

COMENÇAR DE NOU

Sesió 6: Oració y Fe.

Confianza en Dios

En quietud y en confianza será nuestra fortaleza.

Isaías, 30,15

¿Por qué meditamos? Es una forma de comunicarse con Dios, de establecer y reforzar un contacto consciente con él. Mirándola desde otro ángulo, vemos que la meditación nos permite comprender y organizar nuestros objetivos espirituales antes de intentar alcanzarlos.

Algunas personas piensan que para meditar se necesitan habilidades especiales, pero no es así ni mucho menos.

Cuando recordamos el propósito de la meditación vemos con claridad lo sencilla que puede ser. Meditamos para abrirnos y recibir orientación de Dios y recibir es una de las funciones que mejor cumple nuestra mente. De manera que no necesitamos estar en ningún nivel espiritual determinado para poder meditar, y tampoco necesitamos conocimientos y preparación especiales.

Lo que importa es que todo el mundo puede meditar. Es una aventura personal, algo que cada persona aborda a su modo. Desde luego, la meditación no debería verse como una tarea, sino que debería abordarse con entusiasmo y dispuestos a recibir inspiración.

Poco después de empezar a practicar la meditación con regularidad, comprobamos que no tiene nada de “abstracta”, sino que, por el contrario, es inmensamente práctica. Porque es por medio de la meditación que conocemos lo que Dios ha dispuesto para nosotros. Cuando convertimos ese conocimiento en acciones los frutos de la meditación se hacen muy evidentes y concretos.

PENSAMIENTO

Por medio de la meditación nos abrimos a la inspiración y los consejos de Dios.

Un solo pensamiento de gratitud dirigido hacia el cielo es la plegaria más completa.

Gotthold Lessing.

Una vez nos hemos convencido de que la plegaria es necesaria en nuestra vida, puede que seamos reacios a empezar. Algunos nos sentimos inseguros y hasta aprensivos porque hemos tenido poca o ninguna experiencia anterior con la espiritualidad y la plegaria. O cabe que nos estorbe nuestra educación religiosa..., quizá el rechazo de determinada Iglesia o doctrina en el pasado.

Prescindiendo de nuestro origen, un temor común es el de que si no rezamos “correctamente”, Dios no nos oirá y nuestras plegarias no servirán para nada. A algunos también nos frena la timidez..., la idea de rezar nos llena de turbación.

Cuando acudimos a personas con más experiencia nos recuerdan que diferentes personas rezan de diferentes maneras: desde rituales complicados o la repetición de oraciones muy conocidas hasta sencillamente arrodillarse y expresar sus pensamientos a Dios.

Al final descubrimos que la plegaria es una relación individual y muy personal entre cada uno de nosotros y el Dios de nuestra propia comprensión... y que puede ser tan sencilla como una o dos palabras o tan compleja como creamos que necesita ser.

PENSAMIENTO
Dios siempre escucha.

Una buena acción nunca se pierde; es un tesoro que se guarda y vigila para la necesidad de quien la hace.

Pedro Calderón de la Barca.

Nos sentimos a gusto porque todo va bien; en verdad que nunca nos ha ido tan bien. Además, estamos convencidos de que nuestro éxito es resultado directo de la presencia de Dios en nuestra vida, porque sin duda nosotros solos no lo hubiéramos conseguido.

Sin embargo, se da la circunstancia irónica de que es en este momento cuando algunos descuidamos un poco nuestras actividades e interacciones espirituales con los demás. Las descuidamos y dejamos de hacer las cosas que nos llevaron adonde estamos hoy.

Puede que no recemos, meditemos o expresemos nuestra gratitud a Dios tan a menudo como antes. Puede que empecemos a perder el contacto con las personas que nos han ayudado desde el principio. Puede que nos parezca que “no tenemos suficiente tiempo” para acercarnos a los demás.

