



Confiar en Dios: la única terapia para sanar el corazón

Descripción

Escribí este artículo en el vuelo de Panamá a Lima a donde había sido invitada a presentar mi último libro en el marco del día nacional de las personas con discapacidad, que en Perú se celebra el 16 de octubre.

Venía dándole vueltas desde que escuché el sermón de la Misa del domingo 2 de octubre en que además estaba de cumpleaños. El Evangelio del día era de san Lucas (17, 5-10). En el mismo los apóstoles le pedían al Señor que les aumentara la fe. El sacerdote se refirió a que la medida de la fe es la disponibilidad del siervo y que el hombre en su relación con Dios se rinde completamente a su voluntad, sin cálculos ni pretensiones. Reflexionaba sobre la confianza absoluta que Jesús había tenido en su Padre Dios a pesar de saber la muerte que le esperaba en la cruz.

Estas palabras me remecieron ya que tenía meses luchando por depositar mi confianza en Dios ante una situación que se había tornado muy dolorosa para mí.

El primer paso: la oración de agradecimiento

La primera vez que amigos y familiares me dijeron insistentemente que confiara en Dios, fue cuando tuve un accidente en 2016 que paralizó mi vida por un año. En los meses posteriores, durante la recuperación, me sentí abrumada ante lo que se me venía encima: terapias y más terapias. Y después mucho dolor. La terapeuta me decía: Tere, si te duele es que vas avanzando. Y qué dolores tan fuertes los que experimenté para recuperar la movilidad de la mano derecha y de mi espalda.

Lo que hice en ese entonces fue **darle una y otra vez gracias a Dios** por estar viva ya que el accidente pudo ser fatal. Con el tiempo he pensado que mi ángel de la guarda guió la caída. No obstante, por más que me lo dijeron, no experimenté lo que era **depositar mi confianza en Dios**. Ahora entiendo que fue porque la solución dependía en ese momento de mi esfuerzo y determinación, cualidades que me caracterizan.



El segundo paso: la oración de petición

Y así llegó el año 2019, cuando [mis oraciones a Dios fueron entonces de petición](#). Le pedía no morir, pero si era esa su voluntad, lo que ansiaba era limpiar mi alma para poder llegar al cielo. No entendía todavía en ese momento la dimensión que significaba ganarme el cielo en la tierra. No bastaba una confesión para ir al cielo. Lo que valía era el esfuerzo, el perseverar día a día para ser mejor, reconociendo mis defectos y tratando una y otra vez de vencerlos.

Y también le di repetidamente muchas gracias a Dios por estar viva, porque el tumor había sido detectado en etapa temprana.

Nuevamente mi esfuerzo y determinación lograron que terminara la quimioterapia sin contratiempos. Organicé la alimentación, mis suplementos para manejar los efectos secundarios y mantener mi sistema inmune arriba y hasta escribí mi primer libro. Sentí a Dios muy cerca durante esos meses. Cuando la quimioterapia entraba en mi cuerpo decía: es la sangre de Cristo que va a sanarme.

Si bien todavía no había experimentado la dimensión de **confiar en Dios**, sentía intensamente que Él estaba a mi lado acompañándome y ayudándome. Todavía lo siento así cada día. Se hizo frecuente la confesión ya que comprendí que era la única forma de irme liberando de mis defectos para mantener limpia mi alma y estar siempre preparada para ir al cielo. Empecé a asistir con mayor frecuencia a los retiros mensuales y comencé a conocer a san Josemaría Escrivá de Balaguer, su camino de hacernos santos en nuestra vida terrenal, en el día a día.

Tercer paso: sentir la impotencia

Pero es a raíz de una situación que he vivido desde hace un año y que no tiene nada que ver con una

enfermedad o un accidente que finalmente voy comprendiendo lo que es la [confianza en Dios](#).

He experimentado tanto dolor en el alma que nada externo ha podido calmarlo. Es una situación que no está en mis manos resolver. Por más determinación y esfuerzo que ponga nada se ha podido arreglar. Nunca me había sentido tan impotente. Me han dicho en dirección espiritual: Tere, tienes que depositar tu confianza en Dios. Confía en Él que todo lo puede. Y dije varias veces: Dios, confío en Ti. Te entrego esta situación. Rezaba. Iba al Santísimo. Pero no lo internalizaba. Seguía intentando resolver la situación.

El dolor me ha consumido. He intentado varios acercamientos sin resultados. Y la frustración ha sido mayor.

Y fue durante el sermón del 2 de octubre en la misa que finalmente vi la luz. El padre explicaba lo que había sido el dolor de Jesús al saber que iba a morir en la cruz, pero nunca se quejó ni le pidió a su Padre Dios que lo liberara de esa muerte. Por el contrario, **la aceptó y confió en Él. Se puso al servicio de lo que quería su Padre Dios, que muriera para liberarnos de los pecados. Abrirnos nuevamente la puerta al cielo que se había cerrado con el pecado de Adán y Eva. Fue el ejemplo perfecto de lo que es tener fe en Dios.**



Cuarto paso: cargar la cruz con amor y confiar

Así que si Jesús, ante la inminencia de su muerte, confió en Dios, **¿cómo yo no puedo depositar mi confianza también en Él? ¿Cómo yo no puedo vivir con un dolor que nada tiene que ver con lo que Jesús padeció?** No solo por el dolor físico sino por el dolor en el alma ante el rechazo y la traición.

Jesús no pidió liberarse del dolor que iba a significar morir en la cruz. **Aceptó todo lo que Dios le pedía. Y aceptó su cruz con amor. Entonces, ¿cómo yo no puedo experimentar el dolor que siente mi corazón por la situación que estoy viviendo con paciencia, confiando en mi Padre Dios?**

No es nada en comparación con lo que Jesús había aceptado vivir. Con esos pensamientos me liberé de la angustia que sentía y me dije: Dios, te entrego esta situación a Ti. Acepto y comprendo que en mis manos no está resolverla. ¡Qué paz más grande experimenté! Como una liberación de un peso inmenso.

Ahora bien, el dolor que siento en mi alma sigue allí. Ahora entiendo que, así como pasé por mucho dolor después del accidente y que la recuperación vino, poco a poco, cada vez que me esforzaba y sentía más y más dolor, así mismo mi alma irá sanando. Poco a poco, con paciencia.

La única terapia que funcionará es confiar en Dios, cargar mi cruz con amor, sabiendo que Dios sabe lo que es mejor para mí. Soltar el control y dárselo a Él.

Señor, enséñanos a confiar en Ti. Aumenta nuestra fe.

No hay excusa que valga para nosotros

PARA NO DEDICARLE TIEMPO A DIOS AHORA

**¡Suscríbete y recibe
una meditación cada día!**

[HAZ CLICK AQUÍ](#)