



Te queda para vivir LO MEJOR de la vida

Gabriel Guzmán

Nuestro amigo de *Vida y contemplación*.
comparte "un regalo del cielo".

Agradecidos, saboreamos su sabiduría.

Una aventura espiritual a tu alcance

No es tarde. No has "perdido el tren". Párate y escucha a Jesús: tu cita con la Vida está aquí y ahora.



No hay que ir a ningún sitio, porque ya has llegado. No necesitas esperar nada ni a nadie. Lo tienes todo dentro de ti: la capacidad de querer incondicionalmente, de compadecerte, de generar paz y alegría, de reflejar la luz que ha sido depositada en tu seno...

Puedes comenzar, sin demora, la más hermosa aventura de tu vida. Abraza esta oferta, o mejor, abrázate a Jesús, a quien buscabas. Te está esperando. Nada, ni nadie podrá arrebatarte el vivir lo mejor de tu vida.

Somos percederos. Lo sabemos, pero nos resistimos a vivirlo con alegría. La respuesta social habitual es bien conocida. Se piensa: "Te queda lo peor, pobrecito/a" Por favor, no te dejes engañar. Puede ser que siguiendo la inercia social estés renunciando a un proyecto mucho más atractivo. Este proyecto tiene que ver con tu identidad humana más destacada: tu dimensión sagrada, espiritual, aquella que trasciende el tiempo y el espacio.

Tu espíritu no ha envejecido. Por el contrario, puede estar más despierto, más abierto al misterio. Puede y quiere protagonizar tu existencia. Envejecer es parte de la vida, tanto como la enfermedad y la muerte física. El deterioro es la condición natural de nuestro cuerpo. Aceptarlo es un acto de cordura. Pero podemos dar un paso más y aceptar esta realidad, tal como es, con alegría. Obtendremos un premio seguro: una fuente de paz y dicha interior.

En *Vida y Contemplación* somos muchas las personas de edad madura o avanzada. Algunos tenemos deficiencias físicas progresivas, muchos estamos jubilados y otros por jubilar. Todos tratamos con empeño de buscar y recorrer un camino espiritual. Por eso, puede ser oportuno reflexionar sobre nuestra etapa pendiente, la más definitiva de la vida.

¿Cómo quiero vivir yo el tiempo que me sea concedido?

¿Cuál es mi plan concreto para esta etapa con tantos desafíos, incertidumbres y posibles sobresaltos?

Tenemos constancia de que es posible vivir serena y amorosamente, con pleno vigor espiritual, sentir la dicha hasta el final, alcanzar la muerte envueltos en el sosiego.

Son muchos los que han experimentado la última etapa de su vida como la mejor, la de mayor riqueza espiritual, la más dichosa. Algunos en circunstancias extremas. Ellos/as ya habían elegido la Vida.

Thich Nhat Hanh nos recuerda un relato de Camus: un condenado a muerte que no cesaba de mirar al cielo azul a través de una rendija de su celda. Estaba más vivo que sus verdugos.

El pintor francés Matisse, en su edad madura afirmaba: *"No podemos evitar el envejecer, pero si el hacernos "viejos"*. Hace referencia a renegar de nuestra situación volviéndonos crispados, agresivos, amargados generando sufrimiento a nuestro alrededor.

Claro que puede evitarse ese desatino. ¿Acaso un manzano viejo da manzanas podridas? Tenemos la reserva espiritual necesaria para transformar el sufrimiento en paz y alegría, en energía espiritual que se derrame hacia los más cercanos, en fraternidad cósmica.

Necesitamos hacer silencio, una pausa para escuchar una voz nueva, la invitación cálida del Amado que va directa al corazón humano. Donde quiera que estés puedes engancharte a la vida. Respira tranquilo. Ya has llegado a casa. No te falta nada. Estás acompañado/a.

Estas reflexiones no sólo valen para los más ancianos. Curiosamente, ello puede ser de enorme interés también para los más jóvenes. Ellos pueden inspirarse en Jesús para atajar en el camino y anticipar su dicha. En definitiva, no importa tu edad, ni tu condición física, ni si eres religioso o seglar. Puedes comenzar ya tu más hermosa aventura espiritual.

Siéntate,
Respira
conscientemente,
Silénciate...

Asiéntate...
Despierta...

Mira y
contempla...

Nacer de nuevo: la propuesta radical de Jesús



Escucha la invitación de Jesús a un anciano religioso de su tiempo:

"Tienes que nacer de nuevo".

Así de directo y claro hablaba amorosamente al corazón de Nicodemo.

