Descargar en PDF (incluye imágenes)

Es difícil explicar por qué existe el dolor y por qué sufrimos. Hay veces en la vida que te sientes desesperado, lleno de problemas, de responsabilidades, tenso, inseguro, aprensivo, angustiado. Y por más vueltas que das, no logras sentirte de otra manera.
– En este folleto trataremos de explicarte de dónde viene el dolor, para qué sirve y cuál es la mejor manera de vivirlo.

EL DOLOR– El dolor es un misterio (algo que no entendemos) que acompaña al hombre en su camino, junto con la alegría.-¿POR QUÉ EXISTE EL DOLOR?
Porque el hombre es imperfecto y la naturaleza es imperfecta también.
– En un principio, cuando Dios hizo al hombre, en el paraíso, no había dolor. Con el pecado original de Adán y Eva (cuando desobedecieron a Dios comiendo del árbol prohibido), el hombre fue ex -pulsado del paraíso, su cuerpo se volvió mortal (que se va acabando y muere) y entró el mal y el dolor al mundo.
– Hay diferentes tipos de dolor:
a) El dolor físico o del cuerpo humano porque es perecedero, envejece y se enferma.
b) El dolor moral o del espíritu, porque a veces el hombre usa mal su libertad, escoge el mal y hace daño a otros.
– El dolor puede ser grande o pequeño, puede ir creciendo o disminuyendo, y puede durar poco tiempo o muchos años.**EL SUFRIMIENTO**– El sufrimiento es la actitud personal, es decir la respuesta de cada uno, ante el dolor.
– El sufrimiento depende del temperamento, o sea de la forma de ser de cada persona. Hay unos que aguantan más que otros.
¿POR QUÉ SUFRIMOS? No hay respuesta definitiva, es un misterio, algo que no entendemos. Más bien debemos preguntarnos: ¿PARA QUÉ SUFRIMOS? Para ofrecerlo a Dios y unir nuestro sufrimiento al de Jesús en la cruz. De esta manera participamos en la redención.
– Es muy importante que sepas que tu dolor, puede no ser en vano, puedes ofrecerlo a Dios.
– Puedes también pedirle a Dios que te dé fortaleza para aceptarlo y llevarlo con serenidad.
– Es importante que estés convencido de que Dios NO te envía o te provoca el dolor, pues te ama. Simplemente te acompaña y te consuela.

UNA HISTORIA EN LA BIBLIA– En el desierto de SINAI, el pueblo judío se rebeló contra su guía Moisés y contra Dios. En este momento Moisés estalló en una larga lamentación contra Dios:» ¿Por qué me tratas así? ¿Por qué tengo que cargar yo solo con la pesada carga de todo un pueblo testarudo y me obligas a llevarlo, hasta la «tierra prometida»? ¿Por qué no me ayudas con tu bondad? ¿De dónde voy a sacar carne para darles de comer? Es una carga demasiado pesada. Si vas a tratarme así, mátame, por favor, para que no tenga que sufrir por más tiempo esta desventura.» Y Dios comprensivo, salió al camino para socorrer la soledad de su siervo con una asistencia especial. (Num. 11-17)

SOLO CUANDO UNO HA CAÍDO– Como ésta, encontramos varias historias en la Biblia, de donde aprendemos que el corazón del hombre se levanta y sube hacia Dios, solamente cuando está caído, cuando ha tocado fondo.
– Cuando no le resta esperanza humana, cuando el hombre conoce y reconoce que es desvalido, y no le queda de donde agarrarse, porque todas las vigas para sostenerse crujen y se rompen... entonces, Dios se levanta en medio del camino, como la única columna de seguridad, extiende sus brazos y se transforma en un regazo y refugio para acoger, consolar y animar al caído.
– No hay otro camino para entender que Dios es el único que todo lo puede: hay que comenzar por experimentar que uno sólito no puede.
– Cuando el hombre vive sin problemas, con prestigio, éxito, fuerza, poder, juventud, dinero, belleza... va pisando sus propios territorios y es difícil que no acabe sintiéndose un «pequeño dios».
– Sólo cuando el hombre acepta que es débil y se presenta a Dios como un niño, como un pobre, sólo entonces puede abrazarse a Dios.
– Algunas, por no decir gran parte de las TRANSFORMACIONES de las personas que uno ha podido conocer en la vida, se han dado después de que han sufrido un desastre personal, después que han tenido una gran caída.**LA CONFIANZA**– Al sentir la gran diferencia que hay entre la pequeñez y la debilidad de uno por un lado, y el gran amor que Dios nos da gratis y la riqueza suya por el otro, brota desde el corazón del pobre ese sentimiento, mezcla de fe y seguridad, al que llamamos CONFIANZA.
– Solo entonces, es cuando uno puede decir de corazón: «El Señor es mi luz y mi salvación, ¿A quién temeré?» (Sal 27)**MIEDO Y ANGUSTIA**– Cuando te sientes tenso, inseguro, aprensivo, angustiado, la razón de este estado de ánimo es la siguiente: estás ENCERRADO EN TI MISMO.
– Aunque buscas a Dios de vez en cuando y rapidito, el centro de atención y hasta la obsesión, eres tú mismo, tu situación. Todo el día piensas en ti y en tus problemas.
– Cuando no sales de ti mismo, te sientes tan inseguro, tan infeliz, que es difícil no tener MIEDO. El miedo crea «fantasmas», es decir que cuando estás asustado te imaginas que pasan cosas que en la realidad no están pasando o bien, los problemas reales los haces mucho más grandes. Todo se hace más grande por el miedo.
– Vivir así es agonizar, es vivir desesperado en una prisión, sin poder salir.

