se centraron en tres áreas clave: Teología, Derecho y Medicina, y su gran preocupación era construir conocimiento. Ya en el Renacimiento las universidades se centraban en la lectio (lectura de textos clásicos), la disputatio (discusión y debate) y la determinatio (toma de decisiones o conclusiones). El objetivo era revivir y actualizar el conocimiento antiguo, fomentar el pensamiento crítico y promover la formación de intelectuales capaces de analizar y resolver problemas. Pero no eran instituciones pensadas desde el punto de vista ni de la inclusión ni de la felicidad.

La importancia de las artes liberales, especialmente la filosofía como madre de todas las ciencias, nos convoca a plantear cuestiones relativas al conocimiento, ¿Cómo se construye ese conocimiento? ¿Cómo se llega a él? En ese sentido hay un aspecto importante: el ejercicio del pensar debería estar dentro del currículo constituido por las artes liberales, retórica, gramática, dialéctica, filosofía, matemática, etc., en términos no de un proceso acumulativo de memoria, sino en un proceso reflexivo, en un proceso creativo que permitiera que hubiese espacio para pensar y repensar los elementos teóricos provenientes de estas artes liberales.

En el currículo, en el planteamiento general de estas universidades se establece que, para poder pensar, el sujeto debe estar liberado de los oficios mundanos. Hoy, esta pretensión sería bastante difícil de realizar. Se trata, pues, de situarnos en lo propio, lo característico de cada época, sociedad y cultura.

Abordemos un primer elemento: la relación entre el conocimiento y la felicidad: ¿qué vínculo tienen ambos en la universidad? ¿De qué forma vamos construyendo un conocimiento que nos haga libres y críticos? También es necesario preguntarnos por los sentidos de felicidad, que se han transformado a lo largo de la historia de la humanidad, especialmente en contextos bélicos, por precariedades sociales y limitaciones en la salud. Posteriormente, con el avance de la industrialización, se agudizaron otras formas de precariedad, particularmente en términos de las condiciones y garantías laborales de los trabajadores.

En el siglo XIX apareció y se desarrolló un debate sobre si la universidad debe funcionar más en perspectiva de profesionalización o de investigación. De hecho, la universidad en América Latina ha insistido más en lo primero y descuidado lo segundo. Sin embargo, todavía no se toca explícitamente lo que tiene que ver con la formación humanista, con la formación del ser humano, con una visión integral de este. No se ve la universidad como ese espacio vital relacionado con la felicidad, el

encuentro con los demás. Con lo dicho anteriormente, podemos ver que el tema de la felicidad está profundamente ligado con el tipo de sociedad, con la manera de entender la educación y con la evolución misma de la institución universitaria.

Pero, además, hay que tener en cuenta que el modelo tradicional educativo no ha dado espacio para que la felicidad esté allí como un tema transversal clave en la formación del ser humano. Lo que encontramos es un modelo de universidad imperial impuesta por Napoleón, en donde se establece que el Estado es quien toma la bandera del currículo en las universidades y es él quien va a decidir qué es lo que se debe estudiar, cuál es el contenido del currículo, cómo se educa y de qué forma se va a hacer. Este modelo buscaba garantizar que los ciudadanos tuviesen una misma formación, un mismo criterio moral y que su formación fuera útil a la sociedad.

Posteriormente, este modelo se implementó en la universidad Humboltiana, en donde se comenzó a ver una articulación entre educación e investigación, pues, anteriormente, la docencia y la investigación iba en corrientes distintas. Ahora ya se comienza a exigir que el docente entre también a investigar, que se inmerse en la investigación y que esta articulación permee el proceso formativo de sus estudiantes. Es, por tanto, hasta la mitad del siglo XIX, en donde vamos a entrar a revisar que la vida académica se convierte en una fuerte dimensión que hace parte del proyecto de vida del docente.

Ahora bien, la vocación académica nos plantea interrogantes fundamentales: ¿cuál es la fuerza que nos anima a perseverar en el ámbito educativo superior y qué nos impulsa a construir nuestra trayectoria profesional en él? Resulta paradójico que, si bien los documentos fundacionales de muchas universidades (misión, visión, currículos y PEP) proclaman la importancia del pensamiento crítico, una corriente universitaria genuinamente liberal que lo fortalezca no logra consolidarse. Esto sugiere que la promoción y el cultivo del pensamiento crítico en el contexto universitario es una tarea continua que demanda nuestro compromiso y trabajo constante.

Resulta inquietante observar que, al mismo ritmo del avance tecnológico, pareciera crecer nuestra dependencia intelectual respecto de los artefactos tecnológicos. Entregamos fácilmente a plataformas como Google la tarea de pensar y reflexionar, definiendo qué considerar y cómo abordarlo. Con ello, se debilita el proceso individual de construcción de un pensamiento crítico, un aspecto que debería promoverse constantemente en la educación. Sin embargo, la presión por cumplir un currículo y la aplicación de evaluaciones estandarizadas dificultan este desarrollo, al no considerar la multiplicidad de estilos de aprendizaje y, en ocasiones, las propias metodologías de enseñanza de los profesores. Es evidente la compleja ambigüedad a la que nos enfrentamos, originada en un sistema que prescribe el contenido y la forma de impartir la educación. Aunque se mencione la libertad de cátedra, diversos factores obstaculizan la plena realización de una verdadera autonomía docente en el ámbito universitario.

Por lo tanto, un aspecto primordial en la construcción de un camino hacia la felicidad, considerando tanto la vocación como el desarrollo conjunto con nuestros estudiantes y la comunidad académica, se ve comprometido por la crisis universitaria derivada de la industrialización. Este proceso prioriza las demandas sociales de profesionales operativos, técnicos y útiles, mientras relega, en muchos casos, la formación integral de las personas. Las problemáticas y desafíos que ha experimentado la ciencia,

como su instrumentalización antiética en conflictos bélicos, oscurecen aún más las perspectivas de alcanzar horizontes de felicidad.

Seguidamente, ustedes dirán: ¿y el asunto es de personas felices en la universidad? Hasta el momento, lo que hemos leído han sido dificultades y desafíos que se han venido presentando en términos de cómo se concibe el sistema educativo, cómo ha evolucionado el desarrollo de las universidades y cómo el panorama ha representado un desafío muy complicado para hablar de un escenario de construcción de la felicidad o de un espacio de felicidad en el ámbito académico.

Por lo anterior, aquí quiero hacer una distinción entre lo que implica un contexto universitario versus lo que implica hacer academia, porque no es lo mismo. Vamos a encontrar las primeras distopías, heredadas por supuesto de todo este modelo, que nos dificultan este espacio de desarrollo personal, de desarrollo humano, de trascendencia en términos de esa satisfacción personal y qué hace sentir a las personas parte de una comunidad educativa, en un contexto universitario que genera una dificultad para sentirse felices.

Entonces, si vamos a discernir sobre la felicidad en el ámbito universitario, debemos discutir sobre aquello que la trastoca y dificulta. Lo primero: el docente no solo debe ser un agente de conocimiento, sino también un agente administrativo. Esto va quemando su vocación y ha sido una de las dificultades que más hemos venido encontrando en la forma en que, en Colombia, ha ido evolucionando el modelo de las universidades, el modelo de “educación superior”. Un modelo que está centrado en indicadores, que distan mucho de la calidad y que se acercan más a cuánto mostramos y qué es lo que mostramos, pero muy poco en el cómo de los procesos que están involucrados en la relación de la enseñanza y el aprendizaje dentro y fuera del aula, en el contexto universitario, esto es, en la forma de entender, de vivir y de hacer la academia.

En segundo lugar, vamos encontrando elementos que se vuelven obstáculos, que nos van alejando de este sentido de felicidad, y que vale la pena plantearlos acá, porque creo que sí es importante que nosotros reflexionemos sobre aquello que muchas veces agota y consume la vocación del docente. Pero ¿por qué pongo al docente acá como figura principal? Porque un docente agotado, un docente quemado, seguramente no va a ser un docente que pueda establecer una relación humana, colaborativa y armoniosa con sus estudiantes, respecto al contenido y a los procesos educativos. Cuando se agota la vocación del docente, también se agotan los procesos que vive en su cotidianidad dentro del aula. Ahí lo que vamos viendo es cómo estos elementos se convierten en dificultades para poder construir un contexto de felicidad en el ámbito del contexto universitario, en esos intentos por hacer academia.

En tercer lugar, justamente a partir de toda esta crisis económica que hemos tenido y a partir también de la crisis vocacional, hay una crisis vocacional<sup>17</sup> y una crisis de sentido en la vida que no permite que nuestros jóvenes puedan verse a futuro o visualizarse a futuro dentro de un plan, dentro de un proyecto de vida. Sus visualizaciones tienden a ser más a corto plazo: lo que yo quiero hacer apenas salga del colegio. Se carece de proyección a mediano y largo plazo.

.....  
17 Insisto en la dimensión vocacional porque con frecuencia no se toma en serio. Es tan importante volver a centrarnos en la relevancia que tiene formar desde el proyecto de vida y para seguir construyendo un proyecto de vida. Esa es una apuesta muy interesante que se desarrolla desde algunas universidades y desde algunos colegios, pero que hay que seguirle dando una fuerza importante.

Vamos viendo que hay una pérdida de sentido de la vida y, con ello, un debilitamiento de la vocación, a partir de tantas crisis contemporáneas. En este contexto, resulta llamativo un artículo sobre las llamadas “universidades instagrameables”, una cosa totalmente lamentable, y es que estos indicadores que evalúan la infraestructura no solamente hacen parte de los elementos de registros calificados, sino que ya se vuelven un requisito para atraer al público joven y que se interese por entrar y por quedarse. En dicho artículo, se plantea la crítica a las universidades que se han centrado particularmente en utilizar sus recursos para crear espacios cómodos destinados al tiempo libre de los jóvenes. Pero yo me pregunto: ¿dónde va a quedar, a dónde va a ir todo el presupuesto que va a permitir que se desarrolle la investigación como se debe desarrollar? ¿O que permita que el docente realmente se pueda dedicar a la academia, a coconstruir conocimiento con sus colegas y con los estudiantes, a seguir aprendiendo?

En no pocos casos, pareciera ser que lo importante es el aparato tecnológico, la infraestructura con sillas cómodas en el piso, que haya espacios. Claro, no estoy sentenciando el ocio; a lo que me estoy refiriendo es al orden de prioridades que se está dando en las universidades, respecto a lo que se está comprendiendo como calidad de la educación: ¿dónde está esa calidad?, ¿Qué se entiende por calidad de la educación? La *universidad instagrameable* supone un símil muy lamentable: el de una universidad con un centro comercial, en donde se puede comprar el café o la hamburguesa, donde se puede sentar el estudiante a tomarse fotos.

Cada vez más pareciera que el aparato educativo se está alejando de los verdaderos sentidos sobre los cuales nosotros nos hicimos docentes y muchos de nuestros estudiantes están allí. Pareciera que se aleja de los sentidos de la educación, del sentido humano, de un sentido trascendental y, si se me permite, espiritual.

En la construcción de espiritualidad me refiero también a cómo es que en nuestros espacios académicos, con nuestros estudiantes y con nuestros colegas, nosotros nos permitimos tener espacios de cuidado, trascendencia, de conocimiento y contacto con el otro; espacios para reflexionar sobre la vida, preguntarnos por el sentido que tiene el conocimiento en la vida. Eso es un poco lo que pareciera que desplaza todo este nuevo modelo educativo de educación.

Otro tema clave se refiere a la investigación. ¿Qué pasa con la investigación? Con la convocatoria de Minciencias —lo planteo aquí a propósito del tema de la Felicidad, a propósito de lo que implica tener personas felices en un contexto educativo—. Se requiere un replanteamiento. Creo que vale la pena revisar cómo estamos comprendiendo los procesos de investigación, cómo estamos comprendiendo estos indicadores que llevan a una presión totalmente absurda y desgastante de un docente investigador, que pareciera ser que no vale nada si no tiene un artículo “en revista top”, si no tiene un “producto top”, como lo han denominado. Aunque se ha dado espacio a otras esferas, por ejemplo, de creación artística y cultural, los indicadores de medición terminan siendo totalmente absurdos para todo aquello que hace el docente en su aula.

Por ejemplo, desde lo creativo, todo aquello que hace el docente cuando realiza una salida pedagógica con sus estudiantes, van a una comunidad, viven la experiencia, eso parece que no vale, eso parece que queda desplazado por estos otros productos que consumen totalmente la vocación del docente.

Además, hago un llamado sobre qué pasa con la investigación cuando investigar se vuelve algo obligatorio. Lastimosamente, este es un modelo que se establece desde la forma en la que Minciencias ha construido y pensado, y la forma como el Ministerio de Educación evalúa las universidades. Si ustedes se dan cuenta, es un círculo vicioso en donde hay una exigencia, una burocracia y una exigencia que genera estas nuevas prácticas de desgaste vocacional del docente y, finalmente, se hace necesario repartir tareas entre todos. Así, al docente que hace investigación, también le toca hacer proyección social y también le toca hacer documentos de reflexión de autoevaluación, documentos que quedan en los sistemas y que no se aterrizan en la realidad de la vida educativa, de la vida académica cotidiana con nuestros estudiantes e incluso con los padres y con los compañeros.

Todo lo anterior nos va alejando de lo fundamental y se va desgastando la vocación del docente. Vale la pena preguntarnos si en esa medida podemos tener personas felices en las universidades, porque el ir construyendo esa felicidad tiene que ver con la posibilidad de libertad para pensar y para tener encuentros de cuidado. Debemos preguntarnos si estas presiones, estos indicadores y estas dinámicas burocráticas permiten justamente encuentros de cuidado con el otro. Hoy, tenemos menos tiempo para debatir y más tiempo para recoger evidencias.

Otro tema que requiere atención es el de la salud mental, actualmente en crisis en todos los ámbitos, incluido el de la educación. Aun hoy es muy difícil que estos temas entren con naturalidad en la vida cotidiana académica, que debe ser espacio y experiencia de construcción de conocimiento, de intercambio relacional, de debate, de reflexión, de trascendencia, donde nos construimos integral y recíprocamente.

Sin embargo, esta comprensión de la academia se va perdiendo: hay menos tiempo para pensar, pero más tiempo para registrar. Esta situación se relaciona con las exigencias administrativas que agotan la vocación docente e impiden desarrollar estilos de docencia que deseáramos, así como actividades que le den vida y sentido a la experiencia universitaria.

Lo que se percibe es un desplazamiento: menos tiempo para la academia, más tiempo para la burocracia. Y ese desequilibrio nos aleja de la posibilidad de vivir la felicidad dentro del contexto educativo. Pareciera que el modelo actual no se sostiene sobre los principios de una educación liberadora, humana y social, sino sobre las lógicas del marketing y la gestión administrativa.

