

Sanar el cansancio

Existen varios tipos de cansancio que influyen negativamente en nuestro comportamiento y procesos mentales. Básicamente, nuestro tiempo de reacción, la eficacia de respuesta a diferentes retos y el resultado final de estos se ven afectados cuando estamos cansados. El remedio obvio es descansar, permitiendo a nuestro cuerpo reponerse y sanar, y a nuestra mente recuperar su paz. Por esta razón es que dormir es tan importante, inclusive mas necesario que la misma alimentación.

Sin embargo, hay otro tipo de desgaste que poco a poco nos empuja hacia la melancolía, la depresión y a pensamientos negativos. Este desgaste es anímico y espiritual, y entorpece nuestra capacidad para apreciar el inmenso tesoro que son nuestras vidas. En este tipo de desgaste también se manifiesta la depresión, y si no se atiende, puede llevar a problemas mayores, inclusive afectando nuestra salud física, pues la capacidad de defensa de nuestro sistema inmunológico decae.

Hace años me sorprendió escuchar que los anti-depresivos desaceleran nuestros pensamientos. Esto me llamó la atención porque yo creía (equivocadamente) que la depresión era lo opuesto, esto es, una quietud interna, gris, oscura y negativa donde nuestros pensamientos se reducen.

Es precisamente durante esa vorágine de pensamientos desordenados cuando en ocasiones simplemente nos callamos, decepcionados ya de nuestra pesadez humana; y es en esos momentos cuando la presencia de Dios, que habita en lo mas profundo de nuestras Almas, susurra un cántico de esperanza y nos ofrece un consuelo ilimitado e incondicional.

Su consuelo no requiere necesariamente que repitamos oraciones aprendidas, o que hagamos rituales diseñados por otros, con los que pudiéramos recuperar la paz. En estas ocasiones es cuando su presencia se hace notar mas intensamente, como un faro que ilumina la oscuridad de la noche.

Recuerdo que hace varias decadas, en medio de un problema terrible del que no había opciones posibles, me sentí desesperado y agotado esa noche en un sillón en mi casa, y cerrando mis ojos pedí ayuda, pues mi carga excedía por mucho mis propias posibilidades.

Sentí viento a mi alrededor, como si algo o alguien trabajara en mi durante mi necesidad, y supe que me estaban sanando. No quise siquiera abrir mis ojos para no entorpecer el proceso... y al poco rato descendió sobre mí una paz inmensa. Basado en esta experiencia descubrí que podemos pedir ayuda para recibirla, y tal vez por ello podamos percibir cuando esta ayuda actúa en nosotros.

En la Tradición Cristiana se habla de la existencia de cuatro Arcángeles principalmente, que en realidad serían cuatro legiones de Arcángeles que nos guían para no perder la consciencia de la presencia de Dios en lo profundo de nuestro ser.

El Arcángel Miguel ("Quien como Dios?") quien corta las ataduras espirituales y físicas en tiempos inminentes de peligro inmediato. Es la representación de la justicia y la fuerza, defendiéndonos de problemas o adversarios.

El Arcángel Gabriel ("Dios es mi fuerza"), el mensajero de Dios. Fue Gabriel quien anuncia a la Virgen María que va a ser Madre de Dios. Con su inspiración nos permite expresar la verdad y escuchar nuestra voz interior.

El Arcángel Rafael ("Dios que cura") es el Arcángel de la sanación física y espiritual. También es el quien nos obsequia con el don de sanación. El es también el consolador durante problemas actuales. Rafael es el Arcángel de médicos y sanadores.

Finalmente, el Arcángel Uriel ("Luz de Dios"), a quien se considera como el guardián de nuestras emociones y nuestro corazón. Nos

impide elevarnos a niveles mas altos, mientras no superemos primero nuestros conflictos y sentimientos negativos. Al mismo tiempo nos da la llave de la inspiración para descubrir el amor que reside en nosotros.

Es un hecho que constantemente recibimos ayuda divina para poder superar nuestros conflictos, y esta clasificación probablemente sea mucho mas completa que lo expresado con pocas palabras. Existieron personas muy sabias que vivieron hace siglos con conocimientos muy profundos y que explicaron con palabras sencillas lo que son estas huestes celestes. Seguramente hay mucho mas que decir, pero para mi, es suficiente.

