
Matutina para Mujeres, Domingo 02 de Mayo de 2021

Descripción



Escuchar Matutina

¿Qué es estar sano?

Yo les traeré sanidad y medicina; los curaré y les revelaré abundancia de paz y de verdad. (Jer. 33:6, RVR 95).

Hipócrates, el ilustre médico de la antigüedad, afirmó: «Estar sano es la prueba de que una persona está en armonía consigo misma y con el entorno». Sin duda es una declaración que encierra grandes verdades.

Son muchas las excusas que usamos para no estar en armonía con nosotras mismas. Por ejemplo, argumentamos que una vida cargada de chascos, traumas y sinsabores como la nuestra hace que la paz huya de nuestro ser. Encontramos esta razón válida para sentirnos inadecuadas, pequeñas e insignificantes, sobre todo cuando nos comparamos con los demás, a quienes vemos como exitosos, suficientes y en progreso. Obviamente, cuando no estamos en armonía, tampoco sabemos ver. En este punto, la salud se nos escapa; las emociones la afectan negativamente y el espíritu también sufre.

La paz interior es producto de reconocernos como valiosas, independientemente de nuestra historia de vida. En nuestro trayecto a la eternidad nos toca cruzar a veces por el valle de sombra y de muerte, pero eso no significa que debamos quedarnos para siempre a la sombra de una historia cargada de sinsabores.

Las tinieblas pueden ser disipadas si entendemos que Dios está deseando llenar de luz los rincones oscuros de nuestra existencia. Él quiere llevarnos de la mano por el proceso de extraer de nuestras desilusiones y chascos valiosas lecciones de vida. Después de ese proceso, nosotras mismas nos convertimos en luz para otros que están pasando lo que nosotras pasamos. He ahí el verdadero sentido del valle de sombra.

La armonía con una misma lleva a experimentar armonía con el entorno que nos rodea, tanto con el entorno físico como con el entorno social. Podemos florecer en el terreno en que estamos plantadas, aunque en ocasiones este sea adverso y árido. La armonía con nosotras mismas fruto de aceptarnos como somos y darnos nuestro valor en Cristo nos permite ver a los demás de una manera fraternal, cordial a pesar de las diferencias (étnicas, económicas, religiosas...).

La obra de ponerte en armonía contigo misma comienza contigo y con Dios; su promesa es: "Yo les traeré sanidad y medicina; los curaré y les revelaré abundancia de paz y de verdad" (Jer. 33:6, RVR 95). Esta promesa requiere un compromiso de tu parte y un esfuerzo voluntario, que será fortalecido día a día por el Espíritu Santo.