Nos encontramos vendiendo un modelo educativo como si estuviéramos vendiendo productos por TikTok. La educación ha pasado a ser un producto y el *marketing* su herramienta. Estas dinámicas se evidencian en diferentes escenarios de diferentes universidades cuando hacen su marketing, y me pregunto si una universidad se vende en estos términos, ¿qué pasa con los sentidos que estamos promoviendo en nuestros nuevos jóvenes, en nuestros futuros estudiantes y profesionales, en términos de lo que implica construir vocación, hacerse desde la vocación, desde lo que implica formarse integralmente?

Lo que planteo supone una utopía. Se trata de pensar cómo recoger todo este embrollo y limpiar los rezagos que ha dejado el modelo educativo tradicional, pero también a lo que nos hemos tenido que exponer como docentes y también desde la comunidad educativa en general.

Me refiero a una utopía en el sentido que propone Eduardo Galeano: ese horizonte que, en la medida en que se va caminando, se va acercando, vamos construyendo sentido en la medida en la que vamos caminando.

Entonces, la pregunta es: ¿cómo caminamos? ¿Desde dónde lo hacemos? ¿Desde los resabios de un modelo distópico que aún nos marca o desde qué enfoque lo vamos planteando y lo vamos construyendo?

La felicidad se expresa en la libertad de pensar, de aprender, de enseñar y cómo enseñar aquello que mueve el mundo interior del docente para descubrir el mundo exterior. Yo me he centrado sobre todo en la persona del docente, porque “un docente puede ser un tutor de resiliencia para un joven, para un niño” (Boris Cyrulnik, 2019). Por eso, me centré en la figura del docente, porque es una figura fundamental, él es quien mueve y le da vida a la cotidianidad del mundo académico, es aquel en quien el estudiante puede encontrar una relación colaborativa, humana y es una figura en la que el estudiante puede encontrar un ejemplo a seguir. Yo me hice docente por la calidad de docentes que yo tenía, mi vocación como docente se fue formando por los docentes que yo tuve la oportunidad y la fortuna de tener en mi formación académica de pregrado, de posgrado y en otros espacios también académicos de intercambio.

Qué bonito es cuando los estudiantes se acercan y recuerdan a un docente con cariño, no solo por el contenido, sino también por la humanidad que se vive en el aula, por el ambiente educativo donde hubo espacios para pensar y para pensarse, no por el contenido solamente. Claro, hay docentes recordados por los estudiantes por su solvencia disciplinar y por su vasto conocimiento; son aquellos de quienes se dice: “Esta persona es una enciclopedia, sabe mucho”. Pero el verdadero recuerdo afectuoso no se debe únicamente a eso, sino a cómo transmitieron ese saber: con humanidad, no con arrogancia; con cercanía, calidad y calidez en la relación con los estudiantes; con generosidad y humildad.

Aquí radica el sentido de crear escenarios para la felicidad: escenarios donde hay una relación horizontal, una relación colaborativa, donde el docente también se permite aprender de sus estudiantes. Allí encontramos un espacio de cuidado, un espacio seguro para la enseñanza y para aprender.

Ne refiero a un espacio donde se construye pensamiento crítico, argumentado y sustentado, pensamiento político estructurado. Hay que recordar que la ciencia y la práctica educativa tienen también una dimensión política. Todo lo que hacemos es político, porque nuestros actos nos definen como personas en la forma en la que nosotros establecemos la relación con los otros, es en donde establecemos jerarquías. Por eso es por lo que todo acto y toda relación termina siendo política. En ese sentido, es tan importante que ese espacio seguro para enseñar y para aprender sea seguro para dialogar, donde haya libertad de pensamiento y debate.

Desde allí, otros espacios otros espacios surgirán y nos van a llenar de una sensibilidad especial, como se planteaba en los principios de la universidad liberal: la sensibilidad por el mundo social, el sentido social crítico y reflexivo. Por todo lo anterior es necesario preguntarnos cómo nosotros promovemos la empatía y la solidaridad en los escenarios de diálogo; cómo favorecemos esos escenarios en los cuales, al plantear alguna temática, algún tema o alguna teoría, nos ininteresan por contextualizarlos y situarlos en el mundo de hoy, al mundo práctico, pero también a un mundo ético, en donde vamos construyendo estos escenarios en donde la educación va a tener sentido o no lo va a tener.

A lo mejor esto ya es un tema muy romántico de lo que implica comprender que la educación puede salvar el mundo, porque si las personas que se encuentran en un contexto de diálogo, en donde hay un conocimiento que se hace reflexivo y ético, se hace social y sensible al otro. Al hacerlo sensible,

en palabras de Foucault, “el conocimiento es poder”. Ya tendré un concepto y un discernimiento para hacer uso de dicho conocimiento. Entonces, la educación se convierte en un tema político, porque la manera como se usa ese conocimiento va a favorecer escenarios de esperanza o escenarios de desesperanza, escenarios de destrucción o de construcción.

En cuanto al uso de las leyes: las usamos para el bien o las usamos para mal del otro. Esto nos remite a una cuestión de trasfondo relacionada con los ideales de felicidad y de construcción de un mundo esperanzador, que, en últimas, tiene que pasar por esta reflexión, por ese pensamiento crítico y reflexivo, y por un lugar de enunciación ético que nos ponga a pensarnos en términos de cuál es la forma en la que nos estamos posicionando en el mundo: un conocimiento abierto, un conocimiento que también dé espacio a otros saberes. Es fundamental que estos escenarios de comunidad académica y de círculos académicos sean también espacios para el reconocimiento de otros saberes.

Hace un tiempo me encantó una charla en la que estuve en UNIMINUTO (en la Maestría en Comunicación, Desarrollo y Cambio Social), pues dentro de su modelo se pensaban los círculos de la palabra, que era parte de una estrategia. Había taitas representando algunas comunidades ancestrales, especialistas en otros saberes que venían; era otro escenario donde eran reconocidos como maestros, no solamente quienes estaban posicionados como docentes. Esto es importante, porque el espacio para otros saberes nos abre el mundo y nos abre la visión, nos genera una comprensión mucho más abierta en donde hay mayor libertad para escoger, para pensar y para expresar. Esto es fundamental: la libertad para aprender y para enseñar.

El espacio que damos al arte, a la literatura, a la música y al cine como mediadores educativos y promotores de la cultura y la creación nos permite descubrir el aporte de la dimensión estética como fuente de conocimiento. Recuerdo aquí las palabras del actor y director de teatro Fabio Rubiano, que, en alguna entrevista, decía que el teatro había hecho más por la salud mental de las personas que lo que hace el sistema de salud normal. Es verdad: el poderse sentar al frente de una obra de teatro que te atrapa, que te moviliza, que te hace reír, llorar y pensar, sobre su propia vida. Se trata de un ejercicio de sanación interesante e importante. No somos nada sin el arte, sin la literatura, sin esto que hace parte incluso desde la Grecia Antigua, de las artes liberales, la música, por ejemplo.

Precisamente desde allí se movilizan múltiples escenarios. De hecho, estudios en neuropsicología señalan que el aprendizaje significativo se potencia cuando existe un vínculo o una conexión emocional con el contenido. En estos casos, las redes neuronales responsables de procesos de asociación tienden a generar conexiones más amplias y duraderas. Este fenómeno no se limita al modelo pedagógico del aprendizaje significativo, sino que también se evidencia una activación y mayor ramificación de las redes neuronales durante la consolidación de nuevos conocimientos, favorecida, entre otros factores, por la mediación del arte como estímulo y recurso expresivo.

El arte sirve se presenta como un medio para desarrollar escenarios de debate, reflexión y diálogo, así como para fomentar la sensibilidad social y la conciencia del mundo interior. En la actualidad, la constante exposición a pantallas orienta nuestra atención en el mundo exterior, nos distrae cada vez más lo que sucede en nuestro interior. Esta dependencia de las pantallas nos aleja de la introspección y fomenta la necesidad permanente de conexión, muchas veces sustentada en el consumo de contenido, a menudo, banal. Frecuentemente, recurrimos a las pantallas como una vía de escape ante el estrés o el mal humor, buscando algo que nos haga reír. termina por reforzar

una desconexión más profunda con nuestro propio mundo interior, al mantenernos anclados a una realidad efímera y virtual.

En este sentido, resulta crucial cultivar continuamente en nuestros entornos la curiosidad por aprender, leer y desarrollarnos. Esta práctica enriquece nuestra construcción de significados. No podemos hablar de felicidad sin considerar cómo construimos estos sentidos y cómo estos se vinculan a un proyecto de vida. La importancia de trabajar constantemente en el proyecto de vida radica en que este nos arraiga a este mundo y nos impulsa a transformarlo, a humanizarlo.

De esta manera, la evaluación, la reflexión y el pensamiento en torno a nuestro proyecto de vida nos vinculan al mundo interior y exterior. En conclusión, la felicidad se encuentra en contextos académicos donde se vive la pasión por investigar, no por obligación burocrática, sino por la construcción y el fomento de una cultura investigativa intrínseca y apasionada.

Asimismo, la posibilidad de construir y cultivar continuamente la pasión por enseñar y aprender se logra en ambientes y relaciones de cuidado. Este es, en última instancia, un llamado al cuidado del docente, quien es el motor principal que facilita la relación con el estudiante y de este con la comunidad universitaria en general. Es también un llamado a construir, en esas relaciones de cuidado, escenarios en nuestra vida cotidiana que no estén saturados de trabajo. Es significativo observar que los docentes figuran entre los grupos con mayores índices de incapacidad en el sistema de salud, debido a problemas respiratorios y de voz, agotamiento, estrés y depresión.

Es fundamental tener en cuenta que existe un fuerte vínculo entre las enfermedades físicas y la manera en que lidiamos con el estrés y nuestro mundo psíquico. Por ello, hago un llamado especial en este espacio al cuidado del docente, para fomentar la construcción de escenarios académicos esperanzadores que avancen hacia la construcción de la felicidad.

## Referencias

- Cyrulnik, B. (2024). *Resiliencia: el dolor es inevitable, el sufrimiento es opcional* [Youtube]. [https://www.youtube.com/watch?v=\\_lugzPwpsyY](https://www.youtube.com/watch?v=_lugzPwpsyY)
- Galeano, E. (2003). *El libro de los abrazos*. Siglo XXI
- Ovejero j, y Martin J. (2001). La dialéctica saber/poder en Michel Foucault: Un instrumento de reflexión crítica sobre la escuela. *Aula Abierta* (77). <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=45498>

# LA FELICIDAD Y LA ESPERANZA EN LA CONSTRUCCIÓN DE SOCIEDADE SANAS

Dr. Alirio Raigozo C.<sup>18</sup>  
Centro de Pensamiento Rafael García Herreros



Nota. Google. (2025). Imagen generada por inteligencia artificial Gemini

.....  
18 Alirio Raigozo es Doctor en Educación por la Universidad Central de Nicaragua (Managua), Magister en Teología por el Instituto Católico de París (París), Magister en Paz, Desarrollo y Ciudadanía por la Corporación Universitaria Minuto de Dios-UNIMINUTO (Bogotá), Licenciado en Teología por la Pontificia Universidad Javeriana (Bogotá). Tiene experiencia en: - Acompañamiento de procesos académicos en Educación Superior, Acompañamiento de procesos investigativos en Educación Superior, Acompañamiento en procesos de Formación Humana y Formación religiosa, Acompañamiento en procesos de formación de adultos en perspectiva andragógica. Ha estado vinculado a UNIMINUTO desde el año 2012 hasta la fecha. Se ha desempeñado como: Decano de la Facultad de Ciencias Humanas y Sociales, Director del Centro Internacional de Investigación para el Desarrollo de la Educación (CIIDE), Director de Investigaciones de la Sede Principal de UNIMINUTO, Docente universitario (en el Instituto Bíblico Pastoral Latinoamericano, en el campo de la Antropología teológica y la Práctica pastoral Bíblica). Actualmente, es Director del Centro de Pensamiento Social Rafael García Herreros.

## Introducción general

La aspiración de construir sociedades sanas emerge como una respuesta urgente a los desafíos contemporáneos que amenazan el bienestar colectivo. La creciente desigualdad, la polarización social, la crisis ambiental y la incertidumbre económica generan un clima de malestar que socava la cohesión social y el desarrollo humano.

En este contexto, la búsqueda de sociedades sanas implica la promoción de un entorno donde los individuos puedan florecer, desarrollar su potencial y vivir con dignidad. La salud social no se limita a la ausencia de guerras, conflictos o enfermedades, sino que abarca la construcción de relaciones justas, el acceso equitativo a oportunidades y la promoción de valores como la solidaridad, la empatía y el respeto. La salud de las sociedades tiene que ver con la capacidad de trascender, de construir sentido, de fortalecer los diferentes niveles de religación, de desarrollar la dimensión estética.

En este proceso de construcción de sociedades sanas, la esperanza y la felicidad desempeñan un papel fundamental. La esperanza, entendida como la confianza de un futuro mejor, actúa como un motor que impulsa la acción colectiva y la resiliencia ante la adversidad. Una sociedad que cultiva la esperanza es capaz de superar obstáculos, generar soluciones innovadoras y construir un futuro más prometedor. Una persona que cultiva la esperanza es capaz de sobreponerse a las dificultades y superar el “modo queja” y pasar al “modo propositivo”: ¿qué puedo hacer?

Es claro que la esperanza y la felicidad ocupan un lugar importante en la vida de cada persona. Pero ellas (la esperanza y la felicidad) no se reducen a la mera satisfacción individual o a la apertura individual hacia lo posible, sino que implican el bienestar colectivo, la participación en la vida comunitaria y la búsqueda de un sentido de propósito compartido. Una sociedad que promueve la felicidad es capaz de generar un clima de confianza, colaboración y bienestar emocional que fortalece los lazos sociales y fomenta el desarrollo humano.

La esperanza y la felicidad no son solamente estados emocionales, sino fuerzas transformadoras que pueden moldear el destino de las sociedades. Su cultivo requiere un enfoque integral que abarque desde la promoción de políticas públicas justas y equitativas hasta el fomento de valores y prácticas que fortalezcan la cohesión social y el bienestar emocional. En este sentido, la construcción de sociedades sanas implica un compromiso colectivo con la creación de un futuro donde la esperanza y la felicidad sean accesibles para todos.

## La esperanza como constitutivo antropológico

El ser humano experimenta la esperanza como una especie de llama interior, algunas veces tenue, otras veces muy fuerte, pero generalmente persistente. El filósofo surcoreano Byung Chul Han en *La sociedad del cansancio* nos habla de ese tipo de sociedad enferma neuronalmente, en la que el ser humano superexpuesto e hiperexplotado (incluso por sí mismo) termina sucumbiendo y cayendo en la soledad, la angustia, el cansancio, la desesperanza, la depresión. Esto es síntoma de una sociedad enferma.

La ciencia de las religiones, la filosofía y la psicología nos han mostrado, desde ángulos diversos, que la esperanza se erige como un pilar fundamental de la existencia humana. No se trata de algo añadido, sino de algo constitutivo de “lo humano”. Sin esperanza la vida humana quedaría paralizada, imposibilitada, disminuida; el ser humano necesita creer en algo y creer que ese algo es posible,

alcanzable y realizable. Sin este creer en y creer que nunca diseñaría y desarrollaría proyectos. Por ello, la esperanza no es simplemente un anhelo vacío, sino una fuerza vital que moldea nuestras percepciones, que define nuestra relación con el tiempo (particularmente con eso que llamamos futuro) e impulsa nuestras acciones.

