



# GRATITUD



## LA GRATITUD

En mi opinión es mucho más profunda y creo que la gratitud es una actitud hacia la vida y no una definición o etimología donde se vuelve una letra muerta o por conveniencia, si no que es una manera de vivir y la mejor forma de ser parte del juego de la vida.

Daniel Medrano



# Gratitud

Por M. Carlos Daniel Medrano García.

La gratitud es un sentimiento que una persona experimenta por o hacia otra persona que le ha favorecido y quiere corresponder. En mi opinión es mucho más profundo y creo que la gratitud es una actitud hacia la vida y no una definición o etimología donde se vuelve una letra muerta o por conveniencia, si no que es una manera de vivir y la mejor forma de ser parte del juego de la vida.

## El campo de futbol.

El deporte es una actividad sublime y noble para la humanidad, este ayuda a mejorar nuestro físico, formar nuestro carácter, alienta nuestro espíritu competitivo; pero lo más importante nos enseña a trabajar en equipo, disciplina y busca despertar los sentimientos más nobles que tenemos las personas como el esfuerzo, compañerismo y respeto.

Mi deporte favorito es el futbol americano, combina rudeza, fuerza e inteligencia; además de todos los demás beneficios del deporte. Se juega en un campo llamado emparrillado donde el objetivo es anotar el mayor número de puntos en campo del contrario. Es un juego de titanes en un campo de ajedrez donde la lucha se puede llevar hasta mover el balón por milímetros del campo aún teniendo el reloj del juego en cero y poder vivir las emociones más vibrantes de la vida.

Este deporte tiene mucha semejanza con la vida. Vince Lombardi uno de los mejores entrenadores profesionales en la historia, hizo del juego una filosofía de vida y en buena medida estoy de acuerdo. Cuando era niño una persona que quise mucho me regaló un poster que decía "El Juego de la vida" y duró mucho tiempo pegado en la pared

### El Juego de la vida.

Toma el balón, hijo mío, y te nombro "quarter back" de tu equipo en el juego de tu vida. Soy tu "coach" y te la doy tal como es. Solo hay un calendario de juegos: dura toda la vida y es un solo juego.

Es un partido largo, sin tiempos fuera ni sustituciones. Tu juegas el partido entero toda la vida. Tendrás un gran "backfield" y mandarás señales; pero tus otros tres compañeros, atrás de la línea, también tienen gran prestigio, se llaman: Fe, Esperanza y Caridad.

Jugaras detrás de una línea verdaderamente poderosa. De un extremo a otro de ella, se hallan: Honestidad, Lealtad, Devoción al deber, Respeto a ti mismo, Estudio, Limpieza y Buena conducta.

Dios es el referí y único árbitro. El hace todas las reglas y no hay apelación contra ellas.

Hay diez reglas básicas: tu las conoces como los Diez mandamientos, y las aplicas estrictamente de acuerdo a tu propia convicción. Hay también una regla fundamental: lo que tu quisieras que otros hicieran por ti, hazlo tu por ellos. En este juego, si llegas a perder el balón, pierdes también el juego.

Aquí está el balón. Estréchalo contra ti.

Ahora, hijo mío

¡Sal al campo y veamos que puedes hacer con ella!

VINCE LOMBARDI



de habitación, durante años vi triunfar a mi equipo favorito (mi familia) y junto con él pasé de la categoría infantil a las ligas mayores de mi vida. Aun que las bajas en el equipo en este juego fueron muy tempranas en mi novata temporada, las mejores jugadas hechas de aquellos que abandonan el juego prontamente, los calificó para llegar a mi propio salón de la fama como jugadores destacados y muy queridos.

La vida, al igual que partido por el campeonato, es el único juego en la temporada y suelo llamarle el juego de tu Vida. No hay mas que una oportunidad del juego, el cual hay que jugar con toda tu fuerza, decisión, inteligencia y energía. Este juego termina cuando la misma vida termina y el eterno determina el fin de nuestra participación en el juego de la vida.

Hay varias formas de salir del juego, abuchado, lastimado o rindiéndose pero la mas codiciada forma de salir es ser ovacionado y completamente vacío por el esfuerzo impuesto a lo largo de la vida, e ir directo al salón de la fama de todas personas que amaron tu participación en el juego de tu vida. Hay muchas jugadas en este juego, reversibles, play action, pero la que más me gusta se llama: GRATITUD.

La gratitud, en mi opinión, es mucho más profunda de lo que pensamos y creo que la gratitud es una actitud hacia la vida y no una definición o etimología donde se vuelve una letra muerta o una acción por conveniencia, si no que es una manera de vivir y ser parte de la vida.