Por supuesto, es más fácil estar dispuesto a hacer estas cosas cuando nos encontramos luchando contra dificultades. Sin embargo, hemos comprobado que en la actividad espiritual nada da tan buenos resultados como la constancia; podemos continuar creciendo espiritualmente con independencia de otras circunstancias.

Aparte de eso, ¿por qué habríamos de engañarnos cuando corren buenos tiempos? Éste es el momento en que se nos ofrece la oportunidad de efectuar grandes depósitos en nuestro “banco espiritual”. Podemos formar una cuenta de fuerza y de conciencia de Dios que tendremos a nuestra disposición cuando necesitemos sacar de ella.

PENSAMIENTO

La actividad espiritual es tan necesaria y provechosa durante las buenas épocas como durante los tiempos difíciles.

La plegaria no es elocuencia, sino sinceridad; no la definición de la desesperanza, sino la sensación de ella; no figuras retóricas, sino sinceridad del alma.

Hannah More.

A veces nos olvidamos de la finalidad de la plegaria. Puede que nos sintamos inhibidos y hasta tímidos como reacción a la elocuencia de conocidas personalidades espirituales. O tal vez pensemos que nuestras plegarias no están a la altura de las plegarias clásicas que se rezan en los oficios religiosos o aparecen en la literatura de inspiración divina. Por estas y otras razones cabe que a veces nos parezca que “no lo hacemos bien” al comunicarnos con Dios.

Cuando empecemos a pensar así podemos recordarnos a nosotros mismos por qué rezamos y qué ha hecho la plegaria por nosotros. En mi propio caso, empecé a rezar empujado por la desesperación, por una sensación de desvalimiento absoluto. Mis primeras palabras eran poco más que ruegos dirigidos a Dios para que pusiese fin al dolor.

Aunque mis plegarias nunca han llegado a ser “perspicuas”, sí son ahora más serenas y más sinceras. No las ofrezco sólo durante períodos de crisis, sino con regularidad, todos los días, más a menudo como expresión de gratitud que de sufrimiento.

Lo que he aprendido con el tiempo es que el propósito de mis plegarias es reconocer mi impotencia al mismo tiempo que reafirmo mi fe y mi confianza en el poder de Dios. Mis plegarias no siempre reciben respuesta en seguida, pero invariablemente siento alivio –bajo la forma de una alteración de la conciencia- de modo casi instantáneo.

PENSAMIENTO

Reza hoy pidiendo que Dios te dé a conocer su voluntad y que tu confianza en él sea cada vez más fuerte.

Siempre que hayas visto pasar a Dios, señálalo y vuelve a sentarte en esa ventana.

Henry Ward Beecher.

La meditación es una práctica espiritual que ha enriquecido la vida de incontables personas a lo largo de los siglos. No es misteriosa, difícil ni hay reglas que la limiten. De hecho, no hay dos individuos que mediten exactamente de la misma manera; existen tantas formas de meditar como personas que buscan los consejos de Dios.

Suele decirse que de la meditación sacamos lo que ponemos en ella. Dicho de otro modo, el espíritu con que tratamos de mejorar nuestra comunicación consciente con Dios es mucho más importante que la forma que empleamos para ello. No es que pasemos por alto la forma o el método, sino sencillamente que hacemos lo que nos trae la experiencia más deseable. Cuando un procedimiento dado nos ha proporcionado buenos resultados “volvemos a sentarnos en esa ventana”.

He aquí unas cuantas ideas que vale la pena tener en cuenta cuando se empieza a practicar la meditación. En un lugar donde no haya influencias molestas, procura estar tan relajado y libre de tensiones como puedas. Deja que tu cerebro descanse. Esfuérzate por ser menos consciente de tu cuerpo. Tus pensamientos y tu entorno...; de todo menos de Dios.

Concentra la atención en Dios más que en “nada”. Intenta reflexionar sobre el amor, la sabiduría y el poder de Dios. Imagina su presencia. Lo más importante de todo: aborda la meditación con una actitud expectante, previendo que recibirás inspiración y consejos de Dios.

