



## El Más Allá

### Descripción

La intención de este artículo es acompañar a quien esté viviendo un duelo, con una idea que a mí me ha ayudado mucho: **TODO ES POSIBLE PARA EL QUE CREE.**

El duelo es una etapa en la vida en donde se da espacio a una adaptación emocional que sigue **después de cualquier pérdida: un ser querido, una amistad, un empleo, una relación... existen muchos tipos de duelos.** El tiempo de duelo es personal y único. Sin embargo, hay acciones que nos permiten avanzar, saber caminar con el dolor, abrir otros espacios y posibilidades de crecimiento, de tal forma que ese dolor se vaya transformando y nosotros con él.

**Meditar sobre el duelo puede resultar sanador y liberador. Hablar del tema, dejarse ayudar, llorar, son procesos con los que avanzamos, nos ayudan y sanan.**

Vamos al Nuevo Testamento. Es impresionante el capítulo 11 de San Juan, te pongo en contexto con la escena: Lázaro, amigo muy cercano de Jesús, ha muerto. Sus hermanas habían avisado con tiempo a **el Maestro**, pero él se demoró en llegar.

20. Cuando **Marta** supo que había venido Jesús, le salió al encuentro, mientras María permanecía en casa.
21. Dijo **Marta a Jesús**: «Señor, si hubieras estado aquí, no habría muerto mi hermano.
22. Pero aun ahora yo sé que cuanto pidas a **Dios, Dios** te lo concederá.»
23. Le dice **Jesús**: «Tu hermano resucitará.»
24. Le respondió **Marta**: «Ya sé que resucitará en la resurrección, el último día.»
25. **Jesús** le respondió: «Yo soy la resurrección El que cree en mí, aunque muera, vivirá;
26. y todo el que vive y cree en mí, no morirá jamás. ¿Crees esto?»

A veces pienso que no nos terminamos de creer el amor tan grande que Dios nos tiene: **un amor que humanamente no se comprende. Un amor que nos enseña que el dolor y el sufrimiento** están en el paquete de esta vida terrenal. Y que ese dolor y ese sufrimiento **se transforman en alegría y paz si permitimos compartirlo con Dios que es quien lleva nuestras cargas.**

Cada problema no resuelto, cada herida humana, cada sueño no alcanzado, cada piedra en el camino, **¿son obstáculo u oportunidad de crecimiento?**



**Revisemos cuatro puntos para transformar nuestro dolor en oportunidad de crecimiento y descubrimiento:**

**Posibilidad:** La posibilidad tiene que ver con espacios. Espacios abiertos.

Para crear espacios hay que cerrar otros que en la práctica nos alejan de lo que queremos alcanzar. Conviene preguntarnos si nosotros mismos nos abrimos a la posibilidad de saber vivir con el dolor y entregárselo a Dios para que Él se encargue en transformarlo. **¿Cómo es posible?** Buscando ayuda en personas que están listas para ayudarte. Tener la sencillez y generosidad en dejarnos ayudar.

**Creer:** **¿En qué, en quién baso mis creencias?** Y en base a esto hagamos una revisión interna llena de valentía y de fe. Esta revisión nos permite ver en dónde están nuestros apegos y nuestra fuente de inspiración.

Si tú lo quieres y te abres a esa creencia has empezado esa transformación.

En el campo de lo sobrenatural nuestra creencia en ese ser superior nos lleva a sentirnos acompañados, abrazados, sostenidos. **Ese Ser que lo ha creado todo de la nada.** Ese ser superior que todo lo que permite que nos ocurra es para nuestra propia mejoría y purificación: **Dios. Entre más lo creo, más le permito que me sostenga, que me ayude, que me acompañe.**

**Tiempo Presente:** Lo pasado ya pasó y el futuro no sabemos si vendrá. Vivir el tiempo presente es vivir en la realidad. Y vivir así tiene su propia dinámica y su ensayo también. **Los apegos, los recuerdos pocos productivos nos limitan.**

Mirar atrás solo para agarrar impulso es una frase conocida. Entonces vive un día a la vez. Cada uno respetando sus tiempos, claro está. **Abraza el día que comienzas, agradece el día que termina**. Ilusionate. Reserva tus espacios a solas para hablar con Dios con espontaneidad.

**Humildad:** Pedir ayuda a Dios con humildad, entregándole ese dolor que te carcome por dentro con constancia, una y otra vez. Eso es humildad.

Cada milagro que ha ocurrido y que ocurre es porque antes hubo una acción de humildad: una petición. Deja de hacerte preguntas para las que no tienes respuestas. Cuida tus energías e inviértelas en acciones productivas. Cada día, un día a la vez.

**Empecé este artículo con la conocida frase que está en el Nuevo Testamento: Todo es posible para el que cree. Te animo a que creas.**



Te dejo esta meditación <https://bit.ly/3f70YFS> se trata de la historia del **apóstol Tomás** quien teniendo todo para creer pedía pruebas de veracidad. Anímate a escucharlo.

Soy Ma. Teresa Vargas de Tama. Si quieres contactarte conmigo puedes hacerlo a través de mi Instagram [@voces.ec](https://www.instagram.com/voces.ec) Mi mail [voces.ec710@gmail.com](mailto:voces.ec710@gmail.com)

## ***Sueña, Ama, Hazlo***