

## **Dos Preguntas.**

Lic. Galo Guerra. Psicólogo Modificador de Conducta,  
Director del Instituto Conductual de Costa Rica  
Oficina 2255 1380 correo galo@incocr.org

Revisando el otro día una película en la que protagoniza Jack Nicholson -quien siempre me ha parecido un actor extraordinario- me hizo recordar la creencia y tradición egipcia relacionada al momento de la muerte. Según la tradición a quien moría se le hacían dos preguntas para entrar en la gloria: la primera “*¿Has encontrado la felicidad en tu vida?*”; y la segunda “*¿Ha hecho tu vida feliz a los demás?*”.

Estas preguntas son de por sí no solo complicadas de resolver, sino que también orientan a nuestras acciones, pensamientos y emociones a tener una meta u objetivo a alcanzar. La mayoría de las filosofías antiguas y orientales están llenas de máximas similares que nos brindan la oportunidad de reflexionar sobre nuestro proceder, pero a la vez nos orientan sutilmente a mejorar nuestra forma de ver la vida y al mundo en general. Vale la pena quedarse con la tareíta y ahondar un tanto más en esas filosofías.

Que si se ha encontrado la felicidad en la vida, es lamentablemente una respuesta afirmativa que pocos podrían dar si lo que se toma en cuenta es la concentración actual en el consumismo, en el excesivo apego a un teléfono celular, en que ahora amar y perdonar a una pareja se convirtió en dependencia según la psicología moderna...

Que si mi vida y acciones han hecho felices a otros, es lamentablemente otra pregunta difícil de contestar afirmativamente, ya que el contacto con terceros lo hemos disminuido tanto que la mayoría de personas no podrían precisar cuando fue que hicieron algo para que otro ser humano fuese feliz, pues estamos demasiado ocupados chateando, enviando mensajes de texto, husmeando en el Hi5 de alguien a quien no conocemos, o bien pegados a la tele o a la consola de videojuego.

La modernidad y su excesiva complacencia a nuestra mediocridad personal nos ha hecho dejar de preguntarnos cosas importantes de la forma en que vivimos, generando una incapacidad auto reflexiva pasmosa. El futuro no nos resultaría halagüeño si tuviésemos que contestarnos esas mismas preguntas hoy mismo... ¿o sí?