
Viernes 10 de Diciembre de 2021 | Matutina para Mujeres | Apego saludable

Descripción



Apego saludable

“Por las noches, ya acostado, te recuerdo y pienso en ti; pues tú eres quien me ayuda. ¡Soy feliz bajo tus alas! Mi vida entera está unida a ti; tu mano derecha no me suelta” (Sal. 63:6-8).

El apego es una necesidad instintiva en el ser humano, que además cultivamos a lo largo de toda la vida. El primer apego que experimentamos se desarrolla vía intrauterina, y pone en contacto pleno al nuevo ser con su madre. Después del nacimiento, el círculo de personas objeto de apego se va ampliando con la familia inmediata, luego la extensa, y después se sigue ampliando a otras personas significativas en todas las etapas de nuestra vida.

La necesidad de pertenecer nos vuelve sensibles y empáticos; sin embargo, cuando el apego nos conduce a una relación de dependencia de otra persona, la relación se vuelve tóxica y nos paraliza, limitando nuestro interactuar con los demás, con nosotras mismas y con Dios. Las relaciones que nos esclavizan nos hacen sufrir y se imponen sobre la capacidad personal de decisión, elección y actuación; impiden ejercer libre albedrío y determinación. Esto no está para nada en los planes de Dios, quien nos otorgó el libre albedrío al crearnos.

La relación con Dios no es una relación de apego o dependencia que reste libertad, sino todo lo contrario, “la verdad los hará libres” (Juan 8:32). Esa Verdad es Jesús. La relación de apego y dependencia con Jesús es regeneradora.

Unidas a él, experimentamos su cuidado sin imposiciones; ejercemos nuestro derecho a ser libres y a tomar decisiones, basadas en lo que sabemos que es bueno para nosotras porque está explícitamente dicho en su Palabra inspirada; podemos sobreponernos a nuestros errores y equivocaciones sin culpa, asiéndonos de su misericordia y su perdón. Apegadas emocional y espiritualmente a Dios, tenemos la seguridad de su compañía, y eso hace que el vivir cotidiano no sea una carga sino un gozo.

La clase de apego que Dios nos ofrece es la que describe el Dr. Gordon Neufeld: “Un vínculo afectivo duradero entre dos personas cuyo objetivo es la búsqueda y el mantenimiento de proximidad en momentos de amenaza para proporcionar seguridad, consuelo y protección”. Buscar y mantener cercanía y proximidad con Dios hará posible que la paz, la tranquilidad y la confianza te acompañen en toda circunstancia. Las personas próximas a ti son un buen soporte en los momentos de debilidad; no obstante, el apego que Dios anhela tener contigo sobrepasa todo entendimiento humano.

¡Apégate a Dios! Nada puede oponerse a su gran amor por ti.