

21 – Vida

Posted on January 01, 1970 by Néstor Martínez

Mateo 19: 29 = Y cualquiera que haya dejado casas, o hermanos, o hermanas, o padre, o madre, o mujer, o hijos, o tierras, por mi nombre, recibirá cien veces más, y heredará la vida eterna. La vida eterna no es algo que se consigue peleando o haciendo esfuerzos personales, es algo que se hereda como hijos que somos. NTV lo expresa así: **Y todo el que haya dejado casas o hermanos o hermanas o padre o madre o hijos o bienes por mi causa recibirá cien veces más a cambio y heredará la vida eterna.** ¿Es un canje? No, es una recompensa. Pero no la vida eterna, ella sigue siendo herencia, derecho legal por calidad de hijos. La palabra “Vida” es tan cotidiana que a veces se vuelve invisible. La usamos para saludar, para despedirnos, para desear bienestar o para describir lo que creemos que somos. Sin embargo, cuando uno se detiene a observarla con atención —no solo desde lo biológico sino desde lo espiritual, lo humano y lo social— aparece como un misterio vasto, profundo y desafiante. Vida no es simplemente existir: **es un don en movimiento, una oportunidad continua, una responsabilidad compartida.** Desde una mirada bíblica —no como sistema religioso rígido, sino como fuente viva de sabiduría— la Vida no comienza en el nacimiento ni termina en la muerte. Se presenta como algo que fluye desde el origen mismo de todo lo creado, una energía que sostiene, ordena y da sentido. En el relato de la creación, la Vida no surge del caos por accidente: es pronunciada, intencionada, declarada buena. Esto ya nos da una primera clave: la Vida tiene valor intrínseco. No depende de la productividad, del éxito ni de la aprobación social. Vale porque es. Ahora bien, vivir no es automático. Respirar no es lo mismo que vivir plenamente. Hay personas que, aun teniendo todo lo necesario para subsistir, experimentan vacío, desconexión o falta de propósito. Y aquí es donde la comprensión espiritual de la Vida aporta una dimensión que muchas veces la cultura contemporánea descuida: la Vida necesita sentido. Sin sentido, se vuelve mecánica; con sentido, se transforma en camino. El evangelio del Reino de Dios introduce una idea poderosa: la Vida verdadera no se reduce a la duración, sino a la calidad del vínculo con lo trascendente y con los demás. No es una promesa exclusivamente futura, sino una realidad que puede comenzar aquí y ahora. Esto tiene implicancias prácticas enormes. Si la Vida plena es accesible en el presente, entonces nuestras decisiones cotidianas —cómo tratamos a otros, cómo administramos el tiempo, cómo respondemos al conflicto— adquieren un peso diferente. En lo social, la palabra Vida también enfrenta tensiones. Vivimos en un mundo donde, paradójicamente, se habla mucho de derechos, pero se cuida poco la dignidad concreta. Hay sistemas que priorizan la eficiencia por encima de la persona, estructuras que invisibilizan a los más vulnerables y dinámicas que fragmentan la convivencia. En este contexto, hablar de Vida es, en cierto modo, contracultural. Implica afirmar que cada ser humano tiene un valor que no puede ser negociado. Pero tampoco se trata de idealizar. La Vida incluye dolor, pérdida, incertidumbre. Negarlo sería ingenuo. La pregunta no es cómo evitar todo sufrimiento —algo imposible— sino cómo atravesarlo sin perder la esencia. Aquí aparece otra enseñanza clave: **la Vida se fortalece en la adversidad cuando hay propósito.** No es el dolor en sí lo que construye, sino la manera en que se lo integra. Hay quienes salen endurecidos; otros, en cambio, salen más humanos. Un aspecto interesante es cómo la Vida se expresa en lo cotidiano. No hace falta esperar grandes eventos para experimentarla en profundidad. Está en lo simple: una conversación honesta, un gesto de generosidad, una decisión justa. A veces buscamos experiencias extraordinarias y pasamos por alto lo esencial. La Vida, en su forma más genuina, suele ser discreta. No hace ruido, pero transforma. Porque una visión profunda de la Vida no tiene por qué ser solemne o pesada. De hecho, una espiritualidad sana incluye la capacidad de reírse —no de manera burlona, sino liberadora. El humor bien entendido nos recuerda que no somos el