## La confusión.

Lo primero que debemos aprender como recién llegados al campo de juego es a no tener confusión de nuestra participación en tan importante campamento. La confusión es un estado que no nos deja jugar este hermoso juego de la vida y me refiero a la intensión de hacernos daño a nosotros mismos.

Job en su libro escribe en un momento muy difícil de su vida su visión sobre esta intensión: “¿Cuál es mi fortaleza para esperar aún? ¿Y cuál mi fin para dilatar mi vida?” Job 6:11. El autor de este libro en algún momento quiso terminar con su vida por muchas adversidades que vivió. En la juventud actual se sufre una enfermedad llamada “depresión” y se muy probable que la depresión se detone por los problemas de la vida (problemas en la familia, rechazo de la sociedad, etc.) y nos lleven a pensar por que vivimos o seguimos en este mundo no valiendo la pena continuar en él.

Todos en algún momento tenemos problemas, enfermedades y frustraciones pero la solución no es abandonar el campo de juego, dice Job: “¿Por qué se da luz al trabajado, y vida á los de ánimo en amargura, que esperan la muerte, y ella no llega, aunque la buscan más que tesoros” Job 3:20. El intentar terminar con la vida no es una solución, es una puerta falsa. Por muy mal que vallan las cosas nunca será una opción hacernos daño por que siempre es mejor vivir.



Abandonar no es opción, recuerda: “No se ha vuelto atrás nuestro corazón, ni tampoco se han apartado nuestros pasos de tus caminos” Salmo 44:18. Sigue adelante, busca ayuda pero no te hagas daño.

## Rudeza innecesaria.

Una de las faltas mas castigadas en este juego es no jugar limpio. Cuando un jugador de cualquier equipo comete una falta por rudeza innecesaria, mete a su equipo en problemas y es una falta de disciplina; deja que su enejo se convierta en furia y no canaliza su fuerza en forma objetiva. Hay momentos que una mala decisión lleva a otra puerta falsa y son el probar las drogas y con ello tomar caminos que parecerán muy interesantes, pero su fin son de muerte. Como dice el proverbio :“Hay camino que parece derecho al hombre, Mas su salida son caminos de muerte”. (Proverbios 16:25)

La depresión es una enfermedad que requiere atención, y ojo es una enfermeda, no es sólo echarle ganas. Y lo comparo de la siguiente manera, cuando nos rompemos un pié, por mas ganas que le queremos poner no podemos correr, y es obvio nuestra pierna está lastimada. En la depresión es igual, es una enfermedad que no nos permite actuar igual, la diferencia es que se oculta en nuestro cerebro y creemos que es sólo un estado de ánimo.

No es bueno tener una resignación mal aplicada y buscar drogas u otros caminos con puertas falsas. La biblia dice :“Y ahora mi alma está derramada en mí; días de aflicción me han aprehendido”. Job 30:16. La depresión puede apoderarse de tu vida y dañarte, pero es el mejor momento de pedir ayuda.

## No quiero salir del juego.

El mejor momeno del juego es cuando estoy en el juego, todo jugador disfrutar estar en este campo de juego. ¡Tu también puedes disfrutar de él!

Un proverbio bíblico dice: “Tener buen juicio es tener una fuente de vida” Proverbios 16:22. El tomar buenas decisiones es fundamental en este juego. El principal adversario es el mal y se presenta en múltiples formas y posiciones en el campo. Pero los mejores jugadores del juego son aquellos que toman una buena decisión, unido al talento natural y a un buen entrenamiento logran destacar en cuanquier momento y brillar.



JEHOVA es mi luz y mi salvación: ¿de quién temeré? Jehová es la fortaleza de mi vida: ¿de quién he de atemorizarme? Cuando se allegaron contra mí los malignos, mis angustiadores y mis enemigos, Para comer mis carnes, ellos tropezaron y cayeron. Aunque se asiente campo contra mí, No temerá mi corazón: Aunque contra mí se levante guerra, Yo en esto confío. Una cosa he demandado á Jehová, ésta buscaré: Que esté yo en la casa de Jehová todos los días de mi vida, Para contemplar la hermosura de Jehová, y para inquirir en su templo.

Salmo 27:1,4

Las buenas decisiones se manifiestan en buscar ayuda y saber decir no puedo con esto, me siento muy mal. Buscar a Dios y la ayuda de lo alto es muy importante, ya que la oración y los consejos de amor son un bálsamo que cura todo. (Salmo 27:1-4).

Como toda actividad en la vida requerimos de la ayuda de los demás y una buena decisión es rodearse gente talentosa en el juego de la vida. Y para poder identificar a ese talento es muy importante fijarse en sus números ( sus resultados en la vida) y ellos te ayudaran compartiendo sus experiencias, sus fracasos y éxitos que le ayudaron a mejorar en todo lo que te gusta hacer.

