

COMENÇAR DE NOU

Sesión 5: Dios. Poder de Dios

**Experiencias de la acción de Dios en
nuestras vidas**

Creo en el sol..., incluso cuando no brilla; creo en el amor..., incluso cuando no se muestra; creo en Dios..., incluso cuando no habla.

Anónimo.

La fe tiene la facultad de liberarnos del miedo y la preocupación. Pocas cosas en la vida permanecen siempre iguales y, pese a ello, la fe puede ser un aliado constante dentro de nosotros.

Cuando las fatigas y las tensiones se acumulan y amenazan con abrumarnos podemos recurrir a nuestra fe inherente. Podemos utilizar la fe para vencer nuestro pensamiento negativo y fortalecer nuestra comunicación con Dios. Dios nos proporciona a su vez respuestas y soluciones perfectas para todas las preguntas y necesidades.

Cuando estamos llenos de fe no tenemos por qué temer a ninguna persona, situación o circunstancia, pues el poder de Dios está dentro de nosotros y su gracia nos rodea. Cuando estamos llenos de fe somos positivos, seguros de nosotros mismos y valientes. Podemos emplear lo mejor de nosotros para hacer frente a todos los retos y oportunidades que vayan presentándose. Cuando aprovechamos nuestros recursos interiores de fe nos vemos restablecidos, renovados y refrescados.

Puede que la vida no siempre se desarrolle como esperamos; puede que los días no sean tan luminosos como deseamos. A veces las personas nos decepcionan y nosotros nos decepcionamos a nosotros mismos. Pese a ello, en todos los casos nuestra fe puede sostenernos. Porque Dios es nuestra fuerza mientras avanzamos llenos de gozosa expectativa.

PENSAMIENTO

El poder de Dios está dentro de ti, la gracia de Dios te rodea.

Ninguna pregunta es tan difícil de contestar como aquella cuya respuesta es obvia.

George Bernard Shaw.

A algunas personas les cuesta comprender los conceptos espirituales, posiblemente porque tratan de “encontrar” a Dios utilizando los conocidos instrumentos de la lógica y la inteligencia..., instrumentos que son más apropiados para las tareas materiales. Cuanto más se esfuerzan, mayor es su frustración...y más remoto e incomprensible parece Dios. Al final algunas de estas mismas personas se dan cuenta de que el primer paso para encontrar a Dios consiste sencillamente en aceptar la presencia divina basándose en la fe y nada más.

Para la mayoría de nosotros la aceptación de un Dios que nos ama, resulta más fácil cuando otros nos guían. Dado que es difícil creer en algo que realmente no podemos ver, algunos preguntan por qué no rezamos a la naturaleza, al océano, a las gigantescas secuoyas o a alguna otra cosa aparentemente milagrosa.

Cuando dejamos los intentos de comprender los conceptos espirituales como si fueran teorías científicas o leyes de tráfico –cuando reunimos la fe suficiente para actuar al menos “como si tuviéramos alguna prueba”- entonces hemos dado un importante primer paso. Tanto si encontramos a Dios como si no, podemos aprovechar su poder por el simple hecho de buscarle. Y pronto, al ver los pequeños milagros que han empezado a tener lugar, podemos encontrar pruebas reales de que Dios está actuando en nuestra vida.

PENSAMIENTO

Utiliza, no analices.

La plegaria no es vencer la renuncia de Dios, sino asirse a su más elevada buena disposición.

Richard C. Trench.

El concepto de un Dios severo y renuente está muy arraigado en algunos de nosotros. Quizá ha resultado difícil librarse de la idea de que Dios es dado a juzgar y castigar. Puede que tuviéramos la impresión de que Dios no nos ha perdonado. O, como todavía no nos hemos perdonado a nosotros mismos, tal vez pensemos que no merecemos su amor ni siquiera ahora.

Por medio de nuestra propia experiencia directa, hemos llegado a creer que Dios es amoroso y atento. Estamos firmemente convencidos de que quiere que seamos felices, gozosos y libres.

¿Cómo lo sabemos? Cuando nos rendimos a Dios y humildemente le pedimos ayuda, nuestras plegarias hallaron respuesta. Nos libró de nuestro dolor y de nuestras obsesiones y nos dio valor y fuerza para afrontar nuestros problemas más graves.

