

25 – Prisa

Posted on January 01, 1970 by Néstor Martínez



Proverbios 19: 2 = El alma sin ciencia no es buena. Y aquel que se apresura con los pies, peca. Presta mucha atención que no te está diciendo que no te apresures con tus pensamientos del alma o con las conclusiones de tu espíritu. Eso también pesa, pero lo que te conduce de inmediato al pecado, es el apresuramiento de nuestros pies, o sea de nuestro cuerpo. Versión NTV: **El entusiasmo sin conocimiento no vale nada; la prisa produce errores.** Creo que aquí te ha quedado más que claro, ¿Verdad? La prisa se ha vuelto un idioma universal. No importa el país, la cultura o la edad: todos la hablamos con fluidez, aunque nos deje sin palabras para lo verdaderamente importante. Vivimos corriendo, pero rara vez sabemos hacia dónde. Y en ese vértigo cotidiano, donde cada segundo parece valer oro, olvidamos algo esencial: **el valor del tiempo no está en su velocidad, sino en su propósito.** La prisa no es simplemente moverse rápido. Es una forma de vivir desconectada del sentido profundo de la existencia. Es levantarse pensando en lo que falta, acostarse sintiendo que no alcanzó, y atravesar el día como quien sobrevive más que como quien vive. **Es el alma apurada intentando llenar vacíos que no se resuelven con velocidad.** Desde una mirada espiritual, la prisa no solo desgasta el cuerpo: dispersa el corazón. Nos fragmenta. Nos divide entre lo urgente y lo importante, inclinándonos casi siempre por lo primero. Y así, sin darnos cuenta, lo urgente se convierte en un tirano que gobierna nuestras decisiones, mientras lo esencial queda relegado a "cuando haya tiempo" ... un momento que casi nunca llega. Sin embargo, cuando observamos la vida desde la perspectiva del Reino de Dios, aparece una lógica distinta. Una lógica que no niega la acción ni la responsabilidad, pero que redefine el ritmo. No se trata de hacer menos, sino de vivir con dirección. No se trata de lentitud por pereza, sino de pausa con sentido. **Jesús no vivió apurado.** Y eso resulta profundamente llamativo en un mundo que también en su tiempo estaba lleno de necesidades urgentes. Había enfermos esperando, multitudes buscando, conflictos sociales y religiosos constantes. Sin embargo, **Él caminaba con propósito, no con ansiedad.** Podía detenerse en medio de una multitud por una sola persona. Podía apartarse a orar cuando todos lo buscaban. Podía esperar antes de actuar, incluso cuando otros lo consideraban tarde. Esto no es un detalle menor: revela una forma de vivir profundamente libre. Libre de la presión externa, libre del ruido, libre del miedo a "no llegar". Una libertad que nace de la confianza en el propósito, no en la velocidad. Hoy, la prisa se ha normalizado al punto de confundirse con productividad. Si estás ocupado, parece que estás haciendo las cosas bien. Si no parás, eres valorado. Pero esa lógica, aunque socialmente aceptada, es espiritualmente peligrosa. Porque nos lleva a medir la vida por lo que hacemos y no por lo que somos. Y ahí es donde aparece una pregunta incómoda pero necesaria: ¿Qué estamos perdiendo por vivir apurados? Perdemos profundidad en nuestras relaciones. Escuchamos a medias, respondemos sin comprender, compartimos sin presencia. Perdemos capacidad de asombro. Todo pasa tan rápido que nada nos impacta. Perdemos claridad interior. No hay espacio para procesar, para reflexionar, para discernir. Y, quizás lo más importante, perdemos sensibilidad a la voz de Dios en lo cotidiano. Porque Dios no suele gritar en medio del ruido. Su voz es clara, pero requiere atención. No porque Él sea débil, sino porque respeta profundamente nuestra libertad. Y en una vida dominada por la prisa, esa atención se vuelve escasa. Ahora bien, esto no significa que la solución sea retirarse del mundo o dejar de tener responsabilidades. La propuesta no es evasión, sino transformación. Se trata de aprender a vivir en el mismo contexto, pero con otro espíritu. ¿Cómo se logra eso en la práctica? Primero, redefiniendo prioridades. **No todo lo urgente es importante. Y no todo lo importante es urgente.** Hacer este discernimiento de manera consciente cambia radicalmente la forma en que usamos nuestro tiempo. Implica decidir, por ejemplo, que una