Lo más importante es continuar en el juego con alegría disfrutando cada jugada, cada golpe y como levantarnos de él. No te limites, vivir es lo más importante, no desistas hasta que el último segundo del juego termine habrá algo que hacer.

La biblia dice: “Me mostrarás la senda de la vida: Hartura de alegrías hay con tu rostro; deleites en tu diestra para siempre” Salmos 16:11. Recuerda que todo lo que hagas lo debes disfrutar y lo más importante es que estás vivo y a la persona que más le interesas está dentro de ti, por una razón : ¡Estas vivo!

## Gratitud.

Como ya lo comenté la gratitud es una actitud en la vida, y me explico. Mucha gente condiciona el agradecer algo a recibir primero algo a cambio; siempre esperamos que alguien haga algo para que las cosas mejoren, que otro levante el papel que yo tiré, o el de enfrente me de el paso. Hoy día vivimos sin motivación por hacer algo por el simple hecho de querer hacerlo sin que nadie me diga gracias.

Por favor, ve las cosas de la siguiente manera. Hay un texto que me gusta mucho para ilustrar esto: “El espíritu de Dios me hizo, y la **inspiración** de omnipotente me dio vida.” Job 33:4. **Inspiración** es la palabra clave, para vivir con gratitud hay que llenar los pulmones de inspiración. Ese es el motivo más importante de continuar en el juego de la vida, inspirar a los demás a seguir moviendo el balón hasta el otro extremo del campo y de la forma que cada uno con su talento lo quiera hacer, en la posición que nos toque jugar en la vida.



Gratitud es levantarme después de cada caída, aprender para mejorar en la siguiente jugada y quejarse menos. Es saber que tengo álito de vida y un motivo superior que me hace VIVIR.

El Rey David decía: “¿Quién es el hombre que desea vida, Que codicia días para ver bien?” Salmo 34:12. Nuestra ambición mayor en la vida debe ser disfrutar todo lo que tenemos, vivimos y hacemos; sean bueno o no tan bueno.

Gratitud es darnos la oportunidad de ver lo mas cotidiano como es la vida, como algo extraordinario, para que el día que termine nuestro juego , nuestra fuerza, entusiasmo y entrega nos lleve a una sencilla pero muy profunda frase: ¡Lo logré!.

## Irnos con la victoria.

“Porque mi vida se va gastando de dolor, y mis años de suspirar: Hase enflaquecido mi fuerza á causa de mi iniquidad, y mis huesos se han consumido.” Salmo 31:10.

Algún dia todos nos iremos del juego, de alguna forma u otra. Sin embargo, creo que la mejor forma terminar el juego es cuando salimos exhaustos y satisfechos por hacer dado todo de uno. Convencidos que no nos guardamos un gramo de enrgía, ocupando todo nuestro talento y que dimos todo por disfrutar cada momento, habiendo hecho de la gratitud una filosofía de vida.

Así que después de este tiempo fuera y el juego se reanude contagia a tu equipo y con muchas ganas anuncia la siguiente jugada : GRATITUD, ACTITUD EN EL JUEGO DE LA VIDA.

Fraternalmente.



### **Nuestros jóvenes de 15 a 29 años se están suicidando; depresión, violencia y pobreza lo potencia**

Los médicos especialistas consultados por SinEmbargo alertan que los casos de suicidio en México se han elevado año con año, entre 2012 y 2016, y en algunas de las entidades del país ha aumentado exponencialmente, como el caso de Chihuahua, entidad que por cada 100 mil habitantes reporta una tasa de 11.7 casos, lo que representa el doble de la media nacional en 2016.

Además, las cifras de 2016 muestran que son los jóvenes quienes más se suicidan en México. En primer lugar está el rango de 20 a 24 años, con mil 035 casos registrados; en segundo lugar están los de 25 a 29 años, con 816 casos, y en tercer lugar está el rango de 15 a 19 años, con 774.

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS), el suicidio es la segunda causa principal de defunción en el grupo etario que va de entre los 15 y 29 años

Por Sarai Zulema Oviedo Hernández

SinEmbargo

agosto 12, 2018.

#### **Contacto.**

<https://www.iglesiadediosjuda.com/>

[info@iglesiadediosjuda.com](mailto:info@iglesiadediosjuda.com)

**Iglesia de Dios - Congregación Judá**

Calle Camino del Éxito A #19,

Col. Campestre Aragón.

Gustavo A. Madero Cd de México. C.P. 07530



**IGLESIA DE DIOS**

COLUMNA Y APOYO DE LA VERDAD

**CONGREGACIÓN JUDÁ**