Nos vimos conducidos de la desesperación a la esperanza y se nos mostró la manera en que nuestra vida y la vida de los demás podían hacerse muchísimo más luminosas.

Hoy insistimos encarecidamente en disfrutar de nuestra relación con Dios, porque sabemos con certeza que Dios es y siempre será una fuerza positiva en nuestra vida. Rezamos, no para vencer el severo juicio de un Dios renuente, sino para unir nuestras fuerzas a las de un Padre amable y amoroso.

PENSAMIENTO

Dios lo perdona todo, aun cuando todavía tengas que perdonarte a ti mismo.

Si Dios parece lejano, ¿quién se movió?

Desconocido.

Una vez leí un artículo de revista que hablaba de un grupo de monjas benedictinas de clausura que dedicaban virtualmente todos sus momentos de vigilia a la plegaria y la meditación. Interrumpieron su práctica de silencio para la entrevista. El periodista pidió a una de ellas que describiese, tan específicamente como pudiera su relación con Dios.

“Es como una relación con cualquier otra persona – respondió con franqueza-; a veces es pura felicidad, y otras veces te preguntas por qué te encuentras en ella.”

La lectura de aquel artículo me tranquilizó y me abrió los ojos. Acababa de leer las palabras de una persona que había dedicado su vida entera y su ser a la espiritualidad y que, a pesar de ello, se encontraba con que el camino no siempre era fácil.

En mi propio caso ha habido veces en que me he sentido alejado de Dios. Probablemente siempre habrá períodos así..., momentos en que tienes la sensación de que Dios no está ahí, que no te escucha o incluso que te ha abandonado.

Cuando me siento de esta manera puedo tranquilizarme diciéndome que es sólo temporal y recordarme a mí mismo que la comunicación consciente acabará reanudándose siempre y cuando continúe buscándole.

PENSAMIENTO

Puede que no siempre sintamos la presencia de Dios, pero él siempre está ahí.

Queremos que los hechos se ajusten a las ideas preconcebidas. Cuando no es así resulta más fácil hacer caso omiso de los hechos que cambiar las ideas preconcebidas.

Essamyn West.

De todas mis ideas preconcebidas, la más perjudicial y limitadora –la que contribuyó más que ninguna otra a retrasar mi recuperación- fue la negación de la existencia de Dios. Ateo inveterado, creía que las personas que depositaban su fe en Dios tenían la cabeza en las nubes en lugar de vivir en la realidad. Las consideraba tontas e ingenuas y eso me producía una sensación de superioridad. Además, si había un Dios, ¿Por qué no me hacía caso a *mí*?

Mientras farfullaba que depender de algo tan poco científico como un Dios amoroso era señal de debilidad, mi situación continuó empeorando. Finalmente, un compañero que se estaba recuperando me hizo ver claramente que dado que la fuerza de voluntad nunca había producido buenos resultados, podía elegir entre una muerte desdichada o empezar a vivir espiritualmente, lo cual, como es obvio, no era una elección fácil para un ateo de toda la vida.

No hace falta decir que opté por lo segundo y pude volver al mundo de los vivos. Con asombro y luego gran satisfacción, poco a poco fui creyendo en un Poder mayor que yo. Y mediante mi propia experiencia descubrí que, para mí, la dependencia de Dios es la única independencia verdadera.

PENSAMIENTO

Desecha tus ideas preconcebidas y luego afronta los hechos.

Mira a todas partes con tus ojos; pero con tu alma no mires nunca muchas cosas, sino una sola.

V.V.Rozinov.

La primera vez que oí a otras personas hablar de Dios me pareció que cada cual tenía un concepto que era distinto del de los demás. Sin embargo, cuando dejé de comparar las diferencias y empecé a escuchar buscando las similitudes me di cuenta de que todas percibían a Dios como parte de ellas mismas.

La idea me pareció muy atractiva. Quise tener inmediatamente lo que tenían mis nuevos amigos, porque en aquel tiempo todavía me encontraba buscando en vano a Dios fuera de mí mismo. Resultó que tuve que continuar haciéndolo durante algún tiempo, hasta que pude identificar y luego desechar las cosas que me impedían llegar a él.