A lo largo de la historia, filósofos, psicólogos, teólogos y líderes religiosos han explorado la naturaleza y el significado de la esperanza y la búsqueda de la felicidad, revelando su intrincada conexión con la condición humana. La esperanza y el deseo de felicidad (aunque ese deseo revista formas distintas) hace parte de la manera humana de existir. Desde la perspectiva filosófica, la esperanza se entrelaza con la reflexión sobre el tiempo y la posibilidad. Los filósofos estoicos, por ejemplo, subrayaban la importancia de distinguir entre lo que está bajo nuestro control y lo que no, encontrando en la aceptación de lo inevitable y la búsqueda de la virtud una forma de esperanza.

Por su parte, el existencialismo resalta la dimensión dramática inherente a la libertad humana y su ejercicio, pero también reconoce la capacidad de proyectarse hacia el futuro y construir un sentido en medio de la incertidumbre. En este contexto, la esperanza se convierte en un acto de resistencia frente al absurdo: una afirmación de la voluntad de ser y del anhelo de otorgar a la vida un contenido y una dirección auténticos. La psicología, por su parte, ha abordado la esperanza desde una perspectiva más empírica y ha destacado su papel en el bienestar mental y en la resiliencia individual y colectiva —un concepto que, desde finales del siglo XX, ha adquirido especial relevancia—.

La teoría de la esperanza de C.R. Snyder, por ejemplo, define la Esperanza como la capacidad de establecer metas, encontrar caminos para alcanzarlas y mantener la motivación a pesar de los obstáculos. Estudios han abordado la relación entre los sentimientos asociados a la esperanza y la disminución del estrés, la satisfacción con la vida y una mejor salud física. La esperanza no es solo un sentimiento, sino una habilidad que se puede cultivar y fortalecer. El estudio crítico de las religiones ofrece perspectivas sobre la esperanza, desde el horizonte de la espiritualidad, es decir, arraigándola en la dimensión trascendente de la existencia humana. Según esta perspectiva, hay una conexión entre la apertura antropológica a la trascendencia, la esperanza y la felicidad.

Las religiones abrahámicas (judaísmo, cristianismo e islam), por ejemplo, comparten la creencia en un Dios que promete un futuro de salvación y restauración. La esperanza, en este contexto, se convierte en una virtud teologal, un don divino que permite confiar en las promesas de Dios incluso en medio del sufrimiento y la adversidad.

La teología católica, específicamente, destaca en la esperanza una de las tres virtudes teologales, junto con la fe y la caridad, lo que eleva su importancia para la vida cristiana. La esperanza cristiana es expectativa de un futuro mejor, pero, más aún, es confianza arraigada en la llamada de Dios a la plenitud del ser y en la resurrección de Jesucristo, que ofrece la promesa de la vida eterna. Es, también, confianza responsable en la presencia de Dios que acompaña la vida, en medio de las contradicciones de la autonomía humana. Sin embargo, la esperanza no está exenta de desafíos y ambigüedades, pues puede convertirse en una ilusión vacía o en una negación de la realidad que impide enfrentar con realismo y compromiso los problemas y buscar soluciones. Hay una especie de mal llamada “esperanza pasiva”, es decir, sentarnos a aguardar que las cosas sucedan. Esto suele llevar a la inacción y la resignación, lo que impide que el sujeto se responsabilice, actúe y busque el cambio. Además, no hay que perder de vista —como lo veremos más adelante— que la esperanza

puede ser manipulada y explotada por ideologías y sistemas de poder, que ofrecen promesas falsas para mantener el control y la dominación.

A pesar de estos desafíos, la esperanza sigue siendo una fuerza esencial para la vida humana. Nos permite enfrentar la incertidumbre y el sufrimiento, encontrar sentido en medio del caos y avanzar (construyendo) hacia un futuro mejor.

Necesitamos entender que la esperanza no es una negación de la realidad, sino una afirmación de la posibilidad de que dicha realidad puede ser diferente; en este sentido, la Esperanza se expresa como una apertura desde la situación en que se encuentra la persona (o comunidad) a lo que aún no es, pero que puede llegar a ser. En esta tensión dinámica y saludable entre el estado actual de cosas y lo-que-aún-no-es-pero-puede-ser, se enciende, en el ser humano, la creatividad, la solidaridad y la lucha por la justicia.

En última instancia, la esperanza es una dimensión constitutiva de la vida humana, una fuerza que nos impulsa a trascender los límites del presente y a proyectarnos hacia el futuro. Claro, la esperanza no es una garantía de éxito, pero es la condición necesaria para que la posibilidad pueda cobrar vida en la historia; es la fuerza que nos permite seguir adelante incluso cuando todo parece “oscuro”.

## La tiranía del discurso sobre la esperanza y la necesidad de discernimiento

La esperanza es, como lo hemos visto, una dimensión existencial y un dinamismo estructurante del caminar histórico del ser humano. Pero su excesiva afirmación es tan contraproducente como su radical negación. Ambas posturas son perjudiciales. La radical negación de la esperanza —y, de paso, de la felicidad— nos obliga a caer en la más profunda desesperanza y, en últimas, en una parálisis existencial y hasta en un nihilismo radical.

Pero, también, la “tiranía de la esperanza” es un peligro constante, porque reduce el campo de visión. Cuando una palabra es usada excesivamente y para todo, termina perdiendo su peso semántico. Además, la vida no es solo felicidad, la vida no es solo una esperanza dulzona que niega o le da la espalda a la dimensión dramática de la existencia. La expresión ‘tiranía de la esperanza’ nos advierte sobre el peligro de su comprensión desmedida y acrítica, a un discurso falso e ilusorio que puede llevar a la manipulación, la desilusión y la inacción. En los discursos filosóficos, psicológicos y políticos, esta tiranía se manifiesta de diversas formas, desde la promesa de realidades inalcanzables hasta la negación de los problemas reales.

La tiranía de la esperanza puede manifestarse en la creación de sistemas filosóficos que prometen la salvación o la perfección humana, sin tener en cuenta las limitaciones y contradicciones de la existencia. Estos sistemas pueden generar una dependencia psicológica en sus seguidores, los cuales renuncian a su autonomía y capacidad crítica.

La tiranía de la esperanza puede manifestarse también en la promoción de una psicología positiva extrema, que niega la existencia del sufrimiento, de los problemas y la negatividad de la existencia. Esta visión puede llevar a la culpabilización de las personas y a la negación de la necesidad de apoyo y solidaridad. Un discurso de autoayuda, por ejemplo, sin tener en cuenta los contextos, los fenómenos y las condiciones reales en que viven las personas puede transformarse en un sedante, pero —a la larga— frustrante.

Además, la tiranía de la esperanza es especialmente peligrosa en la política, pues los líderes pueden utilizarla para manipular a las masas y justificar acciones autoritarias. De hecho, los discursos populistas suelen recurrir a la promesa de un futuro utópico, sin ofrecer soluciones concretas a los problemas reales. La tiranía de la esperanza en la política consiste en un uso excesivo de un mensaje de esperanza, que anula la capacidad crítica o la capacidad de ver los problemas reales. Con alguna frecuencia, es usada en el discurso político, para movilizar a la población según los intereses de determinados personajes o colectivos. En otras ocasiones es usada la esperanza para mantener a la población en un estado de pasividad. Hay que fortalecer, por tanto, el espíritu crítico, y esta es una de las tareas claves de la educación.

## Criterios para una toma de postura equilibrada

Lo planteado anteriormente nos lleva a plantear la necesidad de contar con unos criterios que nos permitan una postura equilibrada, sería, inteligente y responsable respecto de la esperanza. Sin pretensión exhaustiva, propongo los siguientes:

1. El criterio de realismo: es fundamental basar la esperanza en un análisis realista de la situación, teniendo en cuenta tanto las posibilidades como las limitaciones. La esperanza no debe ser una negación de los problemas, sino una motivación para superarlos.
2. El criterio de criticidad: es necesario desarrollar una actitud crítica frente a los discursos sobre la esperanza, cuestionando las promesas y analizando las propuestas. Esta no debe consistir en la aceptación pasiva e ingenua de las ideas de otros, sino una búsqueda activa de la verdad.
3. El criterio de autonomía: es importante que el sujeto pueda mantener la autonomía y la capacidad de decisión, evitando caer en la dependencia de líderes o ideologías que prometen realidades ilógicas o que plantean mesianismos irresponsables —lo cual es muy frecuente en el ámbito de la política—. La esperanza debe ser una fuerza que impulse la acción individual y colectiva, no una excusa para la inacción o para la abdicación de la propia capacidad de pensar y la enajenación de la propia libertad.
4. El criterio de responsabilidad: es necesario asumir la responsabilidad de las propias acciones y decisiones, evitando culpar a otros por los fracasos o las dificultades. La esperanza debe ser una motivación para el compromiso y la participación consciente y responsable en la construcción de un futuro mejor para todos.
5. Criterio de agencia: se trata de la capacidad de construir el propio proyecto de vida, de asumir las riendas de la propia existencia y de orientar el propio ejercicio ciudadano de manera responsable. En este sentido, un proyecto de vida personal equilibrado debe basarse en metas realistas y alcanzables, que tengan en cuenta las capacidades y limitaciones individuales. La esperanza debe ser una motivación para el crecimiento personal y la superación de los desafíos, no una ilusión que aleje de la realidad ni una excusa para alimentar relaciones de dependencia. Igualmente, en el ámbito del ejercicio ciudadano debemos entender que un sano ejercicio ciudadano implica la participación en la vida pública, el respeto a los derechos y deberes ciudadanos, y el compromiso con el bien común. En este ámbito, la esperanza debe ser una fuerza que impulse la participación ciudadana y la construcción de una sociedad más justa y equitativa, no una excusa para la indiferencia o el individualismo.

En definitiva, la esperanza es una fuerza poderosa que puede impulsar el cambio social y el crecimiento personal. Sin embargo, es fundamental evitar la tiranía, desarrollando una actitud crítica, realista y responsable ante los discursos que la promueven.

## La tiranía de la felicidad en los discursos políticos y pedagógicos

Así como hay una tiranía de la Esperanza, también existe una tiranía de la felicidad, cuyos no son nuevos. Los encontramos ya presentes en la filosofía griega antigua y en distintas épocas reaparecen.

El gran problema está en ponernos de acuerdo sobre el contenido de esa Felicidad. No se trata de desterrar de la vida esta legítima aspiración a la felicidad, pero sí de que podamos hacer un análisis crítico de los discursos contemporáneos que circulan sobre ella.

En la era contemporánea, la felicidad se ha erigido como un imperativo omnipresente, un objetivo que se persigue con fervor tanto en el ámbito personal como en el colectivo. Sin embargo, pareciera estarse dando una especie de obsesión por la felicidad que ha dado lugar a discursos superficiales que distorsionan la verdadera naturaleza de la existencia humana.

En los libros de autoayuda se trata, una y otra vez, el tema, prometiendo fórmulas mágicas para alcanzar la felicidad, que es equiparada a dicha, a satisfacción de deseos, a la vivencia de momentos de un supuesto “éxtasis” a los que se los llama comercialmente “experiencias”. Encontramos anuncios que dicen, por ejemplo: “No te vendemos un reloj, te ofrecemos una experiencia”. Estos discursos suelen simplificar la complejidad de las emociones humanas, reduciendo la felicidad a una serie de pasos y técnicas que, supuestamente, garantizan el éxito y la satisfacción.

Se promueve, de esta manera, una visión azucarada de la vida, donde las emociones negativas son vistas como obstáculos que deben ser erradicados a toda costa. Es más, se invita con frecuencia a no pensar en ellos, a hacerlos de lado, a enmascararlos: el teólogo Hans Küng comentaba en su libro *¿Vida eterna?* que hasta pretendemos esquivar la muerte maquillando al difunto. En esta perspectiva, se fomenta una actitud de positividad tóxica, donde se niega la realidad y la validez de la tristeza, la ira o el miedo, emociones que también forman parte de la compleja experiencia personal y social existencial humana.

En la política también se usa la felicidad como tema y como pretexto. En el ámbito político, la felicidad se ha convertido en un eslogan recurrente, utilizado para justificar políticas y promesas vacías. Los líderes políticos prometen un futuro radiante, donde la felicidad será la norma, sin abordar las causas profundas de la desigualdad, la injusticia y el sufrimiento, y sin abordar de manera seria las posibilidades y los obstáculos que hay que enfrentar para resolver los problemas sociales que nos aquejan a todos. Se utiliza entonces la felicidad como una cortina de humo para ocultar problemas estructurales y sistémicos. Se promueve una visión individualista de la felicidad, donde la responsabilidad recae únicamente en el individuo y se ignora el papel del Estado y de la sociedad en la creación de condiciones para el bienestar colectivo.

¿Cuál es el común denominador de estas posturas? Creemos que es el riesgo de la negación de la dimensión dramática de la vida. La obsesión por la felicidad puede conducir a negar la dimensión dramática de la vida, a la incapacidad de enfrentar el sufrimiento y la adversidad. En efecto, se ha promovido una cultura que evita esta dimensión inherente a la condición humana, alentando la huida de emociones negativas a través del consumo, el entretenimiento u otras formas de evasión. Basta observar el lugar que ocupa la cultura del entretenimiento y el desarrollo que esta industria ha tenido en las últimas cinco o seis décadas. El riesgo de esta tendencia es la pérdida de la capacidad de resiliencia y de aprendizaje frente a la dificultad, lo que nos vuelve más vulnerables cuando enfrentamos situaciones adversas.

Además, se debilita la capacidad de empatía y solidaridad, al hacernos insensibles ante el sufrimiento ajeno. Insisto en que no se trata de erradicar de nuestro horizonte de vida y de reflexión el deseo de felicidad ni la esperanza, pero sí es importante rescatar estos dos conceptos de la

banalización y la superficialidad. La felicidad no es un estado permanente, sino un proceso dinámico y complejo, que implica la aceptación de las emociones negativas y la capacidad de encontrar sentido y propósito en la vida.

Superando esta tentación de evasión y endulzamiento excesivo, podemos comprender que se debe promover un discurso de la felicidad que reconozca la importancia de la justicia social, la igualdad y la solidaridad. La felicidad individual está intrínsecamente ligada al bienestar colectivo y no puede alcanzarse en un contexto individualista, de desigualdad, de descarte y exclusión. Se debe fomentar, sin duda, una educación emocional que permita a las personas desarrollar la capacidad de gestionar sus emociones, de enfrentar la adversidad y de encontrar significado en la vida. La felicidad no es solo un destino deseado de plenitud y de completitud, sino un camino que se construye día a día, con conciencia, responsabilidad y compromiso con el bienestar propio y ajeno.