centro del universo, que podemos equivocarnos y volver a intentar. En cierto modo, reír es una forma de humildad. Ahora bien, si la Vida es un don, también es una tarea. No basta con recibirla; hay que cultivarla. Esto implica responsabilidad personal. No podemos controlar todo lo que nos sucede, pero sí cómo respondemos. Y aquí aparecen recursos prácticos que no requieren grandes teorías: **Primero**, la atención. Vivir atentos cambia la calidad de la experiencia. Prestar atención a lo que pensamos, a lo que sentimos, a cómo reaccionamos. Muchas veces vivimos en piloto automático, **repetiendo patrones sin cuestionarlos**. La atención abre la puerta a la transformación. **Segundo**, la gratitud. No como frase hecha, sino como ejercicio consciente. Agradecer no elimina los problemas, pero reconfigura la mirada. Permite reconocer lo que sí está, lo que funciona, lo que sostiene. Y eso genera una base emocional más estable. **Tercero**, la coherencia. Intentar que lo que creemos, lo que decimos y lo que hacemos estén alineados. No es fácil, pero es fundamental. La incoherencia desgasta, fragmenta, genera conflicto interno. La coherencia, en cambio, simplifica la vida. **Cuarto**, el servicio. La Vida se expande cuando se comparte. Ayudar a otros no es solo un acto altruista; también es una forma de encontrar sentido. Cuando alguien descubre que puede aportar algo, por pequeño que sea, su percepción de la Vida cambia. **Quinto**, el descanso. En una cultura que glorifica la productividad, descansar parece casi un lujo. Pero no lo es. Es una necesidad. **La Vida necesita pausas para regenerarse**. Sin descanso, todo se vuelve pesado, incluso lo que debería ser disfrutable. Desde una perspectiva ideológica objetiva, es interesante notar que la palabra Vida es utilizada por distintas corrientes con significados diversos. Algunos la asocian con libertad individual, otros con justicia social, otros con desarrollo económico. Todas estas dimensiones son importantes, pero ninguna agota el concepto. **La Vida es más amplia que cualquier marco ideológico**. Intentar reducirla a una sola dimensión es empobrecerla. Por eso, una visión equilibrada reconoce la complejidad. La Vida incluye lo personal y lo colectivo, lo material y lo espiritual, lo inmediato y lo trascendente. No se trata de elegir entre uno u otro, sino de integrarlos. Y esa integración es un proceso, no un estado fijo. Otro punto clave es la identidad. ¿Quién soy en relación con la Vida? ¿Soy un espectador, un sobreviviente, un protagonista? La respuesta a esta pregunta influye en cómo vivimos. Si uno se percibe como víctima permanente, la Vida se siente como carga. Si se percibe como protagonista responsable, la misma realidad adquiere otro color. Esto no significa negar las injusticias o las dificultades reales. Sería irresponsable. Pero sí implica reconocer que, incluso en contextos complejos, hay un margen de acción. Y ese margen, aunque sea pequeño, puede marcar una diferencia. En términos espirituales, la Vida también se relaciona con la confianza. No una confianza ingenua, sino una confianza profunda en que hay un propósito mayor, aunque no siempre lo entendamos. Esta confianza no elimina las preguntas, pero evita que las preguntas nos paralicen. Hay una tensión interesante entre control y entrega. Queremos controlar todo, planificar cada detalle, asegurar resultados. Pero la Vida tiene una cuota de imprevisibilidad que no se puede eliminar. Aprender a soltar cierto control —sin caer en la pasividad— es parte del crecimiento. **Es como navegar: uno puede ajustar las velas, pero no puede controlar el viento**. En lo comunitario, la Vida se potencia en relación. Nadie vive plenamente aislado. Necesitamos vínculos. Pero no cualquier vínculo: vínculos sanos, basados en el respeto, la honestidad y la empatía. La calidad de nuestras relaciones impacta directamente en nuestra experiencia de la Vida. Y aquí aparece un desafío contemporáneo: la hiper conectividad digital no siempre se traduce en conexión real. Podemos tener cientos de contactos y sentirnos solos. Recuperar espacios de encuentro genuino —cara a cara, sin pantallas de por medio— es una forma concreta de cuidar la Vida. También es importante hablar del lenguaje. Las palabras que usamos influyen en cómo percibimos la Vida. Un lenguaje negativo, fatalista o agresivo tiende a reforzar una visión limitada. En cambio, un lenguaje que reconoce posibilidades, que construye, que afirma, abre caminos. No se trata de negar la realidad, sino de no quedar atrapados en una narrativa que nos reduce. Finalmente, la Vida plantea una pregunta inevitable: ¿Para qué? No en un sentido abstracto, sino personal. ¿Para qué estoy acá? ¿Qué sentido tiene mi paso por este mundo? No hay una respuesta única ni inmediata. Es una búsqueda. Pero es una búsqueda que vale la pena. Porque cuando el “para qué” se vuelve claro, muchas otras cosas se ordenan. Las prioridades se ajustan, las decisiones se simplifican, los conflictos se relativizan. No desaparecen, pero dejan de ocupar el centro. En síntesis, la Vida es un don que se recibe y una tarea que se construye. Es un misterio que se explora y una realidad que se practica. No se agota en definiciones, pero se expresa en acciones. Y aunque cada persona la vive de manera única, hay

principios que la atraviesan: valor, sentido, relación, coherencia, esperanza. Quizás no podamos resolver todas las preguntas ni evitar todas las dificultades. Pero sí podemos elegir cómo vivir lo que nos toca. Y en esa elección —día a día, decisión a decisión— la palabra Vida deja de ser un concepto abstracto y se convierte en experiencia concreta. Y eso, en tiempos donde muchas cosas parecen vaciarse de significado, ya es mucho.

Posted in: Blog, Sin Categoría | | With 0 comments
