

Trasladada de nuevo al presente, la paciente sollozó; pero yo quiero pensar que fue un sollozo de aliento, para tomar aire. Ella reconocía de nuevo su camino. Yo quiero imaginar también que los demás participantes del grupo se miraron asimismo en el «espejo mágico» para fijarse en sus propias trayectorias, ya fuera como advertencia ya como pauta de viaje. Lo que cuenta al final no es lo que ha sido agradable, sino lo que ha estado lleno de sentido.

Dicho brevemente, largamente meditado

Aforística logoterápica de E. Lukas



La historia de la humanidad no comenzó el día en que los animales pasaron a utilizar los objetos como herramientas, sino el día en que el espíritu pasó a convertirse en herramienta suya un cuerpo animal suficientemente bien desarrollado.



El yo de hoy, que es libre de elegir el yo de mañana, es al mismo tiempo el yo responsable del yo que lo eligió ayer.



A todo ser humano, independientemente de la situación en la que se encuentre, se le «encomienda» algo constantemente, aunque sólo sea el soportar su situación pacientemente y sin mal humor. Pero, en principio, no es «encomendado» por los demás humanos, ni tampoco por la sociedad a la que pertenece, sino ante todo y sobre todo por la vida misma.



O bien asumimos una tarea vital o bien acabamos abdicando de nosotros mismos.



El sí al ser depende de si nos decidimos o no por el sentido.



Nunca se traerá a colación el suicidio a causa de una felicidad perdida si se considera necesario seguir viviendo por un sentido que realizar.



Donde falta un mínimo de autodisciplina, las fuerzas espirituales salen derrocadas.



Los hechos presuponen un motivo por el que se producen.



Con una autorrealización bien entendida y bien lograda, en modo alguno se satisfacen todas las necesidades humanas, sino que el mundo se vuelve un poquitín más luminoso, más amable, por medio de este yo que se realiza en cuanto que actúa a su propia manera, inconfundible, personal y fructífera.



Tenemos que liberarnos interiormente de dependencias fatídicas para ser libres de tomar decisiones res-

ponsables que dependen a su vez del sentido de la situación.



Ningún ser humano se ha ido a pique solamente por una frustración; sí es cierto que muchos humanos con reacciones negativas a las frustraciones se han sentido desdichados, lo que está relacionado con el hecho de haber propagado por el mundo algo sin sentido en vez de haberlo abordado con sentido.



Yo no deseo nada para mí, no temo nada por mí; soy libre para llevar una vida llena de sentido.



Es realmente libre quien se libra del acoso de la angustia y de los apetitos. Es libre quien no desea nada ni teme nada en el plano emocional, sino que se entrega a una resonancia natural e intuitiva en el día a día, tal y como se le presenta.



Cambiar siempre sólo se puede a uno mismo, pero a uno mismo se puede siempre.



Quien lucha obstinadamente contra todas las dificultades consigue un constante incremento de ellas.



La disposición a aguantar también las cosas desagradables hace que la vida resulte más fácil; la falta de disposición la convierte en una catástrofe.



La verdadera paz de espíritu no se encuentra nunca al final de una huida, sino siempre al principio de una aceptación.



Un ser humano que se sabe a salvo no necesita realmente de mucho.



Junto a las propias necesidades, existe también una *menesterosidad del mundo*. Percibir ésta con la debida sensibilidad es para las personas con trastornos psíquicos la mejor medicina que pueda haber.



Es como si, en el respectivo sentido del momento, resonara la famosa máxima profética según la cual ganarán la vida aquellos que se declaren de acuerdo con perderla y entregarla... por una causa llena de sentido.



El estrés necesita un futuro que se llene con una visión. El ocio necesita un pasado que se llene con una obra acabada.



El último deber del ser humano no es precisamente protegerse de las cosas desagradables, sino aportar frutos a nuestro mundo desde la confianza en Dios.



No se trata de las circunstancias con las que uno se encuentra, sino siempre de la obra de la vida que alguien ha llevado a cabo a partir de ellas.



Quien busca problemas, encontrará problemas; quien busca tareas en la vida, encontrará la plenitud del sentido. Una vida plena es un camino que siempre está abierto... para todos.



El rendimiento humano está siempre en relación con las circunstancias en las que se produce.



Tal vez sea esto lo maravilloso del trabajo: falta a quien lo rechaza y aplasta a quien se le quiere imponer, pero da alas a quien lo realiza para que se haga una obra que ha estado esperándolo a él y a su acción, durante toda una vida y de manera incesante.



El motivo de una acción es tan importante para el actuante como la bondad de la misma para el «actuado».