Comprendí que estaba tratando de llenar un vacío espiritual acumulando bienes materiales, actuando como un pez gordo y fingiendo que defectos del carácter tales como el orgullo y la ira daban buenos resultados en mi vida.

Cuando logré librarme de semejantes creencias y acciones mi actitud y mi perspectiva ante la vida empezaron a cambiar. Poco a poco, por medio de la experiencia personal, adquirí una conciencia nueva: Sólo muy en el fondo de nosotros puede encontrarse a Dios.

PENSAMIENTO

Dios está dentro.

Yo no sé cómo el gran Padre amoroso sacará luz por fin, pero él lo sabe y lo hará.

David Livingstone.

Algunos hemos experimentado grandes cambios de personalidad y comportamiento que con frecuencia son difíciles de explicar. Cuando nos preguntan qué pasó, cómo lo hicimos, lo único que podemos decir con certeza es: "No lo hicimos nosotros...y eso es lo que importa".

Después de reflexionar nos damos cuenta de que hemos vivido un despertar espiritual, una profunda alteración de la conciencia durante la cual nos dimos cuenta del poder de Dios en nuestra vida. Aprovechando este recurso interior de poder, provocamos cambios que raramente habríamos conseguido incluso durante años de autodisciplina.

A veces los despertares espirituales se producen de forma súbita y dramática. Una persona atenazada por una depresión paralizante a causa de la trágica muerte de un hijo encuentra la capacidad de afrontar nuevamente la vida con la ayuda de Dios. Una persona cuya situación parece irremediable comprueba que con la ayuda de Dios puede comenzar a recuperarse; antes, sin la ayuda de Dios, le habría resultado absolutamente imposible.

Lo más frecuente es que los despertares espirituales se produzcan gradualmente. La perspectiva y la reacción ante la vida evolucionan a lo largo de un período de semanas, meses o años. De hecho, cabe que una persona ni siquiera se dé cuenta del grado de cambios positivos que han tenido lugar hasta que otras personas le hagan caer en la cuenta.

PENSAMIENTO

El poder de Dios puede hacer por nosotros lo que no podemos hacer por nosotros mismos.

Los accidentes existen sólo en nuestra cabeza, en nuestras percepciones limitadas. Son el reflejo del límite de nuestro conocimiento.

Franz Kafka.

Tener el espíritu abierto nos ha permitido percibir el mundo de una manera totalmente nueva. Ahora creemos que Dios tiene un plan, que todo sucede con una finalidad. Si bien el plan y la finalidad no siempre son fácilmente visibles, nuestra confianza en Dios nos ayuda a aceptar su razón y su justicia. Huelga decir que estamos mucho más seguros con esta percepción ensanchada que cuando veíamos la vida como una serie de acontecimientos inconexos.

Por supuesto, somos seres humanos y por ello nos es imposible imaginar o comprender el plan de Dios en su totalidad...o, para el caso, de día en día. A veces las cosas que nos suceden en la vida y sus secuelas todavía pueden parecer desconcertantes e incluso injustas.

En tales ocasiones podemos hallar seguridad reafirmado nuestra confianza en la sabiduría infinita de Dios. Nos recordamos a nosotros mismos que Dios tiene todo el poder y que su voluntad está por la paz, la alegría y la armonía en nuestra vida. Dios no sostendrá y levantará mientras nos guía hacia el cumplimiento de nuestra finalidad.

PENSAMIENTO

Tened el espíritu abierto ante el plan de Dios; existe, aunque puede que no sea evidente.

La naturaleza sigue su camino y todo lo que a nosotros nos parece una excepción en realidad está previsto que suceda.

Goethe.

Sean cuales sean mis responsabilidades de hoy, las decisiones que deba tomar y las exigencias que me hagan, trataré de ser consciente de lo que Dios haya dispuesto.

Si me impaciento mientras espero un resultado o una respuesta, procuraré recordar que en el mundo de Dios todo sucede cuando tiene que suceder. Me recordaré a mí mismo que los acontecimientos del día se presentarán en el momento que Dios, y no yo, haya dispuesto, y que el plan trazado por Dios es el más beneficioso.