## Hablemos de la esperanza social

Partamos de un pregunta concreta: ¿Puede hablarse de una esperanza social? Mi postura ante este interrogante es que sí. Se puede —y se debe— hablar de esperanza social. Además, considero que esperanza social es un concepto fundamental para entender la dinámica de las sociedades y el papel de los individuos en ellas. Veamos, al menos, algunas ideas al respecto:

La esperanza social se puede entender como aquella actitud colectiva que implica la creencia en la posibilidad de un futuro mejor para la sociedad en su conjunto. No se trata de un optimismo ingenuo, sino de una visión fundamentada en la capacidad de las personas y de los mismos tejidos sociales para transformar su realidad a través de la acción colectiva, de procesos de toma de conciencia y de acciones intencionadas que crean un clima social, unás dinámicas de convivencia e interacción.

La esperanza social implica la convicción de que es posible superar los desafíos sociales, como la pobreza, la desigualdad, la injusticia y la degradación ambiental, y construir una sociedad más justa, equitativa y sostenible, para todos, desde una lógica en la que se integran: sentido de pertenencia; solidaridad, corresponsabilidad, subsidiariedad, inclusión y liderazgos positivos.

Ahora bien, ¿qué nos permite tener esperanza social? Varios factores entran en juego en la alimentación, desarrollo y potenciación de la Esperanza social:

1. La conciencia crítica. Comprender las causas y consecuencias de los problemas sociales es el primer paso para encontrar soluciones. Esto implica analizar las estructuras de poder, las desigualdades y las injusticias que perpetúan estos problemas.
2. La pertenencia y la acción colectiva. La esperanza social se alimenta de la participación consciente, activa y responsable de los ciudadanos en la vida pública. Esto incluye la participación en movimientos sociales, organizaciones comunitarias y otras formas de acción colectiva.
3. La corresponsabilidad social. La corresponsabilidad social como un principio es una responsabilidad compartida y articulada entre diversos actores en función del bienestar colectivo. Esta noción implica que tanto individuos como empresas, organizaciones de la sociedad civil y el Estado deben asumir un papel activo y comprometido en la construcción de una sociedad más justa, equitativa y sostenible. No se trata únicamente de que las empresas cumplan con sus obligaciones legales o que los individuos realicen actos aislados de caridad, sino de una integración sistémica de valores éticos y prácticas responsables en todas las esferas de la vida social. Es obvio que no toda la vida social se puede programar (serían sociedades muy aburridas y poco humanas), pero hay dinámicas en las que es importante, como sociedad, ponernos de acuerdo. La corresponsabilidad social impulsa la colaboración, la transparencia y la rendición de cuentas, que fomente un entorno donde se prioriza

el impacto positivo en la comunidad y el medio ambiente, donde se reconozca que el progreso individual y colectivo está intrínsecamente ligado a la salud y el bienestar del entorno en el que se desenvuelven.

4. La solidaridad y la empatía social. La capacidad de ponerse en el lugar de los demás y de sentir compasión por su sufrimiento es fundamental para construir una sociedad más justa. Desde esta lógica, la solidaridad implica el compromiso de trabajar juntos para superar los desafíos comunes.
5. Educación y cultura. La educación y la cultura desempeñan un papel fundamental en la formación de ciudadanos críticos y comprometidos con el bien común. La educación debe fomentar el pensamiento crítico, la creatividad y la capacidad de resolver problemas. Se trata de una educación con sentido social, no limitada a la capacitación para ganarse la vida o alimentar a los ejércitos de mano de obra requerida para el funcionamiento del aparato productivo y de los sistemas económicos.
6. Los liderazgos positivos. Es urgente contar con líderes que promuevan el bien común, que sirvan de ejemplo y que motiven a la acción y participación responsable. La experiencia en nuestros países ofrece suficiente evidencia de que esto no siempre es así. La falta de liderazgo, el auge de liderazgos tóxicos y la corrupción nos han ido devorando. En este contexto, tres aspectos resultan esenciales para un liderazgo positivo: el nivel ético, la gestión ágil y la rendición de cuentas.

## Relación entre esperanza social y ciudadanía activa

Ahora, hablemos de la estrecha relación entre esperanza social y ciudadanía activa. La esperanza social y la ciudadanía activa están íntimamente relacionadas. La ciudadanía activa es la expresión concreta de la esperanza social. Cuando los ciudadanos participan activamente en la vida pública, están contribuyendo a la construcción de un futuro mejor para todos.

Ahora bien, la ciudadanía activa implica el ejercicio de los derechos y responsabilidades ciudadanas —como el derecho a votar, a participar en las decisiones públicas y a exigir cuentas a los gobernantes—. También implica el compromiso de trabajar por el bien común, de respetar los derechos de los demás y de contribuir a la construcción de una sociedad más justa y equitativa. Recordemos que el ejercicio de la ciudadanía es algo complejo y, además, supone una estrecha y coherente relación entre derechos y deberes. Con frecuencia, en las últimas décadas ahn resonado los discursos sobre los derechos, pero la insistencia en los deberes no aparece mucho.

En resumen, podemos decir que la esperanza social es un motor fundamental para el cambio social. Se alimenta de la conciencia crítica, la acción colectiva, la solidaridad, la corresponsabilidad y la empatía, y se expresa a través de la ciudadanía activa.

## Lo que mata la esperanza social

Hemos hablado de la esperanza social y hemos propuesto algunas pistas para fortalecerla. Pero debemos ser conscientes de que ella puede ser fragilizada de muchas maneras. La esperanza social es como un motor que impulsa a las sociedades hacia un futuro mejor, pero ella no es indestructible. Podemos matar la esperanza social, podemos debilitarla. Todo lo humano está sujeto a las complejidades de la historia, al ejercicio de la libertad y su concreción en compromisos serios, sostenibles y vigentes en el tiempo. Por eso la esperanza social se puede mejorar y fortalecer, o dañarse y deteriorarse. En todo ello tiene que ver la calidad del tejido social, los valores que fundamentan la convivencia, el tipo de sociedad que buscamos y el proyecto de país que, desde una ciudadanía activa, somos capaces de construir.

La esperanza social es una llama que puede extinguirse ante diversas circunstancias, dejando a las comunidades sumidas en la apatía, la angustia y la incertidumbre. Por ello, comprender qué factores pueden debilitarla o apagarla resulta crucial para protegerla y fortalecerla, lo que posibilita la construcción de un mundo más, solidario justo y equitativo.

A continuación, propongo reflexionar sobre algunos de los mayores enemigos de la esperanza social. Voy a hablar de ocho, pero puede haber más:

1. Desigualdad. Uno de los mayores enemigos de la esperanza social es la desigualdad extrema. Cuando una pequeña élite acumula una riqueza desproporcionada mientras la mayoría de la población lucha por sobrevivir, se crea un sentimiento de injusticia y resentimiento que corroe la confianza en el sistema. La percepción de que el esfuerzo individual no conduce a una vida digna, de que el "juego" está amañado, puede matar la motivación para participar en la construcción de un futuro colectivo.
2. Corrupción. La corrupción también juega un papel devastador. Cuando los ciudadanos ven cómo sus impuestos son malversados y cómo los líderes políticos priorizan sus intereses personales sobre el bien común, la confianza en las instituciones se desmorona. La sensación de que no hay rendición de cuentas, de que los poderosos son intocables y de que las instituciones son inoperantes e, incluso, encubridoras y cómplices de la degradación social, puede generar una profunda sensación de impotencia y desilusión.
3. Violencias. La violencia en todas sus formas, desde la delincuencia común hasta los conflictos armados, es otro factor que socava la esperanza social. Cuando la seguridad y la integridad física de las personas están en constante peligro, es difícil concentrarse en proyectos a largo plazo o en la construcción de un futuro mejor. El miedo y la incertidumbre paralizan a las comunidades, lo que reduce la participación ciudadana y el desarrollo social.
4. Falta de oportunidades. Especialmente para los jóvenes, este un caldo de cultivo para la desesperanza. Cuando los jóvenes no ven un futuro prometedor, cuando sienten que sus talentos y habilidades no son valorados, pueden caer en la apatía o incluso en la misma espiral de violencia en la que viven. La desesperanza juvenil es un síntoma alarmante de una sociedad que no está cumpliendo con su promesa de ofrecer un futuro mejor a sus nuevas generaciones.
5. Polarización destructiva. La polarización extrema y la intolerancia también son factores que pueden matar la esperanza social. Cuando las sociedades se dividen en bandos irreconciliables, cuando el diálogo o el entendimiento mutuo se vuelven imposibles, surge un clima de hostilidad y desconfianza que obstaculiza la cooperación y la construcción de consensos. Esta polarización puede conducir a la parálisis política y a la incapacidad de abordar los problemas sociales más urgentes. Además, exacerba las violencias y erosiona el tejido social.
6. Crisis climática. La crisis climática representa una amenaza existencial para la esperanza social. La percepción de que estamos al borde de un colapso ambiental, de que las generaciones futuras heredarán un planeta inhabitable, puede generar una profunda sensación de ansiedad y desesperación. La falta de acción decisiva por parte de los líderes mundiales para abordar esta crisis puede alimentar la sensación de que estamos condenados a un futuro sombrío.
7. Indolencia social. La indolencia social se manifiesta como una actitud de apatía, de indiferencia y falta de compromiso por parte de individuos o grupos hacia los problemas y necesidades que aquejan a la sociedad. Se trata de una actitud y postura que se caracteriza por una desconexión emocional y una falta de acción frente a situaciones de injusticia, desigualdad, sufrimiento o deterioro del entorno. La indolencia puede tener diversas raíces, desde la desilusión —respecto de la realidad y respecto de las instituciones, por ejemplo— y el cinismo ante la ineficacia percibida de las acciones individuales, hasta la comodidad y el egoísmo que priorizan el bienestar personal por encima del colectivo. Esta actitud pasiva —la indolencia social— erosiona el tejido social, debilita la capacidad de respuesta ante las crisis y perpetúa las problemáticas existentes, con lo que dificulta la construcción de una sociedad más justa y solidaria. La indolencia social, en última instancia, representa una renuncia a la responsabilidad compartida y un obstáculo significativo para el progreso y el bienestar colectivo.

8. Anomia social. La anomia social es un concepto sociológico desarrollado por Émile Durkheim que describe un estado de desorganización donde las normas, valores y reglas que orientan la vida colectiva se debilitan o desaparecen, lo que deja a los individuos sin una guía clara sobre cómo actuar o qué esperar de los demás. Este fenómeno suele surgir en periodos de cambio social acelerado, crisis económicas, conflictos políticos o transformaciones culturales profundas, cuando instituciones tradicionales —la familia, la religión, el Estado o los centros educativos— pierden su capacidad de regular el comportamiento y de ofrecer un sentido de pertenencia y orientación moral.

La anomia se manifiesta en síntomas visibles como el aumento de la delincuencia, la corrupción, la pérdida de confianza en las instituciones, el individualismo extremo, la ruptura de lazos comunitarios, el auge de conductas antisociales y una confusión moral generalizada que impide distinguir con claridad lo que se considera correcto o incorrecto. Esto erosiona la esperanza colectiva y debilita el tejido social.

La anomia social representa una amenaza grave para la estabilidad y cohesión de cualquier sociedad, pues socava los fundamentos básicos de la convivencia y el orden social. Cuando las normas pierden su fuerza reguladora, se produce un vacío normativo que puede llevar a una dinámica de supervivencia individualista, en la cual prevalece la ley del más fuerte y se intensifican la violencia, la desconfianza mutua y la fragmentación social.

En definitiva, la esperanza social es un bien preciado que debe ser protegido y cultivado. Para ello, es fundamental abordar las causas fundamentales de la desesperanza, que hemos citado anteriormente. Solo a través de la construcción de sociedades más justas, equitativas y sostenibles, podremos mantener viva la llama de la esperanza social y construir un futuro mejor para todos.

## La lectura de la realidad y la esperanza social

Pero, ¿cómo orientarnos socialmente si no leemos lo que sucede? Para iniciar este momento de la reflexión hablemos un poco de lo que significa leer e interpretar. Recordemos que estamos hablando de la lectura de la realidad y la esperanza social. La capacidad de leer y, aún más crucial, la capacidad de interpretar lo leído, son habilidades fundamentales para el desarrollo individual y colectivo. Recordemos que la lectura no se limita a descifrar signos lingüísticos —este es un primer nivel del ejercicio de leer—. La lectura implica comprender el mensaje subyacente, discernir intenciones y contextualizar la información. La interpretación, por su parte, va más allá de la comprensión literal, pues se adentra en el análisis crítico, la inferencia y la síntesis. Estas habilidades permiten al sujeto acceder al conocimiento acumulado, formarse un criterio propio y participar activamente en la construcción de la sociedad.

Pues bien, ahora conviene aplicar lo dicho no solo a la lectura de libros y artículos —tan frecuente en las universidades— a la sociedad. La vida social, la vida política son como “complejos textos” que debemos aprender a leer. No hacerlo es arriesgarnos y someternos a ser simplemente manipulados por las ideologías que pululan en la sociedad. La lectura y la interpretación de los fenómenos sociales son pilares de la democracia y el desarrollo entendido integralmente. El ejercicio responsable, inteligente y creativo por parte de la ciudadanía pasa, necesariamente, por estos dos ejercicios: lectura e interpretación de la vida social.

Una ciudadanía informada y crítica es capaz de participar activamente en el debate público, tomar decisiones informadas y exigir transparencia a sus representantes. En un mundo cada vez más

complejo y saturado de información, la capacidad de leer e interpretar críticamente los fenómenos sociales es esencial para discernir la verdad de la falsedad, combatir la desinformación y construir un futuro más justo y equitativo para todos.

La lectura de la realidad social es un proceso complejo y multifacético que implica la interpretación y comprensión de las dinámicas, estructuras y relaciones que configuran nuestro entorno social.

Esta lectura de la realidad social no es un ejercicio pasivo, sino una actividad crítica que requiere de reflexión, análisis y empatía. En este sentido, la lectura de la realidad social está intrínsecamente ligada a la esperanza social, ya que la comprensión profunda de los problemas y desafíos que enfrentamos es el primer paso para la búsqueda de soluciones y la construcción de un futuro más justo y equitativo.

La lectura de la realidad social comienza con la observación y escucha de nuestro entorno. Esto implica prestar atención a los detalles, a las sutilezas y a las contradicciones que configuran la vida social. Sin embargo, la observación por sí sola no es suficiente. Es necesario contextualizar lo que observamos y escuchamos, es decir, comprender las causas y consecuencias de los fenómenos sociales, así como las relaciones de poder y desigualdad que los atraviesan. Para ello, es fundamental recurrir a diversas fuentes de información, como la investigación académica, el periodismo de investigación, los testimonios de las personas afectadas y el análisis de datos estadísticos y de información cualitativa.