PENSAMIENTO

La meditación no tiene limitaciones: ni de forma ni de resultados.

La repetición es la realidad, y es la seriedad de la vida.

Soren Kierkegaard.

Por más que estemos convencidos de que la espiritualidad da buenos resultados, de vez en cuando todos intentamos hacer las cosas “a nuestro modo”. Los resultados son siempre los mismos. Entonces nos preguntamos cómo pudimos olvidar que una vida basada en la voluntad propia, en vez de en la de Dios, es como un camino lleno de baches.

Cuando volvemos temporalmente a nuestras costumbres de antes no deberíamos ser demasiado duros con nosotros mismos. Después de todo, aprender y aplicar los principios espirituales no es como ir en bicicleta; que al principio nos haya salido bien no quiere decir que nos acordaremos automáticamente de cómo se hace o, para el caso, por qué deberíamos hacerlo.

Para permanecer en buena forma espiritual y contrarrestar nuestras caprichosas ideas de antaño, necesitamos volver con regularidad y a menudo al “pozo”. Podemos hacerlo permaneciendo en comunicación con personas espiritualmente conscientes, así como por medio de la plegaria y la meditación. También podemos recordarnos con frecuencia a nosotros mismos que la espiritualidad nos proporciona una manera de vivir cómodamente y con serenidad.

Si tomamos estas medidas, ¿tenemos garantizado que haremos progresos en seguida? No necesariamente. Pero haremos progresos con el tiempo. Sabemos por experiencia cuáles son las ventajas de aprender y luego aplicar los principios espirituales. Cuanto mejor los conozcamos y comprendamos, más eficazmente podremos aplicarlos y mejor será la calidad de nuestra vida.

PENSAMIENTO

La buena forma espiritual puede intensificarse por medio de la repetición y la práctica, y no por medio de la retórica y la predicación.

Confía en tu corazón... Nunca le niegues audiencia. Es la clase de oráculo casero que a menudo predice lo más importante.

Baltasar Gracián.

A medida que me acerco más a Dios, mi voz intuitiva se vuelve más fuerte. He aprendido a prestarle atención, a confiar en ella y a actuar de acuerdo con sus apremios. Por ejemplo, cuando hago caso de la advertencia de mi voz interior y evito determinada situación o persona invariablemente me alegro de haberlo hecho. En los negocios las cosas suelen salirme bien cuando actuo de forma intuitiva. Por otra parte, a veces seguir mi intuición me lleva a ponerme en comunicación con alguien que en ese mismo momento necesita mucho tener un amigo.

Antes mi voz interior hablaba sólo infrecuentemente y por lo general en susurros. Demasiado a menudo yo no hacía caso de sus advertencias y sugerencias. Mi cerebro solía ahogar la voz de mi corazón diciendo de forma insistente: "Tú puedes encargarte de ello..., esta vez va a ser diferente".

Como en la actualidad mis motivos y pensamientos a menudo corren parejas con mi intuición, es más probable que haga lo que es correcto y bueno. No voy a parar a lugares donde no debería estar, haciendo cosas que no debería hacer. Hoy me resulta mucho más fácil elegir de forma apropiada. Mi vida tiene un bienestar, un flujo y un ritmo que yo sé que son correctos.

PENSAMIENTO

Nuestro corazón a menudo sabe rápidamente lo que nuestra mente averigua con el tiempo.

La fe hace de las discordias del presente las armonías del futuro.

Robert Collyer.

“Dejándolo” y “dejando hacer a Dios” nos quitamos de encima la carga que supone tratar de hacerlo todo nosotros mismos. En vez de confiar exclusivamente en nuestra propia capacidad, adoptamos una actitud espiritual ante nuestros problemas y otros aspectos de la vida.