Es posible que durante unos momentos me sienta abrumado por cosas que ocurren inesperadamente y a las que debo prestar atención. Sin embargo, tendré presente que estoy preparado y tengo capacidad para afrontarlas. Dios confía en mí y nunca me encarga tareas superiores a mis fuerzas.

Es un consuelo saber que la sabiduría divina guía y regula mi jornada. Es un alivio saber que yo no tengo que resolver todos los problemas y arrastrar todas las dificultades con mis propios y limitados recursos. Puedo recurrir a Dios.

Hoy reconoceré la presencia amorosa y la inteligencia de Dios en todos mis pensamientos y acciones. En el lugar más destacado de mi conciencia tendré esta realidad: en todos los asuntos, grandes o pequeños, Dios manda.

PENSAMIENTO

En el mundo de Dios todo sucede cómo y cuándo tiene que suceder.

Dios se imagina más verdaderamente que se expresa y existe más verdaderamente que se imagina.

San Agustín.

A lo largo de los siglos la gente ha tratado de formarse un concepto de Dios. Los músicos han intentado captar el espíritu divino en himnos y sinfonías. Los artistas han retratado la forma de Dios en cuadros y esculturas. Los escritores han creado incontables poemas y relatos con el objeto de afirmar la existencia de Dios.

Desde luego, nada malo hay en los intentos de expresar a Dios en términos materiales. Para muchas personas las representaciones artísticas son accesorios necesarios de la creencia y la fe. Pero más importante que nuestra capacidad de conceptualizar a Dios, según hemos comprobado, es conocer y experimentar las gozosas realidades de su presencia y sus obras en nuestra vida.

Desde que confiamos en el poder de Dios hemos descubierto que existe más verdaderamente de lo que jamás hubiéramos podido imaginar. La prueba de ello son las milagrosas transformaciones que han tenido lugar en nuestra vida.

Nos hemos librado de las preocupaciones y del miedo. A resultado de ello, somos libres de hacer cosas y experimentar la vida de formas que antes eran imposibles. Gracias a la orientación de Dios, nuestra vida ha adquirido un propósito y un sentido nuevo. Podemos seguir cambiando y ayudando a otros a cambiar. Comprendemos lo que es el amor, debido al amor de Dios, hemos aprendido a amarnos a nosotros mismos y amar a otras personas.

PENSAMIENTO

Recuerda las gozosas realidades de la presencia y las obras de Dios en nuestra vida.

Cuando uno tira de una sola cosa de la naturaleza se encuentra con que está pegada al resto del mundo.

John Muir.

Hoy nos sentimos especialmente agradecidos por la renovación que tiene lugar en nuestra vida. Al mismo tiempo que la tierra produce la floreciente vida vegetal, nuestra conciencia humana nutre y produce abundancia espiritual.

Adonde quiera que miremos, los milagros de Dios se ofrecen a nuestros ojos. Las ramas desnudas se visten de vibrante follaje nuevo; florecen las plantas dormidas, que dan pinceladas de color al gris del invierno. La primavera anuncia la infinita variedad de la vida llena de color.

Todo cambia a nuestro alrededor. Al presenciar la obra de Dios en nuestro entorno, nos acordamos de nuestro propio despertar y nuestra propia transformación. En verdad que nos hemos visto trasladados de la oscuridad a la luz, del sueño a la vigilia, de la pesadumbre a la alegría.

Incluso ante las incertidumbres de cada día nos tranquiliza ver el orden y la simetría del universo. Los invariables ciclos de la naturaleza –la llegada exacta de las estaciones- nos recuerdan que Dios puede poner armonía en todas las cosas. Mediante el ordenado despliegue de la naturaleza se nos enseña una vez más que podemos confiar sin reservas en la sabiduría y el poder de Dios, ahora y siempre.

PENSAMIENTO

Da la bienvenida a los nuevos comienzos..., nos recuerdan que Dios puede hacer milagros.

Necesitamos la fe para andar por una senda virgen, el poder para estar solos y votar con Dios.

Edward Markham.