La lectura de la realidad social también implica la reflexión crítica sobre nuestros propios prejuicios y sesgos. Todos tenemos una visión del mundo influenciada por nuestras experiencias, valores, itinerarios educativos y creencias. Es importante ser conscientes de estas influencias y tratar de superarlas para lograr una comprensión más objetiva de la realidad social. Asimismo, es fundamental desarrollar la capacidad de empatía, es decir, la capacidad de ponernos en el lugar de los demás y comprender sus perspectivas y experiencias. Sin esta empatía jamás nos “dolerá” el sufrimiento y las necesidades de los demás.

Notemos, desde lo dicho arriba, que la esperanza social surge de la lectura crítica de la realidad social. Cuando comprendemos las causas y consecuencias de los problemas sociales, podemos identificar las posibles soluciones y movilizarnos de diversas maneras para diseñarlas, implementarlas y evaluarlas.

La esperanza social no es ingenua, sino una convicción basada en la razón y la acción. Es la creencia fundada de que es posible transformar la realidad social y construir un futuro mejor para todos. Se manifiesta de diversas formas, como en la participación en movimientos sociales, la defensa de los derechos humanos, la promoción de la justicia social, la creación de proyectos comunitarios o la simple práctica de la solidaridad y la empatía en nuestra vida cotidiana.

Además, la esperanza social es contagiosa y puede inspirar a otros a unirse a la tarea de construir un mundo más justo y equitativo. En todo caso, la capacidad de comprender nuestro entorno y de imaginar un futuro mejor es fundamental para enfrentar los desafíos que enfrentamos y construir un mundo más justo, equitativo y sostenible. Nuestro paso por la universidad tiene que contribuir a ello.

## El aporte de la espiritualidad a la esperanza social

La espiritualidad, entendida como la búsqueda de sentido y trascendencia en la vida, puede desempeñar un papel fundamental en la búsqueda de la Felicidad y la generación y fortalecimiento de la Esperanza social así como en la transformación de las comunidades. A menudo la espiritualidad —en sus diversas formas y manifestaciones— es relegada al ámbito privado. Pero lo cierto es que ella ofrece herramientas valiosas para enfrentar los desafíos sociales y construir un futuro más justo y compasivo.

Uno de los principales aportes de la espiritualidad a la esperanza social radica en su capacidad para cultivar un sentido de conexión y pertenencia. Al reconocer la interdependencia de todos los seres y la unidad fundamental de la existencia, la espiritualidad fomenta la solidaridad y la empatía, de manera que motiva a las personas a actuar por el bien común. Esta conciencia de unidad trasciende las divisiones sociales y culturales, y favorece la construcción de puentes de entendimiento y colaboración entre personas de diferentes orígenes y creencias.

Además, la espiritualidad puede proporcionar un marco ético sólido para la acción social. Al promover valores como la compasión, la justicia, la honestidad y el servicio, la espiritualidad inspira a las personas a comprometerse con la construcción de un mundo más justo y equitativo. La espiritualidad puede ayudar a las personas a encontrar un propósito más allá de sus intereses individuales, motivándolas a trabajar por el bienestar de los demás, de la humanidad y del planeta articulando lo global y lo local.

La espiritualidad también puede ser una fuente de fortaleza y resiliencia en tiempos de crisis. Al ofrecer consuelo, esperanza y sentido en medio de la adversidad, la espiritualidad puede ayudar a las personas a superar el miedo, la desesperación y la apatía. Esta capacidad de encontrar significado y esperanza en las circunstancias más difíciles es esencial para mantener viva la llama de la esperanza social, incluso cuando las condiciones externas parecen desalentadoras.

### ¿Cómo se aterriza esto en la transformación social?

- La espiritualidad puede inspirar y motivar a las personas a participar en movimientos sociales y organizaciones comunitarias, donde pueden trabajar juntos para abordar los problemas sociales y promover el cambio positivo.
- La espiritualidad puede proporcionar un marco para la acción colectiva, fomentando la colaboración, el diálogo y la resolución pacífica de conflictos.
- La espiritualidad también puede influir en las políticas públicas y las prácticas institucionales al promover valores como la justicia social, la equidad y la sostenibilidad.
- La espiritualidad puede inspirar a los líderes políticos y a los responsables de la toma de decisiones a adoptar políticas que beneficien a toda la sociedad, en lugar de solo a unos pocos.
- La espiritualidad puede contribuir a la transformación de la cultura y los valores de una sociedad al promover la compasión, la empatía y la solidaridad, la espiritualidad puede ayudar a crear una cultura más inclusiva y respetuosa, donde se valore la diversidad y se promueva el bienestar de todos.

Podemos afirmar que la espiritualidad puede ser un poderoso catalizador para la esperanza y la transformación social. Al cultivar un sentido de conexión, promover valores éticos, proporcionar fortaleza en tiempos de crisis e inspirar la acción colectiva, la espiritualidad puede ayudar a construir un mundo más justo, compasivo y sostenible.

## Referencias

- Díaz, A., y Olivera, M. A. (2006). Pensar la educación desde una dimensión ético-política. Resignificar la escuela como espacio de ciudadanía y esperanza. *Espacios en blanco. Serie indagaciones*, 16, 291-302.
- Eiriz, R. (2009). *Un curso de felicidad*. Editorial Sirio S.A.
- Entralgo, P. L. (2025). *Antropología de la esperanza*. Encuentro.
- Girola, L. (2005). *Anomia e individualismo: del diagnóstico de la modernidad de Durkheim al pensamiento contemporáneo* (Vol. 46). Anthropos Editorial.
- Grenet, P. B., y Medrano, L. (1969). *Historia de la filosofía antigua* (Vol. 5). Herder.
- Hadot, P. (2006). *Ejercicios espirituales y filosofía antigua* (Vol. 50). Siruela.
- Han, B. C. (2012). *La sociedad del cansancio*. Herder.
- Han, B. C. (2024). *El espíritu de la esperanza*. Herder Editorial.
- Jover Torregrosa, D. (2012). *Educar, trabajar, emprender cuaderno de esperanza*. Icària.
- Küng, H. (2003). *¿Vida eterna?: La vida después de la muerte como un problema médico, filosófico y teológico*. Editorial Wipf y Stock.
- Larráyo, A. A. (2004). Josep Muñoz Redón: Filosofía de la felicidad. *Carolina: Humanismo y Tecnología*, 6, 171-174.
- Peredo Merlo, M. A. (2012). En busca de la felicidad. Los libros de autoayuda. *Intersticios sociales*, (4).
- Pico, J. H. (2010). Presentación del libro No sea así entre ustedes. Ensayo sobre política y esperanza. *Revista Latinoamericana de Teología*, 27(80), 259-274.
- Reyes Morris, V. (2008). Anomia y criminalidad: Un recorrido a través del desarrollo conceptual del término Anomia. *Revista criminalidad*, 50(1), 319-332.
- Snyder, C. R. (1991). La escala de la esperanza.
- Tedesco, L. (2011). *De la esperanza a la desilusión*. Del Nuevo Extremo.

# LA FELICIDAD Y LA ESPERANZA EN EL PENSAMIENTO DEL PADRE RAFAEL GARCÍA HERREROS: UN LLAMADO A LA ACCIÓN EN LA AMÉRICA LATINA CONTEMPORÁNEA

Liliana Chaparro Z.<sup>19</sup>  
Centro de Pensamiento Rafael García Herreros



Nota. Imágenes tomadas del repositorio de fotografías del Centro de Pensamiento Rafael García Herreros

## Introducción

El padre Rafael García Herreros, visionario y líder social colombiano, consagró su existencia a la construcción de un mundo más justo y equitativo, fundamentado en los principios evangélicos. Su legado, materializado en la obra *El Minuto de Dios* y en su profundo pensamiento social, mantiene su vigencia en la actualidad, especialmente en un continente como América Latina, marcado por la desigualdad y la búsqueda constante de esperanza.

.....  
<sup>19</sup> La magíster Liliana Chaparro Zambrano, durante dos décadas de trayectoria profesional en la educación, ha estado profundamente arraigada en el tejido de UNIMINUTO, tanto en sus aulas físicas como en espacios virtuales. Su compromiso con la educación superior se manifiesta en su formación académica, que incluye un magíster en Educación del Tecnológico de Monterrey en México, donde cultivó una visión global de la pedagogía. Su especialización en Gerencia Social, junto con su formación como Administradora de Empresas, ambas obtenidas en UNIMINUTO, le han proporcionado una perspectiva integral para abordar los desafíos educativos y sociales. Liliana hace parte del equipo del Centro de Pensamiento Rafael García Herreros y coordina la gestión académica de la Cátedra Minuto de Dios para el sistema UNIMINUTO.

Este texto explora la concepción de la felicidad y la esperanza en el pensamiento del P. García Herreros, analizando su relevancia en el contexto latinoamericano contemporáneo y estableciendo un diálogo con las reflexiones del papa Francisco y el magisterio de la iglesia Católica.

## La felicidad como servicio y amor al prójimo

Para el P. García Herreros, la felicidad trasciende la acumulación de bienes materiales o la búsqueda del placer individual. Su comprensión de felicidad se arraiga en el servicio desinteresado al prójimo y en el amor fraterno propuesto por Jesucristo y testimoniado en los evangelios canónicos. Tres de sus máximas: “Amarás al Señor, tu Dios, y a tu hermano el hombre”, “El secreto para ser feliz es amarte” y “Que nadie se quede sin servir”, sintetizan su filosofía de vida, centrada en el encuentro con el otro como manifestación del amor divino. Esta filosofía es la que, desde el registro del desarrollo humano y social, se refleja en la obra *El Minuto de Dios*, un proyecto social integral que ha transformado la vida de miles de personas en Colombia y otros países en América Latina y en África.

El Padre García Herreros comprendía que la verdadera felicidad surge de la capacidad de generar bienestar en los demás, de construir comunidades solidarias y de luchar por la justicia social. En este sentido, su pensamiento converge con la propuesta del papa Francisco sobre la importancia de la *cultura del encuentro*<sup>20</sup> y la *opción preferencial por los pobres*<sup>21</sup>. Ambos (el P. García Herreros y el papa Francisco) coinciden en que la felicidad individual está intrínsecamente ligada al bienestar colectivo y que la construcción de un futuro mejor requiere un compromiso activo con el prójimo.

## La esperanza como motor de transformación social

El padre García Herreros concebía América Latina como el *Continente de la Esperanza*, un territorio con extraordinario potencial para construir un futuro más justo y próspero. No obstante, reconocía las profundas desigualdades y la ausencia de justicia social que aquejaban a la región, una paradoja que persiste en la actualidad. A pesar de los avances logrados en algunos países, la brecha entre ricos y pobres sigue siendo abismal, mientras la violencia y la corrupción continúan socavando el

20 La cultura del encuentro, propuesta por el papa Francisco, consiste en un llamado a superar la indiferencia y el individualismo, promoviendo la cercanía, el diálogo y la solidaridad entre las personas. Busca tender puentes en lugar de levantar muros, reconociendo la dignidad inalienable de cada ser humano, especialmente de aquellos más vulnerables o “descartados” por la sociedad. Es una invitación a escuchar, compartir y construir juntos un mundo más justo y fraterno, donde las diferencias sean vistas como una riqueza y una oportunidad para el enriquecimiento mutuo, y donde la política, la economía y las relaciones sociales se centren en el bien común y la dignidad de la persona.

21 La opción preferencial por los pobres es un pilar de la Doctrina Social de la Iglesia Católica. Significa que la fe cristiana exige un compromiso activo y prioritario con aquellos que son más vulnerables, marginados y empobrecidos en la sociedad. No es una elección política ni ideológica, sino un imperativo evangélico basado en el ejemplo de Jesús, quien se hizo pobre y dedicó su ministerio a los necesitados. La Opción Preferencial por los Pobres implica escuchar el clamor de los pobres, trabajar por la justicia social, promover su dignidad y buscar transformar las estructuras que generan pobreza y desigualdad, reconociendo que los pobres son los “predilectos de Dios” y que, al servirles, se sirve a Cristo mismo. La opción preferencial por los pobres, aunque tiene sus raíces profundas en la tradición y las Escrituras, ha sido explicitada y desarrollada con mayor claridad en diversos documentos magisteriales de la iglesia Católica, especialmente a partir del Concilio Vaticano II (en la Constitución *Gaudium et Spes*) y las Conferencias Episcopales Latinoamericanas (especialmente en las conferencias de Medellín, Puebla y Aparecida). Más recientemente encontramos esta opción por los pobres en el magisterio del papa Francisco, particularmente en *Evangelii Gaudium*, *Laudato Si’* y *Fratelli Tutti*.

desarrollo social. ¿Cómo es posible que esto suceda en un continente en el que la fe cristiana ha echado sus raíces desde el siglo XV?

El padre García Herreros no se limitó a denunciar la injusticia; propuso un camino de transformación social basado en la educación, el trabajo y la solidaridad. A través de El Minuto de Dios, impulsó proyectos de vivienda, educación, salud y desarrollo comunitario, con lo cual brindó oportunidades a los más vulnerables y fomentó la participación ciudadana. Su legado nos invita a mantener la esperanza a pesar de las dificultades y a trabajar incansablemente por la construcción de un mundo más justo y equitativo.

En este contexto, el magisterio de la iglesia Católica, en documentos como la encíclica *Laudato Si'* del papa Francisco, se convoca a cuidar nuestra casa común y promover un desarrollo sostenible que beneficie a todos, especialmente a los más pobres (Francisco, *Laudato Si'*, 2015). Desde esta perspectiva, es claro que la esperanza, según la Iglesia, trasciende el mero optimismo; es una virtud teologal que nos impulsa a actuar con responsabilidad y compromiso en la construcción de un mundo mejor.

## El desafío de la justicia social en América Latina

La ausencia de justicia social en América Latina constituye un desafío complejo que demanda un abordaje integral. Como señaló el P. García Herreros, no bastan las buenas intenciones o los discursos vacíos; se requiere un compromiso genuino y acciones concretas por parte de los líderes políticos, sociales y religiosos. En este sentido, resulta fundamental fortalecer las instituciones democráticas, promover la transparencia y la rendición de cuentas, y garantizar el acceso equitativo a la educación, la salud y la justicia.

El P. García Herreros también interpelaba la conciencia cristiana, instando a los creyentes a asumir un papel activo en la lucha por la justicia social. Su mensaje mantiene vigencia en la actualidad, en un contexto marcado por la polarización y la indiferencia. Es necesario, por tanto, que los cristianos y otros actores sociales se unan para construir puentes de diálogo y colaboración, promoviendo una cultura de paz y reconciliación.

El legado del padre Rafael García Herreros resuena hoy con fuerza, recordándonos que la fe cristiana posee una intrínseca dimensión social que nos impulsa a la acción transformadora. No es una vivencia relegada al ámbito privado, sino un compromiso profundo con la construcción de una sociedad más justa y fraterna. Esta dimensión social se nutre y se articula a través del Pensamiento Social Cristiano (PSC), un cuerpo doctrinal que, desde la Revelación y la razón, analiza las realidades sociales y ofrece principios para la acción moral en la vida pública. El PSC no es una ideología, sino una guía ética que nos llama a discernir los signos de los tiempos y a intervenir en favor del bien común, la dignidad humana y la justicia, especialmente para los más vulnerables. En un mundo que a menudo se desgarrá por la polarización y la indiferencia, la profundización en este pensamiento se vuelve imperativa<sup>22</sup>.