¿Cuáles son algunas de las cosas que realmente “dejamos”? Dejamos sentimientos que nos causan dolor: frustración, ira, ansiedad y fatiga, entre muchos otros. Dejamos ideas y pensamientos preconcebidos que nos dicen que “no podemos” recibir o hacer algo porque no lo merecemos o somos incapaces. Dejamos ideas viejas que podrían impedirnos adquirir un conocimiento nuevo. Dejamos toda tentación de resistirnos a los cambios que son importantísimos para que continuemos creciendo.

Cuando “dejamos hacer a Dios” se producen cambios positivos. Nos libramos de nuestros sentimientos turbadores y dolorosos. Nos libramos de nuestras ideas y creencias restrictivas. El bien se despliega ante nosotros bajo la forma de nuevas ideas, nuevas maneras y la fuerza espiritual para afrontar todos los retos y oportunidades.

Cuando dejamos algo y dejamos hacer a Dios no abandonamos nuestras responsabilidades. Al contrario, disponemos entonces de una fuente divina de poder, inspiración y sabiduría que nos permite afrontarlas más fácilmente.

PENSAMIENTO

No es necesario confiar exclusivamente en nuestros propios recursos limitados.

Cuando has eliminado lo imposible, lo que queda, por inverosímil que sea, tiene que ser la verdad.

Arthur Conan Doyle.

Cuando era joven mis padres y otras personas me indujeron a creer que no estaba a la altura de lo que prometía, que mi capacidad potencial no se había hecho realidad; en resumen, que nunca llegaría a hacer un buen papel en la vida. No es extraño, en vista de ello, que creciera con escasa confianza en mí mismo y todavía menos autoestima. Me convertí en un hombre que en el plano emocional iba por la vida sin rumbo, convencido de que siempre miraría hacia dentro desde fuera. Mi necesidad de recibir la aprobación de los demás acabó siendo tan grande, que resultaba imposible satisfacerla e influía prácticamente en todos mis pensamientos y acciones.

Después de que finalmente me estrellara y quemara, por así decirlo, empecé a sentirme dispuesto a escuchar a otras personas que, según descubrí con asombro, habían tenido exactamente los mismos sentimientos. De ellas aprendí paulatinamente a librarme de los “imposibles” en mi vida: la idea de que de un modo u otro, algún día, recibiría la aprobación de quienes llevaban tanto tiempo negándomela; la idea de que cualquier persona puede ser perfecta; la idea de que tengo poder sobre las acciones de otras personas o sobre las opiniones que tienen de mí.

Cuando conseguí dejar estos imposibles (y todavía tengo que librarme de ellos, con la ayuda de Dios, casi todos los días) me encontré con que era libre y podía tomar decisiones sobre mi vida basándome en lo que me conviene, en lo que son mis necesidades verdaderas y en lo que me hará feliz. Es decir, las cosas que representan lo que Dios quiere para mí.

PENSAMIENTO
Déjalo, deja hacer a Dios.

Porque Jehová al que ama castiga.

Proverbios, 3,12.

¡Qué alivio es saber que no soy el único responsable de “organizar” mi vida! Con el aumento de la fe y la experiencia me he dado cuenta de que Dios puede hacer por mí lo que yo no puedo hacer. Este descubrimiento me ha permitido cambiar mucho y tengo la confianza de que podré continuar haciendo progresos.

No siempre fue así. En otro tiempo intentaba sinceramente, con todas mis fuerzas, cambiar algo de mí mismo, pero invariablemente me quedaba corto. A pesar de mi creciente desánimo, una y otra vez trataba de fortalecer mi compromiso y quizá buscar otra forma de ayudarme a mí mismo. El intento se convirtió en un proceso de todo punto contraproducente; cuanto más me esforzaba en cambiar, menos confianza tenía en mi capacidad de lograrlo.

Finalmente, me enseñaron que si bien yo no puedo efectuar cambios en mí mismo, la fe en Dios y la buena disposición –en lugar de más fuerza de voluntad- hacen que el cambio sea posible.

