

UNA VOZ DE ESPERANZA

LA ANGUSTIA I

Zueridos amigo (a):

La angustia o ansiedad que aparecen en tu vida frente a un peligro real o irreal que pueda afectar tu existencia, son como luces de prevención frente a algún mal que busque penetrar en ti.

Dos ejemplos que pueden señalarte esto: Tienes que hacer una disertación o rendir un examen y tu corazón se acelera, te transpiran las manos, te duele el estómago, etc., pero tu vida no estará en peligro y si no te va bien, podrás tener una nueva oportunidad. O bien, podría tratarse de un peligro cierto que pudiera afectar tu existencia al extremo de perder la vida. Ambas situaciones podrán producir similares efectos en tu fuero interno y tus reacciones habrán de ser controladas por las virtudes con que adorné tu existencia.



No estás abandonado frente al mal que acecha ni a merced de sus caprichos. Posees la inteligencia, tu capacidad de discernimiento, tu voluntad, tu libertad, para no salir huyendo en la primera dirección ni enterrar tu cabeza en la arena, sino emplear tu serenidad para determinar lo que has de hacer en la situación a la que te ves enfrentado.

No has de dejarte llevar por la desesperanza que es mal consejera, ni el abatimiento que te resta fuerzas. Has de examinar tu conciencia para ver si lo



que hiciste era lo correcto o lo que correspondía y confiar en que has dado lo mejor de ti. De no ser así, no puedes esperar el mejor resultado si estás en deuda con tu proceder. No puedes ni debes actuar como el estudiante que espera la mejor nota sin haberse preparado consciente y adecuadamente.

Si bien es cierto el Bien es un don, sin lugar a dudas, tus mejores esfuerzos lo atraerán como un imán. No olvides el viejo adagio compuesto por el hombre: "A Dios rogando, pero con el mazo dando".

En la medida que te hagas responsable por tu vida necesitarás un refuerzo externo que no siempre encontrarás en un profesional de la salud y que no siempre tendrá la respuesta adecuada para ti, pues dentro de ti mismo estará la solución.

¿Has visto, alguna vez, con serenidad tu cara en el espejo? ¿Te has detenido a pensar en su perfección, en todo cuanto encierra su diseño? Todo ello salió del cincel de mi mano, para ti. Pero: ¿Cuántas veces has querido cambiarlo, pues te parece que no es el adecuado? ¿Para quién? Naciste rubio, quieres ser moreno. De pelo liso, quieres ser crespo. Crespo te alisas el cabello. De ojos negros, quieres tenerlos verdes o azules. Con abundantes cejas, te las arrancas. Con pocas pestañas, te agregas postizas. Quieres cambiar tu barbilla, tus orejas, tu nariz, el rictus de tus labios, aun cuando ello haga cambiar tu fisonomía y no para un bien mayor.

Esta incomodidad con lo que eres en ti mismo es la que acumula en ti estas fuerzas negativas que de pronto irrumpen causándote ansiedad, angustia y otras afecciones que no te permiten un desarrollo orgánico, pues lo quieres todo al instante y al no poder lograrlo cunde en ti la desesperación, la impaciencia.

No estás conforme contigo mismo y eso te produce tensión interna, aunque no lo parezca y buscas soluciones externas como si el mal acumulado viniera desde fuera y no se hubiera empoderado en tu propio ser.



Lo que te he dicho tantas veces y ha quedado escrito para la posteridad: ¿Por qué temes hombre de poca fe? ¿Es que no recibiste pruebas de que para mí nada es imposible? ¿Acaso piensas que tu realidad es producto de una casualidad que no existe? Eres producto de mi libre determinación pensando sólo en ti.

El mal que en el Paraíso te hizo marginarte de mi lado ha sido vencido, pero no quieres aceptarlo en tu fuero interno, dejándote avasallar por él, haciéndote víctima de sus triquiñuelas para alejarte de mí, pues sabes que sin mí no te puedes defender adecuadamente. Por ello te reitero la invitación a caminar conmigo, a apoyarte en mí, a permitirme compartir tu cruz cuando flaqueen tus fuerzas. A alimentarte de mi propio cuerpo, a beber mi propia sangre para calmar tu sed de infinito.

“No te olvides que fuiste creado por mí y para mí y tu corazón sólo podrá descansar tranquilo cuando repose en el mío.” Como decía S. Agustín.

Lo tienes todo para vencer la angustia y la ansiedad. No permitas que ellas manden en tu vida y apenas sientas que te acosan, ve a la fuente de vida que es mi corazón y deposita allí tus cuitas y te daré las gracias que requieras para vencerlas, pues mi anhelo es que seas feliz en la vida que te he dado.

Jesús.

Carquen con mi yugo y aprendan de mí, que soy sencillo y humilde de corazón y encontrarán descanso para sus vidas.

Porque mi yugo es suave y mi carga ligera.

Mateo 11, 29-30