.....  
22 Por ello, la existencia de iniciativas académicas como la Maestría en Pensamiento Social Cristiano que ofrece UNIMINUTO a través de su Facultad de Estudios Bíblicos, Pastorales y de Espiritualidad es de vital importancia. Esta maestría no solo busca formar líderes capaces de comprender y aplicar los principios del PSC, sino también forjar auténticos constructores de paz y reconciliación, agentes de diálogo y colaboración que, inspirados por la fe y el legado del, trabajen incansablemente por una cultura del encuentro que trascienda las divisiones y promueva la solidaridad en todos los ámbitos de la vida social.

El papa Francisco, en su exhortación apostólica *Gaudete et exsultate*, nos invita a vivir la santidad en la vida cotidiana, a ser “santos de la puerta de al lado”, y a comprometernos con la construcción de un mundo más justo y fraterno (Francisco, *Gaudete et exsultate*, 2018). La santidad, según el Papa, no es un ideal inalcanzable, sino una llamada a vivir el Evangelio con alegría y sencillez, poniendo nuestros dones al servicio de los demás. Notemos que —desde la perspectiva cristiana— hay una relación estrecha entre felicidad y santidad, y entre santidad y amor/servicio.

## El legado del P. García Herreros en la era de la inteligencia artificial

En un mundo cada vez más influenciado por la tecnología y la inteligencia artificial, el legado del padre García Herreros adquiere mayor relevancia. Como señala Andrés Oppenheimer en *¡Sálvese quien pueda!*<sup>23</sup>, la automatización y la inteligencia artificial están transformando el mercado laboral y generando nuevas desigualdades. En este contexto, resulta fundamental recordar la importancia del ser humano, su dignidad y su capacidad para amar y servir.

El padre García Herreros nos invita a no temer a la tecnología, sino a utilizarla como herramienta para el bien común<sup>24</sup>. Su visión de un mundo más justo y solidario sigue siendo un faro de esperanza en un futuro incierto. Es necesario que, como sociedad, nos inspiremos en su ejemplo y trabajemos juntos para construir un mundo donde la felicidad y la esperanza sean una realidad para todos.

En su libro *Hermano de los hombres*, compilado por el padre Diego Jaramillo, el P. García Herreros aborda el término *esperanza* en los siguientes términos:

El verdadero cristiano está atento a restaurar el orden humano. A construir un mundo nuevo, sin diferencias sociales, con bienestar para todos; un mundo sin ranchos, sin marginados, sin abandonados, sin desposeídos. Y, por otra parte, un mundo de hombres que aman a Dios, que tienen esperanza en el futuro después de la muerte. La inmensa olla silenciosa de la pobreza y de la miseria, los miles de hogares que se debaten sin esperanza de techo propio o de educación para sus hijos deben hacerse oír por alguien y, ante todo, por la boca del sacerdote. (García Herreros, *Hermano de los hombres*, 2013, p. 24)

## Reflexiones sobre la práctica espiritual y el compromiso social

Muchas personas, al referirse a la obra *Minuto de Dios* o al oír hablar sobre ella, piensan que se trata, ante todo, de una obra social, pero en realidad se trata de una experiencia espiritual que desembocó y se concretó en obra social. A la raíz está la experiencia espiritual cristiana y el sentido pastoral del P. García Herreros. En su reflexión, los cristianos están llamados a prolongar, en la sociedad, la caridad que viene de Dios, por ello afirma:

.....  
<sup>23</sup> En *¡Sálvese quien pueda!*, Andrés Oppenheimer nos lanza de lleno al epicentro de la revolución tecnológica y su inminente impacto en el mundo laboral. El autor nos invita a un recorrido global para desentrañar cómo la inteligencia artificial, la robótica y la automatización están redefiniendo el futuro de los empleos, las profesiones y la vida social. A través de entrevistas con expertos y datos contundentes, Oppenheimer no solo nos advierte sobre los desafíos que se avecinan, sino que, crucialmente, nos ofrece las claves para adaptarnos, reinventarnos y prosperar en esta nueva era.

<sup>24</sup> Al respecto, el reciente documento de la Iglesia sobre el desarrollo y uso de la inteligencia artificial es profundamente iluminador. El documento, publicado por el Dicasterio para la Doctrina de la Fe y el Dicasterio para la Cultura y la Educación, surge como una reflexión crucial y oportuna sobre el desafío ético y antropológico que se deriva del desarrollo y aplicación de la IA. Su propósito central es discernir, desde una perspectiva cristiana arraigada en “antigua y nueva sabiduría” (cf. Mt 13,52), cómo la inteligencia artificial impacta la dignidad humana, el bien común y la comprensión misma de lo que significa ser humano.

[...] este programa es una tentación que Dios os hace para que hagáis caridad. No rechazéis día tras día la tentación de la caridad. Todos estamos solicitados íntimamente de la tentación de la santidad y de la caridad. No os alejéis de la tentación de la caridad, que es la única bella y divina tentación. Esta tentación nos libera de otras muchas, y nos purifica de las caídas que hayamos tenido. (Pueblito Blanco, p. 43)

El padre García Herreros enfatizaba la importancia de la contemplación diaria. Él nos dice:

[...] es de suma importancia apartar todos los días cinco o diez minutos por la mañana para meditar en las grandes verdades. Antes de engolfarnos en el tráfico de la vida diaria, cinco minutos para pensar sólo en Dios y decirle que lo amamos. Para renovar nuestra fe y nuestra esperanza. (García Herreros, *Hermano de los hombres*, 2013, p. 25)

Esta práctica espiritual no se desvincula del compromiso social. Al contrario, García Herreros advertía sobre el peligro de una espiritualidad desencarnada:

Pasa que todavía desconocemos la doctrina social de la Iglesia; que nos atemorizamos ante nuestra propia doctrina, cuando amenaza nuestros egoístas intereses personales; o sucede también que nos hacemos cama en fáciles esperanzas personales y eternas y olvidamos que debemos mejorar la condición temporal de los hombres. (García Herreros, *Hermano de los hombres*, 2013, p. 32).

## La complejidad de la vida cristiana auténtica

“El ser cristiano sincero complica terriblemente la vida”, afirmaba García Herreros.

Y cuando más cristianos somos, tanto más se torna compleja nuestra existencia. Todo lo contrario, le sucede al que vive en un plano humano: el humano se torna sencillo, simplista, sin complicaciones; sigue sólo las normas de su instinto y, en el mejor de los casos, las normas de su razón. Mientras que el cristiano sigue las normas de la fe, de la esperanza y de la caridad. (García Herreros, *Hermano de los hombres*, 2013, p. 32)

Esta complejidad se manifiesta en la confrontación con la realidad social: cuando uno va por los caminos de Colombia y ve a los campesinos que viven una vida difícil, afectada por el atraso, siendo explotados por los intermediarios. Cuando uno pasa por los barrios de invasión y contempla ese mismo espectáculo, de gentes sometidas a una suerte adversa y sin esperanza de una solución a corto plazo, se da cuenta de su propia responsabilidad.

## Síntesis cristiana: progreso temporal y esperanza eterna

El P. García Herreros propone una síntesis única: ni la nostalgia que pretende el retorno al pasado, ni el esfuerzo que se concentra solamente en la búsqueda del mejoramiento de la historia y de la humanidad, sino la síntesis cristiana: esfuerzo en favor del progreso del mundo y esperanza de que algo maravilloso, que comienza ya, ahora, pero que trasciende el espacio y el tiempo. La síntesis cristiana nos ayuda a entender que todo está penetrado por un principio de trascendencia.

Esta síntesis se traduce en una doble responsabilidad:

Es verdad que, básicamente, como cristianos, tenemos una inmensa faena, que es la entrega a Jesucristo; pero también, como cristianos, tenemos la faena de propiciar el cambio en la situación de injusticia de los pobres, de los desamparados, de los obreros, de los peones, de los sin casa, de los sin escuela, de los sin medicamentos, de los sin esperanza. (García Herreros, *Hermano de los hombres*, 2013, p. 44)

## El llamado a la acción

El P. García Herreros enfatizaba la urgencia del compromiso: “En esta época la vida toma una urgencia inusitada. Hay voces silenciosas que nos dicen: ‘Lo que has de hacer, hazlo pronto’; ‘aprovecha el día, aprovecha el tiempo, aprovecha la semana’”. (García Herreros, *Hermano de los hombres*, 2013, p. 75)

Su llamado se extiende a todos los sectores de la sociedad colombiana:

Que todos los ganaderos mejoren las razas de sus hatos, que los industriales aprovechen el momento para mejorar sus industrias y sus máquinas, que los banqueros ideen y mejoren sus métodos para servir a sus clientes... Quisiera también volver a convocar a todos los alzados en armas a que boten esas malditas armas, que les queman las manos, que les manchan el alma. (García Herreros, *Hermano de los hombres*, 2013, p. 75)

## El Minuto de Dios: fuente de alegría y esperanza

En realidad, El Minuto de Dios representa la materialización práctica de la filosofía del P. García Herreros: “El Minuto de Dios está dando inmensa alegría a muchas personas generosas, poniéndolas en conexión con familias pobres para que las ayuden y para que les resuelvan los más apremiantes problemas” (García Herreros, *Hermano de los hombres*, 2013, p. 89). Esta iniciativa se fundamenta en el principio paulino del intercambio <sup>25</sup>: “Dice san Pablo que hay un divino intercambio: se entregan ayudas materiales a cambio de riquezas espirituales y de felicidad. Más satisfactorio que un viaje a la costa o un viaje a Miami o que una comida costosa en un restaurante de lujo es ayudar a una familia en total postración” (García Herreros, *Hermano de los hombres*, 2013 p. 89).

## Dimensión histórica y dimensión escatológica de la felicidad cristiana

Para el P. García Herreros, la felicidad cristiana tiene una dimensión escatológica y una dimensión presente. En su dimensión escatológica:

Nosotros, los que creemos, no descuidamos ese futuro del mundo, ese futuro de la historia, del progreso colectivo; pero también pensamos en primer término en nuestro propio futuro: en el futuro que vendrá después de nuestra propia muerte, que será la plenitud, la penetración en Dios, la perfecta felicidad. (García Herreros, *Hermano de los hombres*, 2013, p. 41) [fin de cita]

.....  
<sup>25</sup> El Padre García Herreros se refiere a los capítulos 8 y 9 de la 2ª Carta a los Corintios. En ellos, san Pablo exhorta a los cristianos de Corinto a participar en una colecta para ayudar a los creyentes necesitados de Jerusalén. El pasaje clave que captura la idea de “divino intercambio” es 2 Co 8,14-15, donde dice:

“[...] Para que vuestra abundancia supla la escasez de ellos, y la abundancia de ellos supla la escasez vuestra, para que haya igualdad; como está escrito: El que recogió mucho, no tuvo más; y el que poco, no tuvo menos”. Esta idea viene a ser completada por otro pasaje: 2 Co 9,6-7, se refuerza la idea de la generosidad y la bendición que de ella se deriva: “Pero esto digo: El que siembra escasamente, también segará escasamente; y el que siembra generosamente, generosamente también segará. Cada uno dé como propuso en su corazón: no con tristeza, ni por necesidad, porque Dios ama al que da con alegría”. Así, el Padre García Herreros interpreta que, al dar materialmente para suplir las necesidades de otros, se recibe a cambio una riqueza espiritual y una felicidad que supera los bienes materiales, en un verdadero “intercambio divino” modelado por la generosidad de Cristo mismo, que “por amor a vosotros se hizo pobre, siendo rico, para que vosotros con su pobreza fueseis enriquecidos” (2 Co 8,9).

En su dimensión presente, la felicidad se cultiva mediante prácticas concretas: “Para lograr esa felicidad, tenga diariamente momentos de profundo silencio, y siéntase fraternal con todos los hombres, con todas las cosas. No se sienta usted solo, sin propósito en la tierra” (García Herreros, *Hermano de los hombres*, 2013, p. 82). A partir de esta visión de la felicidad como realidad ya presente y posible en el día a día, pero también como realidad trascendente y escatológica, el P. Rafael nos invita a:

1. Vivir la alegría como una de las características clave de la vida cristiana

García Herreros establece una distinción clara entre la tristeza y la alegría: “Siempre que rechazamos la alegría, rechazamos a Dios. Cuando estamos tristes, estamos lejos de Dios. El cristianismo es una religión de alegría, mientras que el paganismo es la religión de la nostalgia y de la melancolía” (García Herreros, *Hermano de los hombres*, 2013, p. 82).

Esta alegría trasciende las circunstancias adversas: “La enfermedad no tiene por qué quitarnos la alegría. La muerte es la puerta hacia la suprema felicidad y alegría. Esto lo debemos aceptar, aunque no sea humano; es sobrenatural, es espiritual” (García Herreros, *Hermano de los hombres*, 2013, p. 83).

2. Acoger y vivir la pobreza como apertura a los demás

García Herreros redefine la pobreza en términos relacionales: “La pobreza que estoy predicando es la siguiente: necesitar de los demás para ser feliz. Una de las características del hombre disponible a los ojos de Dios es su sentimiento de indigencia. Sentir la necesidad de otros para ser feliz” (García Herreros, *Hermano de los hombres*, 2013, p. 123).

3. Reflexiones sobre la belleza de la Vida

En el libro *Vivir, pensar, creer y morir*, García Herreros reflexiona sobre la naturaleza paradójica de la existencia: “La belleza de la vida es inseparable de su melancolía. Lo nuevo que se nos ofrece y lo que acaba de pasar para siempre. Todo es angustiosamente breve. Todo es divinamente rico. Todo es bello. Lo más extraordinario es vivir” (García Herreros, *Vivir, pensar, creer y morir*, 2013, p. 243).

Esta belleza encuentra su sentido último en Cristo: “Podernos extender en la playa del mundo, poder amar, poder hacer el bien y saber que vamos al encuentro de Cristo. Este es el consuelo que hay en el mundo. Jesucristo, nuestro Redentor. Fuera de este sentido divino de la vida, todo lo demás es melancolía y nostalgia” (García Herreros, *Vivir, pensar, creer y morir*, 2013, p. 243).

Por ello, destacó la urgencia de vivir plenamente: “Si de algo debiéramos estar felices, es de vivir. Si algo debiéramos apreciar y guardar celosamente, como un avaro guarda sus tesoros, es nuestra vida y nuestro tiempo... No hay tiempo para perder, no hay tiempo para el odio, no hay tiempo para lo insignificante, no hay tiempo para el hastío” (García Herreros, *Vivir, pensar, creer y morir*, 2013, p. 243).