Hoy día, cuando me doy cuenta de la necesidad de cambiar de vida sigo directrices que realmente den buen resultado. En primer lugar, reconozco que soy incapaz de efectuar cambios en mí mismo. Finalmente, pido a Dios que me ayude y empiezo a hacer lo necesario.

PENSAMIENTO

Yo no puedo; Dios puede; yo creo; le dejaré hacer.

Nunca buscamos las cosas por sí mismas, sino por la búsqueda

Blaise Pascal.

Pasamos gran parte de nuestra vida y desperdiciamos mucho tiempo tratando de dominar la situación. A menudo pensamos que por haber dado todos los pasos necesarios y porque tenemos las mejores intenciones nuestros proyectos y actividades deberían salir exactamente como queríamos que saliesen. No sólo esperamos que salgan así, sino que contamos con ello.

Como todos sabemos, las cosas no suelen ir así. Y si damos por sentado que saldrán de esta manera, vamos a llevarnos una decepción tras otra.

Supongamos que finalmente hemos decidido poner remedio a nuestras malas relaciones con algún familiar. Hacemos cuanto está en nuestra mano por enderezar las cosas. Pero luego, en vez de retirarnos unos pasos, cedemos a la tentación de hacer un poquito más... y de algún modo manipulamos y, por ende, controlamos el resultado de nuestras acciones.

La experiencia nos ha enseñado que tratar de dar ese paso extra es invariablemente un error. Hemos comprobado que dando los pasos tan bien como podamos –y dejando luego que Dios se encargue de los resultados- nos colocamos en la mejor posición posible para que la empresa sea afortunada.

PENSAMIENTO

No intervengas en los resultados.

No podemos vencer al destino y a la necesidad, pero podemos rendirnos a ellos de tal manera que seamos más grandes que si pudiéramos.

Walter Savage Landor.

El principio de “dejarlo y dejar hacer a Dios” es una piedra angular de nuestras creencias espirituales. A pesar de ello, incluso después de varios años, a muchos todavía nos cuesta poner este concepto en práctica.

Se da la circunstancia irónica de que cuanto más molesto y persistente es un problema, más nos cuesta librarnos de él. Con frecuencia nos vemos tan enredados en la situación, desde el punto de vista emocional, que nos aferramos a una idea vieja; si nos esforzamos lo suficiente, nosotros podemos darle la vuelta.

No sólo eso, sino que también creemos que aportar una solución es responsabilidad nuestra. Reconoceremos que estamos desesperados, pero lo que no podemos reconocer –o no acertamos a ver- es que carecemos de poder para crear cambios.

Lo que suele ocurrir, después de que el dolor y la frustración nos hayan colocado entre la espada y la pared, es que finalmente rendimos nuestra voluntad ante la voluntad de Dios. Lo dejamos y dejamos hacer a Dios. Cabe que en ese momento todavía sintamos aprensión, porque no sabemos qué va a pasar. Con todo, al dar un salto a impulsos de la fe, no sólo hemos abierto la puerta, sino que, además, nos hemos quitado de en medio. Hemos hecho posible que Dios proporcione la solución.

PENSAMIENTO

Una vez hemos dejado de tratar de dirigir lo que puede dirigirse, es posible “dejar hacer a Dios”.

Puede parecer que un tema ha sido dejado de lado, pero vuelve una y otra vez...la misma cosa modulada, con su forma un poco cambiada.

Muriel Rukeyser.

Mi actitud al despertar puede dar forma y color a todo mi día. Sí concedo la importancia a preocupaciones y temores insignificantes, forzosamente tendré que bregar con una crisis tras otra, todas ellas generadas por mí mismo. Pero si dedico los primeros momentos de la mañana a la meditación – asegurándome a mí mismo que el poder de Dios está dentro de mí y que la gracia de Dios me rodea en todo momento y en todo lugar-, entonces es probable que el día esté libre de preocupaciones y sea provechoso.