Hoy en día, cada vez más la intuición me dice cómo debo afrontar situaciones que antes me desconcertaban. Cuando me encuentro con una persona que sufre, por ejemplo, parece que sé lo que debo decir y lo que debo hacer para ayudarla. O cuando se producen acontecimientos imprevistos – ya sea pequeños percances o grandes calamidades- no me derrumbo ni me quedo desconcertado como en otro tiempo, sino que generalmente sé lo que conviene hacer.

No me cabe la menor duda de por qué he cambiado en ese sentido. El cambio ha sido resultado directo de mi disposición a llevar una vida espiritual, es decir, buscar los consejos y la sabiduría de Dios todos los días, pedirle que dirija mis pensamientos y acciones.

Practicando estos principios espirituales durante un período, mi sentido de lo que es bueno, correcto y necesario ha evolucionado hasta convertirse en parte integrante de mí. Cuanto mayor es mi capacidad de seguir esta intuición y experimentar sus beneficios, mayor es mi confianza en Dios y menor mi tendencia a confiar exclusivamente en mis propios y limitados recursos.

Gracias a ello, la vida se ha hecho mucho más fácil y cómoda. Me llevo mucho mejor con los demás. ¡Soy mucho más feliz!

PENSAMIENTO

Al crecer la fe y la confianza en Dios, crece también la intuición.

“Debajo están los brazos eternos” ¿A qué hijo de Dios se le permitió alguna vez que cayera más abajo del “debajo” de Dios?

H. Gill

Algunos crecemos con la idea de que hay que temer a Dios. Debido a ello, nos cuesta aprovechar el poder de Dios cuando llegamos a un punto de nuestra vida en que nos rendimos y reconocemos que no tenemos poder. Si Dios castiga y no perdona, como hemos creído, ¿cómo puede ayudarnos? ¿Por qué querría siquiera ayudarnos?

En mi propio caso cuando llegué al citado punto tuve necesidad de reexaminar mi concepto de Dios y luego empezar a cambiarlo. Mientras lo cambiaba me ofrecieron varias sugerentes que me ayudaron mucho.

Dado que era libre de desarrollar mi propio concepto –Dios tal como yo lo interpretaba-, ¿por qué no escogía un Dios amoroso y preocupado por sus hijos? Me recordaron que de eso se trataba.

También me ayudó el recuerdo de una “plegaria irlandesa” que acaba con esta línea: “Y que Dios te sostenga en el hueco de su mano”.

A lo largo del tiempo esta imagen ha adquirido mucho sentido. Es poética y memorable, desde luego; sin embargo, para mí es más importante el hecho de que refleja la realidad de un Dios amoroso y sus obras en mi nueva vida.

PENSAMIENTO

Dios no te trajo hasta tan lejos para poder abandonarte.

No pidas que los acontecimientos sucedan según tu voluntad, sino que haz que tu voluntad sea que los acontecimientos sucedan así y entonces tendrás paz.

Epicteto.

¿Cómo abordaré este día? ¿Cuál va a ser mi actitud? Tengo dos opciones. Puedo basar mis acciones y mis reacciones en mi voluntad...o en la voluntad de Dios.

Sé por experiencia que si trato de hacer las cosas a mi manera, posiblemente éste va a ser un día difícil. Al tratar de controlar a personas y situaciones, me sentiré ansioso e impaciente. Y si los resultados no están a la altura de mis expectativas, me sentiré frustrado y hasta puede que me enfade.

En cambio, si procuro alinear mi voluntad con la de Dios, es más probable que tenga un buen día. Mejorará mi capacidad de aceptar lo que suceda, a sabiendas de que todo es como debe ser.

Gracias a mi fe y confianza en Dios, seré más flexible en lo que se refiere a mis expectativas de mí mismo, de otras personas y de los acontecimientos del día. Será menos probable que quede decepcionado y disgustado cuando las cosas no salgan “a mi gusto”.

No cabe duda de que si adopto esta actitud, me sentiré más a gusto, más tranquilo y más sereno durante todo el día. Con la ayuda de Dios, mi energía puede fluir hacia acciones constructivas y cauces positivos en lugar de perderse en actividades caprichosas.

PENSAMIENTO

Hoy será un buen día si procuro alinear mi voluntad con la de Dios.

