
Matutina para Mujeres, Miércoles 21 de Julio de 2021

Descripción



[Escuchar Matutina](#)

¿Cómo está tu paz interior?

“Les dejo la paz. Les doy mi paz, pero no se la doy como la dan los que son del mundo.

No se angustien ni tengan miedo” (Juan 14:27).

El mundo clama por la paz. Todas las sociedades abogan por un planeta donde podamos sentirnos seguros; pero, a pesar de los numerosos esfuerzos, cada día perdemos la esperanza de que esto se haga realidad. Tal vez sea porque algunos pasan por alto el hecho de que la paz del mundo comienza por la paz interior de cada uno.

Todos tenemos causas no resueltas, miedos que se convierten en cobardía, errores que han tomado la forma de culpa, ofensas que se agrandan hasta llegar a ser rencor, y todo esto desencadena una guerra violenta contra nosotros mismos. Apaciguar esa guerra individual es el primer paso para la paz colectiva.

En busca de paz interior, se han levantado muchas voces haciendo propuestas, algunas muy novedosas pero quizá no tan efectivas. Ciertas corrientes psicológicas se pronuncian al respecto proponiendo consejos, como por ejemplo: “Busca hacer cosas que te generen energía positiva”, “vence tus miedos”, “aprende a ser tú mismo”... Pero surge la pregunta: ¿Cómo se logra esto? Vivir sintiéndose en paz no solo es una decisión; es una transformación interna que implica soltar episodios oscuros de nuestra historia, abandonar el rencor, el remordimiento y la culpa, perdonar a nuestros ofensores y reconciliarnos con nosotros mismos.

Esta es una obra que solo Dios puede hacer en nuestra vida. Cuando deponemos el orgullo, y reunimos la valentía suficiente como para sumergirnos en el dolor hasta sanarlo, entonces estamos en camino a vivir en paz y desprendemos esa actitud contagiosa.

Esto es posible cuando, en oración con corazón afligido, reconocemos nuestra incapacidad de llevar nuestra carga y la ponemos a los pies del Salvador. Deja de buscar lo que no has podido encontrar por ti misma y pídele a Dios que te muestre el camino.

¿Quieres evaluar tu nivel de paz interior? Lee estas afirmaciones y reflexiona sobre cuáles de ellas te caracterizan. Después, trabaja sobre las que no.

- **No estoy interesada en criticar a los demás.**
- **No me critico a mí misma.**
- **Evito los conflictos.**
- **Me conecto con los demás fácilmente.**
- **Me río con frecuencia.**
- **Gozo de los placeres sencillos que me ofrece Dios.**