El propósito de la ayuda recibida nos permite remover dudas y eliminar temores, removiendo de nosotros verdaderos problemas que entorpecen nuestra propia luz. Esta limpieza interna nos permite descubrir la presencia de Dios en nosotros liberándonos de nuestra propia esclavitud. Vivimos como seres humanos para poder descubrir la dicha sin limites de Dios como la esencia del Cosmos, incluyéndonos a nosotros. Este es el propósito principal, y por ello es que todo el proceso humano gira en torno a este despertar en vida a la consciencia de nuestra propia divinidad.

Cuando la voz de Dios llega, casi siempre es muda pero habla con mas claridad que todos los libros escritos. Su susurro no puede ser escuchado por nuestros oídos mortales, y sin embargo hace vibrar cada fibra de nuestro ser interno como si fuera la cuerda de un violín. Al darnos cuenta del milagro en puerta, su presencia se hace mas obvia, mientras nuestros procesos internos enmudecen en anticipación a este amanecer que brilla dentro desde lo mas profundo de nuestra propia oscuridad.

Si en momentos de incredulidad su existencia aparentara ser irreal, al poco rato nos vemos arrebatados por los colores de su aurora mientras iluminan cada rincón interno de nuestro ser con el consuelo y el calor de su virtud sin limites.

Esta presencia suya nos secuestra del yugo de la pesadez humana y nos da alas para elevarnos muy alto y sobre la miseria de nuestra condición humana. Su consuelo, su perdón sin limites y su dicha brillan a través de cada célula de nuestro cuerpo. Dios se manifiesta así, y espera que silenciemos nuestros procesos mentales para poder emanar a través de cada uno de nuestros poros en la piel.

A pesar de que muchos creen que Dios ya no nos habla, su voz se escucha tan fuerte hoy como se escuchaba antes; aunque somos nosotros quienes continuamos haciendo tanto ruido interno y externo que no podemos escuchar su canto. Sus milagros también suceden no solo en algunas ocasiones sino a cada momento, pues la Creación se transforma y evoluciona sin otro motivo externo que el amor de Dios. Sin embargo, es en nuestra propia vida donde comprobamos que los milagros también se manifiestan en relación directa a nuestra propia consciencia.

Se dice que Dios espera que nosotros llevemos a cabo ciertas tareas en este mundo, cuando la verdad es que Dios solo desea que seamos realmente felices. Dios no nos necesita pero nos ama con una intensidad que no podemos siquiera comprender. El estar conscientes de Dios es la única posibilidad para vivir en paz y ser realmente felices.

El Cosmos constantemente se desdobra de su amor absoluto de una manera armoniosa y perfecta, pues la creación es un derivado del amor de Dios. Este amor suyo es la fuerza mas intensa y poderosa que existe y es lo que da vida al todo. Esta vida nos fue dada como un obsequio para poder descubrir en todo momento la presencia indescriptible de Dios a través de todo lo que existe y de todo lo que nos sucede. Se dice que cada experiencia que vivimos es un milagro y cada persona que conocemos es un Angel, y al final de nuestra vida es cuando descubriremos que todos y cada uno de nosotros somos una sola persona en Dios. Dios es una infinidad de expresiones individuales buscando en la profundidad de cada ser, la revelación de nuestra esencia divina. Todos somos miembros muy reales de la familia de Dios, y es así precisamente como nos debemos de tratar unos a otros, como hermanos.

Es difícil ser humanos en estos tiempos, y desde luego que cada época tuvo sus retos y dificultades. Sin embargo es un consuelo saber que venimos a este mundo a descubrir a Dios en todos y todo lo que nos rodea: nuestras familias, nuestras amistades, nuestra profesión, salud, bienes materiales y posición social son tan solo parte del escenario disponible en esta oportunidad de redescubrirnos a nosotros mismos al redescubrir a Dios en todo lo creado.

Tenemos muchos retos como seres humanos; no es siempre fácil vivir en estos días por tantos obstáculos, tentaciones y complicaciones; y es precisamente en esta vida llena de problemas donde podemos aprender a contemplar ese fuego de amor que arde desde lo más profundo de nuestro ser, dándonos vida y uniendo a toda la creación en un abrazo profundo de amor.