Estar vivo, poder ver, andar, tener casas, música, cuadros..., todo ello es un milagro. He adoptado la técnica de vivir la vida de milagro en milagro.

Arthur Rubinstein.

Hubo una época de mi vida en que me burlaba de la idea misma de los milagros. Lo cual no quiere decir que en ciertas ocasiones no deseara desesperadamente que ocurriera algo milagroso. De haber podido evitar el despido o el cierre del negocio, habría sido un milagro. Si alguien me hubiera apoyado económicamente y hubiese podido llegar a tiempo a otro trabajo... eso habría sido otro milagro.

Del auténtico milagro de mi nueva situación sale hoy multitud de otros milagros. Soy la misma persona que era entonces, desde luego, pero lo que siento en relación con mí mismo es muy diferente. Una sensación de respeto a mí mismo y de ser útil ha ocupado el lugar del antiguo odio que sentía contra mí mismo.

Hay días en que quedo literalmente atónito al ver que estoy vivo. Cuando pienso en los peligros constantes de la existencia que llevaba en otro tiempo, me siento lleno de gratitud por el simple hecho de respirar, y no hablemos del de tener capacidades físicas y mentales.

Hoy me percaté de que todo esto es exclusivamente fruto del poder y la gracia de Dios. Para mí, ser consciente de ello es quizá el mayor de todos los milagros.

PENSAMIENTO

Espera un milagro, acepta un milagro.

La simple supervivencia es una aflicción. Lo que interesa es la vida, y la dirección de esa vida.

Guy Frégault.

Un conocido cartel muestra un gatito agarrado a una barra de hacer ejercicio, con el pelo erizado y los ojos llenos de terror. El título dice: “¡Agárrate, pequeño!”.

Aunque el cartel sigue siendo popular, ya no puedo aceptar en absoluto la filosofía que en él se expresa. Sin embargo, en otro tiempo me identificaba por completo con aquel aterrorizado animal..., porque así era como vivía yo. Día tras día permanecía colgado con las uñas clavadas en un asidero y estaba totalmente convencido de que me pasaría toda la vida del mismo modo.

Hoy sé con certeza que ya no tengo que vivir de aquella manera. Ya no creo que mi destino consista en “ir tirando” o que “la vida es dura y luego te mueres”.

Ahora sé por experiencia que puede ocurrir justamente lo contrario: si sigo siendo honrado y abierto de espíritu, y si estoy dispuesto a usar los instrumentos espirituales, que no fallan nunca, que están siempre a mi alcance. Actualmente, una de mis creencias más hondas es que Dios verdaderamente quiere que yo disfrute de la vida, que sea feliz, libre y me sienta realizado.

PENSAMIENTO

No tienes que pasarte toda la vida agarrado a un sitio para no caer.

Del mismo modo que un semblante es bello porque el alma brilla a través de él, también el mundo es hermoso porque Dios brilla a través de él.

Friedrich Jacobi.

Una fiesta familiar (boda, bautizo, navidad...) ha llegado finalmente. Durante semanas hemos estado esperando este día tan especial. Hemos hecho muchos planes y preparativos, hasta esta misma mañana.

Hemos decidido abordar el día con un sentido de maravilla y gozo. Hemos tenido grandes expectativas, pero ahora vamos a dejarlas todas a un lado con el fin de disfrutar del día tal como se vaya presentando. Aún cuando nuestras circunstancias no sean exactamente las que hubiéramos deseado, nos concentramos en el espíritu de la fiesta.

Hemos descubierto que el verdadero espíritu de la fiesta procede de muy dentro de nosotros mismos. Sale de nuestra capacidad de intercambiar amor y alegría con los demás, más que de los regalos que abrimos, lo que comemos o lo que bebemos.

Nos sentimos agradecidos por poder sentir de esta manera, por no tener que hacer hincapié en las expectativas o los deseos. Porque nuestro gozo de hoy saldrá de la disposición a compartir nuestro espíritu festivo con otras personas, a ir más allá de nosotros mismos, del modo que nos sea posible, para contribuir a que el día de hoy sea tan especial para los demás como lo es para nosotros.

PENSAMIENTO

El verdadero espíritu de una fiesta procede de muy dentro de nosotros mismos, donde hemos encontrado a Dios.