Es la oferta espiritual más radical, y también la más hermosa que haya podido recibir este anciano.

Evidentemente cuando Jesús se dirige a Nicodemo, se está dirigiendo a ti y a mí, a todas las personas que buscan su propio camino espiritual. La edad no es un obstáculo para Jesús. Conservamos toda nuestra capacidad espiritual.

Podemos nacer de nuevo y vivir de otra forma más bella. Estamos a tiempo. Cualquiera que sea su duración, es un horizonte de eternidad, podemos empezar de nuevo, renacer del Espíritu.

No puede extrañarnos que Nicodemo dijera: ¿cómo es posible? ¿Acaso puedo regresar al vientre de mi madre?

Jesús nos responde como al anciano sacerdote: *“Debes de nacer del agua y del espíritu”*.

Qué maravillosa respuesta. Cuánta sabiduría espiritual en dos palabras mágicas. Detengámonos para saborearlas.

Nacer del agua

Nacer del agua hace referencia a purificarse, limpiarse, hacerse libre. Es renunciar a los apegos que nos atan y atosigan, nos agobian y condicionan.

No es tarea fácil, desde luego, pero sí es muy gratificante y liberadora: prescindir de lo innecesario, simplificar nuestra vida, renunciar a tu prestigio, a tener razón, a ser reconocido, ligeros de equipaje, como decía Machado.

Dios nos quiere libres. Dejar apegos es el gran requisito. La recompensa es segura: un gran alivio, la liberación del ego. ¿Te imaginas? Una auténtica gozada no necesitar actuar, ni ser aprobado por nadie, ni tener razón. Vivir sin prejuicios, mirar con ojos nuevos no contaminados.



Escucha este poema anónimo budista:

*Al pie de la montaña pasa un arroyo de aguas claras.
Ve y lávate y quedarás curado.*

El agua es curación, limpieza, libertad. Sin agua no hay camino posible.



Jesús dijo a la samaritana:
*“Si tu quieres, yo te daré agua viva”...
“El que bebiere del agua que yo le de,
nunca más tendrá sed.”*

Y ella le respondió desde su corazón:
“Dame Tú de esa agua.”

Todo cambió para ella. Nació de nuevo. Nosotros debemos responder con ella lo mismo:
“Dame, Jesús, de esa agua viva.”

Ahí está la clave de la actitud que pide Jesús. Eso es lo que El llama fe, la confianza ciega total, en libertad.

Nacer del Espíritu

Nacer del Espíritu es lo que nos corresponde por naturaleza. Se dice que somos seres con un elemento espiritual. Eso es recortar nuestra identidad. Somos más bien espíritus encarnados. Esa es nuestra verdadera identidad. Descubrirlo exige tomar el camino interior, en el que, posiblemente, ya estás iniciado/a. Pero este camino no tiene fronteras.

Por eso, la propuesta de Jesús es tan completa y totalizadora. Nacer del Espíritu es despertar a la Vida, a la única Vida. Es engancharse al Misterio, a lo que no tiene forma ni ocupa lugar, ni tiempo; es también entrar en lo desconocido, en la nube del no saber. Es nuestra más increíble aventura. De nuevo, Jesús tiene palabras evocadoras para Nicodemo:
“El viento se escucha, pero no sabemos de dónde viene ni adónde va. Así es el Espíritu”.



Tal vez, debemos convertirnos en buscadores espirituales y podremos gustar de cosas increíbles, porque el Espíritu está ahí a tu lado, en tu compañero o compañera, en tu hija, en tu vecina, en tu amigo, en la sonrisa de un niño; pero también en el suelo que pisas, en el aire que respiras, en las nubes y en el sol...

Y, nunca te olvides, está dentro de ti; allí está tu tesoro. Hay que bucear, sumergirse, para descubrir la belleza del Espíritu en tu corazón.

La invitación de Jesús a nacer de nuevo tiene todo el sentido, porque llevamos dentro el Reino de Dios. Reconocer tus semillas y regarlas cada día, para que tu capacidad de querer, tu paz y tu luz florezcan en libertad.



¿Cuándo voy a hacerlo?

Aquí y Ahora está tu cita con la Vida.

No hay otro momento ni otro lugar mejor.



El camino está ya disponible.
No tienes que preocuparte sobre adónde llegar, porque Jesús es el camino.

La Vida está en el camino, en cada paso que das, en cada peldaño de escalera que subas, en cada respiración consciente.

No te preocupes por el mañana, porque el mañana ya tiene “su propio afán”.

Basta con rendirse confiadamente. Por el amor de Dios, no te lo pierdas.

Gabriel Guzmán. Junio 2015.