conversación significativa vale más que una tarea más en la lista. Que un momento de silencio vale más que una hora de distracción automática. Segundo, incorporando pausas intencionales. No pausas vacías, sino espacios donde el alma pueda respirar. Puede ser unos minutos al comenzar el día, una caminata sin celular, un momento de reflexión antes de dormir. No se trata de cantidad, sino de calidad. Pequeños actos de pausa pueden generar grandes cambios de perspectiva. Tercero, cultivando la presencia. Estar donde estamos. Parece obvio, pero no lo es. Muchas veces estamos físicamente en un lugar, pero mental y emocionalmente en otro. Practicar la presencia implica atender a la persona que tenemos enfrente, a la tarea que realizamos, al momento que vivimos. Es una forma concreta de honrar la vida.

Cuarto, aprendiendo a decir "no". La prisa muchas veces es consecuencia de haber dicho demasiados "sí" sin discernimiento. Decir "no" no es egoísmo: es responsabilidad. Es reconocer que el tiempo es limitado y que no todo merece ocupar un lugar en nuestra agenda. Quinto, recuperando el sentido del descanso. No como escape, sino como parte del diseño. **Descansar no es perder tiempo: es invertir en vida.** Es permitir que el cuerpo se recupere, que la mente se ordene, que el espíritu se renueve. Y en todo esto, hay un componente clave: la confianza. La prisa, en el fondo, muchas veces nace del miedo. Miedo a no llegar, a no lograr, a no ser suficiente. Pero cuando hay confianza en que la vida tiene un propósito mayor, esa ansiedad pierde fuerza. Confiar no significa pasividad. Significa actuar desde un lugar de seguridad interior, no desde la desesperación. Significa hacer lo que corresponde, pero sin cargar con lo que no nos corresponde. Desde una perspectiva social, vivir sin prisa también es un acto contracultural. En una sociedad que premia la velocidad, elegir la profundidad es casi una rebeldía. Pero es una rebeldía que construye. Porque genera vínculos más sanos, decisiones más conscientes y una vida más coherente. Además, tiene un impacto colectivo. Una persona que vive con paz interior transmite paz. Una persona que escucha de verdad mejora la calidad de las relaciones. Una persona que actúa con propósito influye en su entorno de manera positiva. No se trata de cambiar el mundo de un día para otro, sino de transformar el espacio que habitamos. Y eso empieza por cómo vivimos nuestro tiempo. Ahora bien, tampoco se trata de idealizar. Todos, en mayor o menor medida, caemos en la prisa. Es parte de la condición humana en este contexto. Pero reconocerlo es el primer paso para cambiarlo. Y acá es donde entra un elemento que aporta incluso un toque de humor: muchas veces corremos tanto que si alguien nos preguntara exactamente qué estamos haciendo, no sabríamos explicarlo con claridad. Es como estar en una carrera sin saber cuál es la meta. Y lo más curioso es que, aunque lleguemos primero, no sabremos si valía la pena. Tal vez sea momento de hacernos preguntas más simples, pero más profundas: ¿Esto que estoy haciendo tiene sentido? ¿Me acerca a lo que realmente importa? ¿Estoy viviendo o solo estoy cumpliendo? No hay respuestas mágicas ni fórmulas únicas. Pero sí hay una dirección posible: volver a lo esencial. Volver a una vida con propósito, con sentido, con conexión. El evangelio del Reino de Dios no propone una vida perfecta ni sin desafíos. Propone una vida con fundamento. Una vida donde lo espiritual no está separado de lo cotidiano, sino integrado. Donde cada decisión, cada relación, cada momento puede ser vivido con sentido. Y en ese marco, la prisa pierde protagonismo. No porque desaparezca por completo, sino porque deja de gobernar. Quizás la clave no sea correr menos, sino correr mejor. No hacer menos, sino hacer con sentido. No vivir más lento por obligación, sino vivir más consciente por elección. Al final del día, la pregunta no será cuán rápido vivimos, sino cuán profundamente lo hicimos. Y tal vez, solo tal vez, descubramos que la verdadera plenitud no estaba en llegar antes, sino en caminar con propósito. Porque una vida alineada con el Reino no se mide en velocidad, sino en verdad, en amor y en coherencia. Y eso, por más simple que parezca, cambia todo.

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