LA VERDADERA LIBERACIÓN– En cuanto tomas conciencia, ves que estás ENCERRADO en ti mismo y te despegas de ti mismo, es cuando te das cuenta de que ESTÁ DIOS, un Dios que todo lo puede, un Dios que te ama infinitamente (muchísimo), que te ama gratis, sin que te lo merezcas, a pesar de tus defectos y tus ofensas, un Dios que te cuida y te protege todo el tiempo, un Dios que lo que más quiere es tu bien... sólo entonces puedes LIBERARTE.- Al ABANDONARTE EN MANOS DE DIOS, al sentirlo como roca fuerte, se esfuma el miedo y como consecuencia, desaparecen los «fantasmas» y la cárcel en la que vivías tenso, inseguro, aprensivo y angustiado.

– Solo entonces podrás gritar con alegría: ¡Yo confío en el Señor! He salido de mi mismo, he soltado mis problemas y he entregado a Él las llaves de mi propia vida, como quien extiende un cheque en blanco, para que Dios haga de mi vida lo que su voluntad quiera, y que seguramente será lo mejor para mi, pues sé cuánto me ama.
Entonces podrás vivir tranquilo, sereno, contento, libre y confiado, a pesar de los problemas de la vida.**LA RECAÍDA**– Puedes lograr este primer paso de confianza y, de repente, en un descuido, desprenderte nuevamente de Dios volviéndote a encerrar en ti mismo, volviendo a vivir entre sombras y miedos.
– ¿Cómo se explica esta recaída? Así es la condición humana. Hay que comenzar por aceptar con paz, sin alarmarse, que la naturaleza humana es así, sube y baja, cambia a cada rato.
– La estabilidad, la libertad completa, vienen llegando después de mil combates y mil heridas, después de muchas recaídas y levantadas.
– Cada victoria en la liberación, siempre será fruto de abandonarse en manos de Dios. Mientras se tengan fijos los ojos en el Señor, no retornarán los sobresaltos, el miedo no volverá a rondar.**CAMBIAR TU ACTITUD**– El libertador es Dios. Recuerda que la liberación no se da mágicamente, sino porque Dios te ama tanto y te cuida y protege.
– Todo lo que hemos reflexionado, no significa que Dios te vaya a resolver todo rápidamente o de la manera que tú quieres que lo resuelva. Recuerda que Dios escoge sus caminos y sus momentos, pero todo lo que Él permita será siempre para tu bien, no tu bien de hoy, sino tu bien eterno, o sea tu salvación.
– También recuerda que el ponerte en manos de Dios no significa que no debas hacer todo lo que tú puedas para resolver tus dificultades, para arreglar tus cosas. ¡Ayúdate que Dios te ayudará!
– Más bien el liberarte, significa cambiar la respuesta ante las dificultades, CAMBIAR TU ACTITUD DE VIDA cuando tienes problemas, como todo el mundo los tiene.
– Recuerda, el Padre no permitirá que quien se acoge a Él sea herido, ni a nadie le da una carga mayor a la que puede cargar con su gracia.**PROPÓSITO DEL MES:**– De hoy en adelante trataré de «confiar» de depositar en manos de Dios mis inquietudes, mis problemas, mis preocupaciones y descargar todas mis tensiones en su corazón, orando.