Es posible que algo me desvíe de mi camino, que presiones y acontecimientos imprevistos amenacen mi serenidad. Pero incluso entonces tendré la oportunidad de elegir. Puedo volver a las percepciones positivas de antes.

En tales momentos –de hecho, en cualquier momento- es consolador reafirmar esta verdad, la más preciosa de todas: soy hijo de Dios y la protección de Dios me acompaña dondequiera que esté, adondequiera que vaya. Como hijo de Dios, soy libre de disfrutar de la vida y de todo lo bueno que hay en ella. Soy libre de ser positivo y sentir entusiasmo, sin verme frenado por la aprensión motivada por algún individuo o alguna situación. Soy libre de caminar por el sendero de la protección y la paz y de saber que mi padre está conmigo siempre.

PENSAMIENTO
Somos hijos de Dios.

Rezas cuando estás afligido y cuando estás necesitado; ojalá pudieras rezar también en la plenitud de tu alegría y en tus días de abundancia.

Kahlil Gibran.

“No hay ateos en las trincheras”. Todos hemos oído esa expresión y sabemos exactamente lo que significa. Sea cual fuera nuestra inclinación espiritual, tendemos a rezar con mayor fervor cuando más amenazados y desamparados nos sentimos. Pero cuando las cosas se han calmado disminuye nuestra confianza en Dios y volvemos a “encargarnos” de todo nosotros mismos.

En la actualidad ya no nos engañamos a nosotros mismos “comunicándonos” con Dios sólo durante las épocas de adversidad. Con el fin de ensanchar y ahondar el cauce entre nosotros y Dios rezamos a menudo y con consecuencia. Rezamos pidiendo que nos guíe y nos muestre lo que su voluntad nos depara. Rezamos pidiendo aceptación y valor cuando sea necesario actuar. Rogamos pidiendo que nos libre del miedo y de la esclavitud del yo. Nuestras plegarias encuentran respuesta.

Estos son días de abundancia para nosotros. Nuestra relación con Dios ha madurado mucho y nuestra vida se ha enriquecido. Con frecuencia tenemos la sensación consoladora y tranquilizadora de que Dios está cerca. En nuestras plegarias expresamos nuestra profunda gratitud por su presencia en nuestra vida.

PENSAMIENTO

La sabiduría y la fuerza de Dios son una reserva constante a la que siempre podemos recurrir.

Los apuros y la perplejidad me empujan a rezar, y el rezar ahuyenta la perplejidad y los apuros.

Philipp Schwarzert M.

A veces no presto a Dios la atención que se merece. Por llevar una vida muy agitada o por otras razones, descuido mi relación con él. No encuentro tiempo para meditar. Rezo sobre la marcha, si es que rezo, quizá mientras me afeito, o mientras voy en coche por la autopista con la radio puesta.

Si esto se prolonga mucho tiempo, la calidad de mi vida se ve afectada negativamente. Las cosas empiezan a causarme grandes molestias. Me impaciento y me enfado con facilidad; mi ego empieza a desmandarse. Mi desasosiego va aumentando hasta que finalmente me doy cuenta de cuál es el problema.

Al llegar a ese punto tengo que volver a ponerme en forma espiritualmente. Del mismo modo que para estar en buena forma física necesito hacer ejercicio con regularidad, para estar en forma emocional y espiritualmente necesito rezar y meditar con regularidad.

Hoy dejaré mi actividad habitual. En un lugar silencioso y con la mente tranquila me retiraré con Dios para fortalecer mi vida interior.

***PENSAMIENTO
Ego=Apartar a Dios.***

Las buenas acciones son los goznes invisibles de las puertas del cielo.

Victor Hugo.

Hoy queremos continuar siendo conscientes de nosotros mismos y saber que estamos en paz con el mundo. Ya no tenemos suficiente con ir tirando, con dejar que las circunstancias nos hagan entrar y salir de las situaciones como un corcho en la marea.