## La Cátedra Minuto de Dios y el legado del padre Rafael: relevancia para la educación superior

El legado del padre Rafael García Herreros resuena con fuerza en el presente, especialmente en el ámbito de la educación superior. Su pensamiento, profundamente arraigado en la felicidad del servicio, la esperanza como motor de transformación y la justicia social como imperativo cristiano, ofrece un marco invaluable para la formación de líderes comprometidos con la construcción de un mundo más justo y equitativo. Es lo que se ha propuesto, desde sus inicios, la Corporación Universitaria Minuto de Dios – UNIMINUTO.

Para ella la formación de líderes comprometidos se convierte en una prioridad y el pensamiento del padre García Herreros proporciona un sólido marco ético y moral, instando a UNIMINUTO y a todas las instituciones de educación superior a cultivar en sus estudiantes la capacidad de servir a los demás, trabajar por la justicia social y construir un futuro más esperanzador.

Este llamado a la acción se materializa en el desarrollo de proyectos sociales innovadores y sostenibles. Las instituciones de educación superior, como UNIMINUTO, tienen la responsabilidad de promover la investigación y la extensión en áreas cruciales como la vivienda, la educación, la salud y el desarrollo comunitario, abordando así las necesidades de las comunidades más vulnerables. La idea es generar conocimiento, pero un conocimiento que esté al servicio de la humanidad, de la gente y, en particular, de las comunidades y poblaciones más necesitadas.

UNIMINUTO encarna estos principios en su misión de formar profesionales íntegros, éticos y comprometidos responsablemente con la transformación social y el desarrollo humano integral. Por ello promueve la educación inclusiva y de calidad, brindando oportunidades a personas de bajos recursos y fomentando el espíritu de servicio y la responsabilidad social.

Todas las instituciones educativas y, particularmente, las universidades juegan un papel fundamental al crear un entorno que fomente la felicidad y el bienestar de los estudiantes. Esto implica humanizar el proceso educativo, adaptando los currículos a las necesidades individuales y estableciendo vínculos sólidos con el mundo empresarial.

## Conclusión

El pensamiento del padre Rafael García Herreros ofrece una guía invaluable para enfrentar los desafíos de la América Latina contemporánea. Su concepción de felicidad como servicio y amor al prójimo, su llamado a la esperanza como motor de transformación social y su insistencia en la necesidad de la justicia social mantienen su relevancia en este mundo, que sigue hondamente marcado por la desigualdad y la incertidumbre. Su legado nos invita a no quedarnos de brazos cruzados, sino a actuar con valentía y determinación para construir un futuro mejor para todos.

Para desentrañar los hilos que conectan el pensamiento del papa Francisco, el magisterio de la iglesia Católica y el legado del P. Rafael García Herreros en torno a la felicidad y la esperanza, debemos sumergirnos en sus visiones compartidas: el padre García Herreros, con su resonante “el secreto para ser feliz es amarte”, personificó la felicidad en el servicio, transformando vidas a través de El Minuto de Dios. Esta misma esencia palpita en la “cultura del encuentro” planteada por el papa Francisco, en la invitación del magisterio a la santidad cotidiana y en el llamado de *Laudato Si'* al cuidado de nuestra casa común. La felicidad, desde la perspectiva cristiana, florece en la entrega al prójimo y en la construcción de un tejido social solidario, posible desde la lógica de la fraternidad.

La esperanza, lejos de ser un mero anhelo, se erige como motor de transformación. El García Herreros, al visualizar a América Latina como continente de la esperanza, demostró que la esperanza se materializa en acción, en proyectos que cambian realidades. El Magisterio Eclesial, con su concepción de la esperanza como virtud teologal, y el papa Francisco, con su mensaje de misericordia, de encuentro, de cuidado y de superación del egoísmo, coinciden en que esta fuerza impulsa a la responsabilidad y al compromiso.

La justicia social, un clamor constante en América Latina y en el mundo entero, se revela como un imperativo cristiano. El P. García Herreros denunció la desigualdad y llamó a la conciencia cristiana a actuar: Que nadie se quede sin servir. El papa Francisco, al señalar las “estructuras de pecado”, y el Magisterio Eclesial, al promover la justicia como un mandato evangélico, convergen en que la fe exige un compromiso con un mundo más justo.

En síntesis, el P. García Herreros, el papa Francisco y el Magisterio de la Iglesia Católica comparten una visión que entrelaza la felicidad, la esperanza y la justicia social. Su mensaje es un llamado a la acción, tanto la acción caritativa inmediata como la acción programática e intencionada, que profundiza en las causas de los problemas y aboga por el cambio de estructuras y la humanización del tejido social. La conciencia y la acción cristiana son cruciales, pues invitan a los creyentes a ser agentes activos en la promoción de los valores del Evangelio. La coherencia entre el pensamiento del padre García Herreros y la enseñanza católica subraya la relevancia de su legado para la actualidad, un legado que nos invita a ser artífices de un futuro donde la felicidad y la esperanza sean realidades tangibles para todos.

## Referencias

- El Tiempo. (2025, marzo 9). ¿Quiere ser más feliz? Entrene todos los días la gratitud.
- Francisco. (2013). *Evangelii Gaudium*. Libreria Editrice Vaticana.
- Francisco. (2015). *Laudato Si'*. Libreria Editrice Vaticana.
- Francisco. (2018). *Gaudete et Exsultate*. Libreria Editrice Vaticana.
- García Herreros, R. (s.f.). *El que sirve encuentra la felicidad*. Recuperado de: [paginapadrerafaelgarciaherreros.com](http://paginapadrerafaelgarciaherreros.com)
- García Herreros, R. (2013). *Vivir, pensar, creer y morir. Obras Completas* (vol. 29). Centro Carismático Minuto de Dios.
- Oppenheimer, A. (2018). *¡Sálvese quien pueda!* Penguin Random House Grupo Editorial.
- Valencia, J. L. (2024, abril 1). Retos para formar estudiantes felices. *Portafolio*.

## CONCLUSIONES GENERALES DEL V SIMPOSIO

Mg. Liliana Chaparro Z. – Mg. Katerine Bonilla<sup>26</sup>  
Centro de Pensamiento Social Rafael García Herreros

### ¿Qué nos dijeron nuestros invitados especiales?

El V Simposio Internacional de la Cátedra Minuto de Dios congregó a destacados académicos, investigadores y estudiosos nacionales e internacionales, quienes compartieron sus reflexiones sobre la felicidad y la esperanza como pilares fundamentales para la construcción de sociedades más humanas y justas y como claves para la praxis educativa. A continuación, presentamos una síntesis de los valiosos aportes que estos invitados nacionales e internacionales ofrecieron a la comunidad académica, enriqueciendo nuestra comprensión sobre estos temas esenciales para la formación integral.

La Dra. Stephanie Lavaux explicó en su propuesta *La Felicidad tiene forma de U y debemos Educar para la Felicidad* que “la educación para la Felicidad no debe ser vista como un efecto inmediato, sino como un constructo a lo largo de la vida”. Recordó cómo la búsqueda obsesiva de la excelencia educativa en las universidades ha relegado, en múltiples ocasiones, el bienestar emocional y la felicidad de estudiantes, profesores y colaboradores. Subrayó que organizaciones internacionales como la UNESCO han argumentado que el bienestar debe ser una prioridad en la educación, no solo como medio para mejorar el rendimiento académico, sino como objetivo en sí mismo.

Además, la doctora Lavaux insistió en que “la Felicidad y el aprendizaje están intrínsecamente relacionados”, pues un entorno de aprendizaje feliz fomenta la creatividad, la resiliencia y un mejor rendimiento académico. Destacó modelos como el PERMA de (Seligman 2009) y el modelo de Escuelas Felices de la UNESCO, que se centran en la importancia de las emociones positivas, el compromiso, las relaciones positivas, el sentido y los logros en la promoción del bienestar educativo. Lavaux concluyó que “la felicidad en la universidad no es un lujo, sino una necesidad”, para mejorar el aprendizaje y el bienestar estudiantil, instando a los educadores a adoptar la alegría como elemento esencial del proceso formativo.

El Dr. Nelson Bedoya compartió en su conferencia *Juventud y sentido de la vida: una mirada integral* una reflexión profunda sobre cómo “la juventud, lejos de ser una etapa exenta de cuestionamientos profundos,

.....  
<sup>26</sup> Katerine es docente y trabajadora social especializada en promoción en salud y desarrollo humano, cuenta con una maestría en desarrollo educativo y social. Su experiencia abarca proyectos sociales, derechos humanos y docencia universitaria. En la actualidad, forma parte del equipo del Centro de Pensamiento Social Rafael García Herreros de FEBIPE de UNIMINUTO.

se revela como un momento crucial en la búsqueda del sentido de la vida”. En un mundo marcado por la inmediatez y la superficialidad, explicó que “los jóvenes anhelan trascendencia y una razón profunda para existir”. Destacó la logoterapia de Viktor Frankl como perspectiva valiosa al resaltar la voluntad de sentido como motivación básica del ser humano, cuya frustración puede derivar en vacío existencial.

Bedoya señaló que “la Esperanza se erige como una fuerza renovadora que impulsa a la acción y ofrece una base ante la incertidumbre”. Además, afirmó que “la trascendencia, entendida como la conexión con algo que va más allá de lo material, no es una dimensión perdida sino una necesidad intrínseca”. Concluyó insistiendo en que la formación integral, que abarca las dimensiones mental, emocional, espiritual, social y física, es el camino para cultivar la Esperanza y recordó que “el sentido de la vida no se inventa, sino que se descubre y se construye en la conexión con los otros”.

El doctor Nelson nos invitó a reflexionar sobre la juventud y el sentido de vida, resaltando la importancia de un acompañamiento juvenil genuino. Este acompañamiento exige comprender su búsqueda interior, desafíos existenciales y la necesidad de ofrecer referentes significativos. Inspirado en la logoterapia de Víctor Frankl, insistió en que la voluntad de sentido es el motor vital para que los jóvenes se descubran, orienten y proyecten un plan de vida más allá de las presiones sociales o las narrativas vacías impuestas por las redes sociales o el consumismo.

La Dra. Adriana Galeano señaló en su intervención *Personas felices en la educación superior* que “la búsqueda de la felicidad en la educación superior se revela como un desafío complejo”, eclipsado por la evolución de “un sistema académico que, en su afán por la profesionalización y la investigación, ha relegado la formación humanista y el bienestar del ser”. Denunció cómo “la burocratización, la presión por indicadores de productividad y la creciente influencia del *marketing* han erosionado la vocación docente”.

Galeano advirtió sobre la mercantilización de la educación, evidenciada en la analogía de universidades “instagrameables”, que amenaza con desplazar la reflexión profunda por la apariencia y la superficialidad. Propuso que “la felicidad en la academia se vislumbra como una utopía a la que se debe aspirar” mediante la recuperación de la pasión por la enseñanza, la promoción de ambientes de cuidado y la revalorización del docente como tutor de resiliencia. Concluyó que “un docente cuidado es el motor de una comunidad educativa floreciente”.

En definitiva, la doctora Adriana nos invitó a repensar la universidad como un espacio de construcción de sentido, libertad y, especialmente, de cuidado. Además, a través de un recorrido histórico planteó la necesidad de recuperar el verdadero propósito de la educación superior: formar seres humanos críticos, sensibles, éticos y comprometidos con la transformación social. Asimismo, suscitó la reflexión sobre las tensiones existentes entre los ideales humanistas y las dinámicas actuales marcadas por la burocracia, el *marketing* institucional y la pérdida de la vocación docente. Finalmente, nos recordó que la felicidad universitaria se relaciona con la posibilidad de pensar libremente, crear colectivamente y construir comunidades académicas donde florezca la dignidad humana, se desarrollen investigaciones con sentido, y el arte y la literatura enriquezcan los diálogos profundos.

El profesor Victoriano Suárez compartió en su reflexión testimonial *Yo Soy porque los Demás* Son experiencias límite que revelaron una comprensión profunda y comunitaria de la Felicidad. A través de relatos conmovedores desde Madrid, Camboya, Siria y Sudán, demostró que “la Felicidad emerge como un estado intrínsecamente ligado al bienestar de los demás”. La filosofía del Ubuntu, personificada en la inspiradora figura de Peter Tabichi, se erigió como el corazón de su reflexión.

El profesor Suárez explicó que el Ubuntu: *Yo soy porque todos somos* trasciende un eslogan para convertirse en principio rector que redefine “la felicidad como fruto del compromiso con el bienestar colectivo”. Abogó por una formación integral que prepare no solo profesionales competentes, sino seres humanos empáticos y comprometidos. Concluyó que “la felicidad se descubre en la acción de ayudar a los demás con los recursos disponibles”.

Podemos afirmar, sin duda, que el doctor Victoriano nos confrontó con una mirada profunda sobre la Felicidad desde el paradigma Ubuntu, nos mostró cómo la Felicidad se revela no solo en la posesión de bienes materiales, sino en nuestra capacidad de cuidar, solidarizarnos y contribuir al bienestar de los otros, especialmente en contextos de extrema adversidad. Desde esta perspectiva propuesta, la felicidad se convierte en un acto ético, comunitario y profundamente humano. En este contexto, el compromiso con la dignidad del otro transforma las relaciones sociales, donde la solidaridad, la generosidad y la compasión se erigen como pilares fundamentales de una educación con sentido, que no solo instruye, sino que también nos humaniza.

La Dra. Karina Edith Ordóñez planteó en *Felicidad, esperanza y el desafío de la formación integral* que “la verdadera felicidad se encuentra no en la búsqueda directa del placer o el éxito, sino como una consecuencia de la búsqueda del bien”, tanto para uno mismo como para los demás, siguiendo la analogía del boomerang. Invitó a repensar la felicidad y la esperanza, no como metas fugaces en un mundo de gratificación instantánea, sino como pilares fundamentales de una formación integral.

Ordóñez propuso una visión de la felicidad como conquista personal, actitud vital y capacidad de ser dueño de uno mismo en medio de la contingencia. Enfatizó que “la serenidad, entendida como la sabiduría para hacerse cargo de la realidad cambiante”, emerge como elemento clave para navegar las dificultades de la vida. Su llamado final fue hacia “la unidad del ser, donde nuestros afectos, pensamientos y acciones se alinean en la búsqueda de una vida plena y con sentido”.

El Dr. Alirio Raigozo presentó, en *La felicidad y la esperanza en la construcción de sociedades sanas*, una visión sobre la interconexión entre esperanza, felicidad y construcción de sociedades sanas, trascendiendo la noción individualista de estos conceptos para arraigarlos en el bienestar colectivo. Distinguió la esperanza auténtica de una ilusión pasiva mediante un llamado al realismo, la criticidad, la autonomía y la responsabilidad.

El Dr. Raigozo advirtió sobre “la tiranía de la Esperanza y la tiranía de la Felicidad”, cuando ellas son objeto de discursos superficiales que niegan la complejidad de la existencia y pueden ser utilizados para la manipulación. Propuso una comprensión de la felicidad como proceso dinámico ligado a la justicia social, la igualdad y la solidaridad. Concluyó afirmando que “la construcción de sociedades sanas se presenta como un compromiso colectivo que requiere nutrir la Esperanza social”, a través de una comprensión profunda y activa del entorno.

