

---

Sábado 11 de Diciembre de 2021 | Matutina para Mujeres | Suelta y déjalo ir

## Descripción



## Suelta y déjalo ir

**“¡Dios mío, tú eres mi Dios! Con ansias te busco, pues tengo sed de ti; mi ser entero te desea, cual tierra árida, sedienta, sin agua” (Sal. 63:1).**

La pequeña niña sostenía en su mano un fino hilo al que se sujetaba su globo. Por momentos, parecía que el viento lo arrancaría de entre sus dedos. Ella miraba al cielo y veía cómo su hermoso globo flotaba en el aire, mientras su madre y sus hermanos le decían: “Suéltalo, déjalo ir”. La duda se reflejaba en su mirada. Ella quería conservarlo, pero también deseaba dejarlo ir y verlo alejarse entre las nubes hasta perderlo de vista. Finalmente, con un gran suspiro que denotaba a la vez una gran determinación, abrió su manita y el globo amarillo se alejó poco a poco dando tumbos, hasta que se perdió entre las nubes. Ser testigo de esta experiencia me hizo reflexionar en la actitud que tenemos las mujeres de retener y nutrir pensamientos negativos, recuerdos de cosas malas, emociones dolorosas, miedos, tristezas y enojos.

Aferrarnos a experiencias fallidas, a errores pasados, a miedos (fundados o infundados), a sentimientos acumulados de enojo e ira, y a daños recibidos por parte de terceros, puede transformarse en una excusa letal para no vivir plenamente el presente y esperar lo peor del futuro. Estas amenazas internas son fantasías destructivas que Dios está dispuesto a desvanecer de tu mente si tomas la decisión de dejarlas ir. Del mismo modo en que la niña del relato de hoy recibía indicaciones de parte de su familia para que no retuviera su globo, Dios te suplica a ti: “¡Suelta, deja ir la maraña de emociones torcidas que te impiden mirar hacia arriba!”

Y para que te sea más fácil y llevadero el proceso de soltar y dejar ir, te hago las siguientes recomendaciones:

- **Cuéntale a Dios en oración cómo te sientes.**
- **Acepta lo malo que pasó y déjalo en las manos de Dios.**
- **Vive tu dolor en su compañía y no te tortures con el látigo de la culpa.**
- **Céntrate en las oportunidades que te ofrece el presente; aprovéchalas, pues mañana serán pasado.**
- **Disfruta tu vida con Cristo y con tus seres amados.**