Dios nos ha dado el libre albedrío; nos ha bendecido con opciones y capacidades. Si utilizamos nuestra voluntad correctamente alineándola con la de Dios, nuestros días serán más apacibles, provechosos y gratos. Es posible aplicar esta intención a todo lo que hacemos cada día. A nosotros nos toca decidir.

Por la mañana repasamos los planes para el día que empieza. Pedimos a Dios que nos indique el camino, que guíe nuestras acciones y nuestros pensamientos.

A medida que el día avanza dedicamos tiempo a renovar nuestra comunicación consciente con Dios. Nos recordamos a nosotros mismos que no llevamos la voz cantante.

Al terminar el día examinamos atentamente lo que hemos hecho y las actitudes que hemos adoptado. Nos preguntamos si nos ha quedado por hacer algo que es urgente. Expresamos nuestra gratitud a Dios por todas sus bendiciones.

PENSAMIENTO

Dios nos ha bendecido con capacidades...y oportunidades de elegir.

Señor, líbrame de mí mismo.

Sir Thomas Browne.

A veces puede parecer que nuestros progresos espirituales se hacen más lentos en vez de registrar el aceleramiento que esperamos. También puede que tengamos la impresión de que la familia y los amigos no comprenden o no aprecian la nueva dirección que desde hace un tiempo sigue nuestra vida. Debido a que nos hemos fijado unas pautas y unas expectativas demasiado elevadas, es posible que acabemos sintiéndonos decepcionados con nosotros mismos, los demás y, en ciertos momentos, incluso con Dios. Puede que nos preguntemos de qué sirve seguir una senda espiritual y que durante un tiempo perdamos la fe.

Cuando empezamos a sentirnos así hay varias cosas que vale la pena tener en cuenta. En primer lugar, en modo alguno somos los únicos en experimentar esta clase de dudas. A decir verdad, durante toda la historia ha habido líderes religiosos, profetas y santos –Martín Lutero, Elías y San Francisco de Asís, por citar sólo algunos- que reconocieron que periódicamente perdían la fe y experimentaban una sensación de futilidad.

Todavía más útil es recordar lo que era nuestra vida antes de que empezáramos a tener fe. Es probable que los recuerdos mismos nos proporcionen el ímpetu que necesitamos y nos hagan volver a un estado de gratitud. Finalmente, deberíamos procurar volver de nuevo nuestro corazón hacia Dios por medio de la plegaria y la meditación. Porque el poder divino, más que cualquier otra cosa, puede sacarnos de los desvíos de la desilusión y ponernos de nuevo en la senda del Espíritu.

PENSAMIENTO

Dios está siempre con nosotros, especialmente cuando nuestra fe ha disminuido de forma temporal.

Gran parte del conocimiento de las cosas divinas se nos escapan por la falta de fe.

Heráclito.

Todos conocemos a personas que viven razonablemente bien sin sentir la necesidad de aprovechar los recursos espirituales. No se trata por fuerza de que no crean en Dios, y tampoco piensan que la fe y la confianza en un Poder Superior carezcan de sentido. Sencillamente se dan por satisfechas con las cosas tal como están y no desean ningún cambio.

Los que ahora confiamos en Dios no nos sentimos inclinados a discutir con nuestros amigos autosuficientes, y tampoco a hacer proselitismo con ellos. La gran mayoría de nosotros, de hecho, gustosamente defenderíamos su derecho a pensar como deseen. Nos hemos librado del hábito de juzgar a los demás.

Pero desde que descubrimos los beneficios de la fe, tampoco nosotros quisiéramos vivir de otra manera. Porque experimentamos todos los aspectos de nuestra vida de formas totalmente distintas y más satisfactorias que cuando confiábamos exclusivamente en nuestros propios recursos.