El P. Germán Prieto, cjm exploró en *Los altibajos de la felicidad: entre el optimismo y la esperanza*, la compleja relación entre felicidad, esperanza y angustia en la sociedad contemporánea. Cuestionó la búsqueda constante de la felicidad como anhelo esquivo, analizando *La sociedad del cansancio*, de Byung-Chul Han, donde la autoexigencia y el rendimiento generan enfermedades neuronales.

El padre Prieto diferenció la esperanza del optimismo, resaltando su capacidad para surgir en medio de la adversidad y la necesidad de una “acción improductiva y contemplativa” para encontrar sentido a la existencia. Destacó que “la angustia como estado esencial para la autenticidad puede

llevar a la esperanza y a la conexión con los demás”. Propuso una “activa contemplación” en la vida cotidiana que contrarreste el frenesí de la acción y permita fluir con el tiempo.

Finalmente, la magíster Liliana Chaparro presentó en *La felicidad y la esperanza en el pensamiento del padre Rafael García Herreros* el legado del fundador de El Minuto de Dios como “un faro de acción y esperanza para América Latina”. Explicó cómo su pensamiento —que entrelazó con las reflexiones del papa Francisco— desdibuja la felicidad individualista para anclarla en el servicio desinteresado y el amor fraterno, eco de la “cultura del encuentro” y la “opción preferencial por los pobres”.

Liliana Chaparro subrayó que “la esperanza, lejos de ser un mero anhelo pasivo, se revela como un motor de transformación social”, un llamado a la acción concreta inspirado en la obra del Minuto de Dios. Concluyó destacando la pertinencia del pensamiento del padre García Herreros en la formación de líderes comprometidos con la justicia social, cuya insistencia en la conciencia cristiana activa resuena como antídoto contra la polarización y la indiferencia.

El Simposio y sus memorias nos dejan mensajes clave y realmente esperanzadores. La educación no puede reducirse a la mera transmisión de contenido, sino que debe entenderse como un proceso ético, vital y transformador en el que se construyen y cultivan valores humanizantes, de tal manera que fortalezcan el bienestar individual y colectivo en todos los sentidos.

Hablar de una educación de calidad implica poner en el centro la felicidad, la dignidad y la realización plena de quienes forman parte de la comunidad académica: estudiantes, docentes, territorios y la comunidad circundante. Una academia verdaderamente humana trasciende los indicadores técnicos y administrativos para convertirse en un espacio de pensamiento libre, creación sensible, compromiso ético y construcción de ciudadanía crítica y solidaria. Apostar por una educación con sentido, que despierte la vocación y nos motive desde el cuidado, que permita generar impactos transformadores en lo social y lo humano, es apostar por un futuro más justo, compasivo y consciente. Educar es también un acto de resistencia y esperanza, es cultivar comunidad, dignidad y alegría compartida, incluso en medio de la adversidad.

Al culminar este recorrido por las valiosas contribuciones de nuestros invitados especiales, el Centro de Pensamiento Rafael García Herreros, a través de Liliana Chaparro y Katerine Bonilla, expresa su más profundo agradecimiento a cada uno de los ponentes que enriquecieron el V Simposio Internacional de la Cátedra Minuto de Dios con sus reflexiones, experiencias y sabiduría. Sus aportes han trazado un mapa conceptual y vivencial que nos permite comprender la felicidad y la esperanza no como ideales inalcanzables, sino como realidades construibles desde la formación integral, el servicio a los demás y el compromiso con la transformación social.

Las conclusiones que emergen de este diálogo de saberes nos invitan a reconocer que la verdadera felicidad se encuentra en la búsqueda del bien común, que la esperanza auténtica nace de la acción comprometida con la justicia y que la educación superior tiene la responsabilidad ineludible de formar seres humanos íntegros capaces de construir sociedades más humanas y equitativas.

En coherencia con el legado del padre Rafael García Herreros y el espíritu que anima a UNIMINUTO, hacemos un llamado especial a todos los participantes del Simposio y a los lectores de estas *Memorias* para que se conviertan en embajadores de la esperanza y la felicidad en sus respectivos contextos de vida. Que cada aula, cada hogar, cada comunidad y cada espacio de encuentro humano se transforme en un laboratorio de construcción de esa sociedad soñada donde la dignidad, la solidaridad y el amor fraterno sean los pilares fundamentales de nuestra convivencia.

## PERFILES DE LOS PONENTES



### Dra. Stéphanie Lavaux

Vicerrectora académica  
de UNIMINUTO

En **UNIMINUTO**, lidera, coordina y articula toda la parte académica en el sistema universitario de la institución. Doctora en Ciencia Política de la *Université Toulouse 1 Sciences Sociales (UT1)* (Francia) y Politóloga con énfasis en Relaciones Internacionales del *Institute d'Etudes Politiques de Toulouse* (Francia), con D.E.A en Ciencia Política con énfasis en Relaciones Internacionales de la Universidad de Ciencias Sociales de Toulouse, Francia. Ha sido docente de las Facultades de Ciencia Política y Gobierno y de Relaciones Internacionales de la Universidad del Rosario en Bogotá. Directora del Centro de Estudios Políticos e Internacionales (CEPI) de las mismas facultades. Su tema central de interés es la seguridad ambiental, los procesos de integración y cooperación regionales, las relaciones internacionales. Con más de 20 años de experiencia en educación superior en los ámbitos nacional e internacional en alta dirección y gestión universitaria

(como directora de centros, decana y vicerrectora académica) y desarrollo de proyectos académicos (como profesora y consultora).

El liderazgo de la Dra. Lavaux es conocido en la transformación y el acompañamiento a las instituciones de educación en su planeación estratégica, valoración y empoderamiento del talento humano, oferta académica, investigación científica, innovación y transferencia, servicio a la sociedad y a las comunidades locales, internacionalización, acreditación y orientación a resultados, bajo los más altos estándares de integridad, de calidad y de orientación al cambio y a resultados de los equipos, con reconocimientos nacionales e internacionales.



**Dr. Nelson Bedoya G.**  
Vicerrector académico de  
UNIMINUTO BCB

Es doctor en Filosofía y doctorando en Innovaciones Educativas con uso de TIC de la Universidad de la Sabana. Actualmente es vicerrector académico de la Rectoría Bogotá, Cundinamarca y Boyacá. Cuenta con una destacada trayectoria como líder educativo. Su amplia experiencia en gestión académica e innovación educativa se complementa con dos maestrías: una en Administración de las Organizaciones y otra en Teoría y Práctica de la Prosocialidad y las Aplicaciones de la Logoterapia, fundamentadas en sus estudios de pregrado en Filosofía. A lo largo de su carrera en el sector educativo, tanto como profesor y directivo docente, ha liderado proyectos de transformación curricular y organización escolar. En la actualidad, su enfoque principal es la innovación educativa y el desarrollo de proyectos de aprendizaje con Inteligencia Artificial, con el firme compromiso de impulsar la calidad e innovación en el sector educativo para la formación de líderes y ciudadanos integrales.



**Dra. Adriana Marcela  
Galeano Amaya**

Es doctora en Pensamiento Complejo, Magíster en Psicología Clínica y de la Familia y Psicóloga. Cuenta con una sólida trayectoria en investigación, intervención psicosocial y docencia universitaria. Actualmente, se desempeña como docente de supervisión de práctica clínica en la Maestría en Psicología Clínica y de la Familia y es miembro del Colectivo de Investigación e Intervención Psicosocial Crisálida.

Su experiencia se centra en la consultoría y psicoterapia individual, familiar y de pareja, con niños, jóvenes y adultos. Ha trabajado en procesos de resiliencia y reconstrucción identitaria en personas víctimas de secuestro y sus familias, así como en estudios sobre violencia de pareja y reconfiguración de patrones relacionales a través de prácticas dialógicas. Ha desarrollado intervenciones y estudios que contribuyen a la comprensión y transformación de dinámicas psicosociales complejas.



**Dr. Victoriano  
Suárez Álvarez**

Es doctorando en Sociología con la Universidad Nacional de Educación a Distancia de España, cuenta con una Maestría en Intervención Social en las Sociedades del Conocimiento por la Universidad internacional de la Rioja (UNIR), es Máster en Cooperación Internacional y Ayuda Humanitaria del Centro de Estudios en Ayuda Humanitaria - Proyecto Kalú de Oviedo – España, y Licenciado en Psicología de la Universidad de Oviedo; así mismo, es docente universitario de diversas instituciones de Educación Superior en: Ecuador, Camboya y España.

Trabajó en la Fundación IOI (Iniciativa de extensión intercultural) Galápagos donde realizó el seguimiento de los programas de trabajo de la institución, proyectos y actividades. Como coach y psicólogo, ha participado en numerosos proyectos a través del emprendimiento *Breaking Minds*, colaborando en proyectos de liderazgo, trabaja en gestión de proyectos y metodologías ágiles.



**Dra. Karina Edith  
Ordoñez Torres**

Es Doctora en Bioética, Maestra en Bioética y Licenciada en Ciencias de la Familia. Se destaca en su actividad laboral como Coordinadora Académica del Instituto de Bioética, Docente y miembro del Comité Ético Científico de la Universidad *Finis Terrae*, Chile. Ética de la Investigación de la Facultad de Medicina y Ciencias Biomédicas, Universidad Autónoma de Chihuahua. Directora Académica de la Academia Internacional de Líderes Católicos. Miembro de Sociedad Chilena de Bioética, de la red latinoamericana y del caribe de educación bioética (REDLACEB) y de la Academia Nacional Mexicana de Bioética, Capítulo Chihuahua. Además, ha impartido conferencias en México y Chile sobre temas de Bioética y Familia. En 2022 fue subdirectora operativa del Instituto Municipal de las Mujeres en Chihuahua.



**P. Germán  
Prieto García**

Es sacerdote Eudista. Maestrante en Pensamiento Social Cristiano, Especialista en Gerencia Social de **UNIMINUTO**. Es Teólogo y Filósofo de la Pontificia Universidad Javeriana. Su experiencia laboral entre otras es como Profesor de filosofía de **UNIMINUTO**, director del Centro de espiritualidad eudista Betania, Nicaragua. Profesor de Filosofía en Seminarios centroamericanos y Párroco de la Iglesia Nuestra Señora de los dolores, Nicaragua y tutor virtual Cátedra Minuto de Dios y de la electiva de Gestión y Transformación de Territorios. Es residente permanente en Nicaragua. Desde el año 2007 y hasta el 2014 fue asesor nacional de la RCC de Nicaragua, y a partir del año 2014 párroco de la Iglesia Nuestra Señora de los Dolores, en Carazo, Nicaragua.



**Dr. Alirio  
Raigozo Camelo**

Director del  
Centro de Pensamiento  
**Rafael García Herreros -  
UNIMINUTO**

Es Doctor en Educación por la Universidad Central de Nicaragua (Managua), Magister en Teología por el Instituto Católico de París (París), Magister en Paz, Desarrollo y Ciudadanía por la Corporación Universitaria Minuto de Dios-**UNIMINUTO** (Bogotá), Licenciado en Teología por la Pontificia Universidad Javeriana (Bogotá). Tiene experiencia en: acompañamiento de procesos académicos en Educación Superior, acompañamiento de procesos investigativos en Educación Superior, acompañamiento en procesos de Formación Humana y Formación religiosa, acompañamiento en procesos de formación de adultos en perspectiva andragógica. Ha estado vinculado a **UNIMINUTO** desde el año 2012 hasta la fecha. Se ha desempeñado como: Decano de la Facultad de Ciencias Humanas

y Sociales, Director del Centro Internacional de Investigación para el Desarrollo de la Educación (CIIDE), Director de Investigaciones de la sede principal de **UNIMINUTO**, docente universitario (en el Instituto Bíblico Pastoral Latinoamericano, en el campo de la antropología teológica y la práctica pastoral bíblica). Actualmente, es Director del Centro de Pensamiento Rafael García Herreros.



**Mg. Mary Liliana  
Chaparro Zambrano**

Coordinadora Académica de  
Centro de Pensamiento  
**Rafael García Herreros -  
UNIMINUTO**

Con más de 15 años de dedicación a la docencia y a la gestión administrativa, tanto presencial como virtual, en **UNIMINUTO**. Posee un Magíster en Educación de la Universidad Tecnológico de Monterrey, México, que complementa su visión estratégica de la pedagogía global. Su formación se fortalece con una Especialización en Gerencia Social y una titulación como Administradora de Empresas, ambas obtenidas en **UNIMINUTO**, brindándole una perspectiva integral para abordar los retos educativos y sociales desde diversas aristas.

Su experticia en la aplicación de metodologías innovadoras se evidencia en sus múltiples diplomados, incluyendo Herramientas Educativas Digitales, Docencia Universitaria, Educación para el Desarrollo, Alta Dirección Universitaria y Diseño de

Ambientes Virtuales de Aprendizaje. A lo largo de su carrera, ha desempeñado roles clave como docente de Ciencias Empresariales, Coordinadora de Transversales y Tutora Virtual de diversos cursos disciplinares. Su experiencia administrativa abarca la Coordinación de Prácticas Sociales, Coordinación de Contratación, lo que demuestra su versatilidad y profundo conocimiento de los procesos universitarios. Además, su compromiso con la academia se refleja en la autoría de diversos artículos académicos publicados en libros y revistas, consolidando su aporte al conocimiento en el campo educativo.

El **V Simposio Internacional de la Cátedra Minuto de Dios**, centrado en las "**La felicidad y la esperanza como ejes transversales en la formación integral**", presentó una reflexión profunda sobre el papel de la educación en la formación de personas comprometidas con su entorno y dispuestas a servir a los demás. En consecuencia, destacó la importancia de la educación como una herramienta para transformar la sociedad y promover la igualdad de oportunidades, como un proceso continuo y transformador, que va más allá de la adquisición de conocimientos.

El evento destacó la importancia de conectar el aprendizaje continuo con el compromiso por el bien común y la dimensión espiritual y social; invitando a los participantes a adoptar una perspectiva más amplia y significativa sobre su propio proceso de aprendizaje. Se exploraron diversas temáticas como la inclusión educativa, la educación en contextos carcelarios, la educación para la sostenibilidad y el papel de la cultura en la formación integral.

El legado del Padre Rafael García Herreros fue un eje central en el simposio, inspirando a los participantes a construir un mundo más justo y equitativo a través de la educación. Su visión de una educación integral, que combina conocimientos académicos con valores humanos y compromiso social, fue destacada como un modelo a seguir.

Finalmente, el simposio señaló la necesidad de adaptar los sistemas educativos a las necesidades de un mundo en constante cambio, fomentando el aprendizaje colaborativo, la creatividad y la innovación. En la búsqueda de formar ciudadanos críticos, creativos y comprometidos con el desarrollo de sus comunidades.



**UNIMINUTO**  
Corporación Universitaria Minuto de Dios  
Educación de calidad al alcance de todos