Sin el freno de pensamientos y actitudes que nos limiten, ahora gozamos de una vida más libre y más expansiva. El entusiasmo y el gozo nos renuevan cada día. Porque sabemos que Dios está ahora con nosotros y lo estará siempre, nuestros temores han disminuido en gran medida. Al ponernos a su amparo, Dios nos tranquiliza y sustenta.

Nunca más tenemos por qué sentirnos solos o sin amigos. A pesar de la confusión y la discordia que nos rodean, Dios hace que permanezcamos serenos y en paz. En nuestra constante fuente de fuerza, tranquilidad y consuelo.

PENSAMIENTO
Recuerda los beneficios de la fe.

Es, pues, la fe certera de lo que se espera, la convicción de lo que no se ve.

Hebreos, 11, 1.

A veces nos preguntábamos qué era la sustancia de la fe. Nos preguntábamos cómo actúa y qué da a la fe la facultad de responder a las plegarias. Ahora que hemos visto cómo la fe producía en nuestra vida, así como en la vida de quienes nos rodean, transformaciones que antes eran imposibles, estos interrogantes ya no nos preocupan. Nuestras especulaciones ya no son pertinentes. Lo que es importante es que la fe actúa, y eso lo sabemos por experiencia propia.

Un conocido mío describe lo que le sucedió. Su adicción al alcohol era tan aguda, que sólo había conseguido dejarla cuando estaba internado en alguna institución o cuando usaban la fuerza para impedir que bebiese. Sin embargo, un día dejó de beber pese a que estaba libre y tenía licor a su alcance. “Encontré la fe en mi segundo día de abstinencia –recuerda-. Me di cuenta de que pasaba algo que era imposible sin la ayuda de Dios. Era claro que un Poder mayor que yo me apartaba de la bebida”.

Nuestra fe puede obrar un milagro tras otro. Por más que creamos que es escasa o débil, nuestra fe es una poderosa fuerza espiritual que anida dentro de nosotros. Del mismo modo que damos por hecho que basta apretar un botón para tener electricidad en casa, también podemos abrir el cauce de la fe y dar por sentado que el poder infinito de Dios producirá resultados en nuestra vida.

PENSAMIENTO

La fe es misteriosa por naturaleza. Lo único que necesitamos saber es que actúa.

La vida me ha enseñado a pensar, pero pensar no me ha enseñado a vivir.

Aleksandr Ivanovich H.

Solíamos pasarnos la vida pensando en nuestros problemas. Decidíamos hacer algo acerca de nuestro empleo, nuestro matrimonio o diversas situaciones. Luego nos sentábamos y nos poníamos a pensar.

Empezábamos tratando de organizar nuestros pensamientos, e incluso hacíamos a veces algunos progresos. Pero invariablemente nuestro proyecto se nos escapaba de las manos. Buscábamos infructuosamente las causas. Nos salíamos por la tangente y pronto empezábamos a pensar en cosas que no tenían nada que ver. Finalmente, si persistíamos en ello, llegábamos a un punto en que no podíamos dejar de pensar. Entonces nuestros problemas y dilemas se convertían en obsesiones que nos atormentaban.

Afortunadamente, hemos aprendido a aplicar soluciones espirituales a las situaciones de la vida, que a veces nos llenan de perplejidad o nos inquietan. Y ello nos ha permitido poner nuestra inteligencia y nuestros procesos mentales en perspectiva.

Nos damos cuenta de que la mente es un don y que tiene una enorme capacidad de hacer cosas positivas. Pero también somos conscientes de que tiene sus limitaciones y, de hecho, a veces puede exacerbar los problemas. Hoy en día procuramos no apoyarnos demasiado en nuestras facultades intelectuales en el sentido de abrirnos paso en la vida a base de “pensar”. En vez de ello, dejamos que nuestros pensamientos y acciones los guíen nuestros recursos espirituales, que son cada vez más profundos.

PENSAMIENTO
Piensa en soluciones espirituales.

