



25 de septiembre de 2019
“Sanación interior en Dios”
(Parte VIII)

La sanación del subconsciente

No quisiera terminar las meditaciones sobre la sanación del alma, sin antes haber tocado una temática que suelo tratar más detenidamente cuando tenemos algún retiro. Se trata de la sanación del subconsciente. Dentro de este marco, no podremos entrar a profundidad en el tema, pero, dada su importancia, conviene explicarlo al menos en brevedad.

En efecto, el Señor es el Salvador del ser humano en su totalidad; es decir que Su amor sanador ha de penetrarnos hasta las últimas profundidades.

En las meditaciones anteriores, habíamos hablado sobre todo de la sanación de aquellas cosas de las que estamos conscientes. Pero hay en nuestra alma un amplio campo, del que a menudo no estamos conscientes, o sólo lo estamos en parte. Puede suceder que, a pesar de esforzarnos sinceramente por seguir al Señor, hay ciertos problemas de nuestra vida que no logramos tener bajo control, de manera que ellos siguen dominándonos y limitan nuestra libertad.

No me refiero a determinados sufrimientos que el Señor pudo habernos dejado, como fue el caso de San Pablo, que padecía de un “agujón en su carne”, que Dios había permitido para que el Apóstol no se hiciera soberbio (cf. 2Cor 12,7). A lo que me refiero es a ciertas parálisis interiores, a apegos inconscientes, a heridas que aún están abiertas, que hacen que nuestras reacciones ante determinadas circunstancias de la vida no sean sanas. En este contexto, podemos hablar de “cadenas” que todavía pesan en nuestro subconsciente o nos atan.

Vuelvo a recalcar que no me refiero a los problemas comunes que tenemos a consecuencia de nuestra naturaleza caída y de los pecados; problemas que procuramos superar con la gracia de Dios. De lo que estoy hablando es de ciertas cargas que no nos dejan libres en determinados campos y de las que no estamos conscientes.

Para entenderlo mejor, pongamos primero un ejemplo hipotético y después uno de la vida real.

Primer ejemplo:

Hay una niña llamada Ana, que cada día, al regresar de la escuela, pasa por una pastelería. Cada vez entra y compra una golosina. Como resultado, empieza a engordar más y más, aparte de que sus ahorros se van agotando. Ana comienza a sufrir bajo esta situación, y ya no se siente bien en este deleite cotidiano de las golosinas. Además, se da cuenta de que está perdiendo la libertad en este campo.

Como es una niña de fe, quiere ofrecerle al Señor, al menos durante la Cuaresma, la

renuncia a los dulces. Ana ora con intensidad, pidiendo la fuerza para cumplir su propósito, y toma una firme resolución. Para huir de la tentación, cambia su ruta para llegar a casa, de manera que ya no tiene que pasar por la pastelería. Los tres primeros días lo logra... Pero, al cuarto día, su propósito empieza a tambalear. Vuelve a tomar la ruta anterior y termina entrando a la pastelería... Ana queda triste por no haber podido cumplir su propósito, y por no haberle ofrecido al Señor este sacrificio.

Pero, ¿por qué será que ella no lo logra?

Resulta que, en el caso de Ana, el problema va más allá de un mal hábito que debe vencer. Si nos fijamos en su historia de vida, veremos que a menudo su mamá la dejaba sola. Ana echaba de menos el calor y la protección del amor maternal. Y sucedía que, cuando la mamá volvía a casa -quizá para compensar su cargo de conciencia- le traía a su hija un pastel como consuelo.

Entonces, los dulces eran para Ana como una especie de “sustituto” inconsciente del amor maternal. El verdadero problema de esta niña es que no recibió suficiente amor, y, por tanto, le falta la seguridad interior. ¡Pero ella no está consciente de esto! Es por eso que no logra pasar por la pastelería sin comprarse su “sustituto de amor”.

Segundo ejemplo:

Estando hace algunos años en Letonia (un pequeño país báltico en el Este de Europa), en una plática con un círculo de personas de fe, pude notar una profunda tristeza en sus miradas. Entonces, toqué el tema y les pregunté por qué será que tienen esa expresión tan triste. En un primer momento, no recibí ninguna respuesta...

Como yo sabía algo de la historia de Letonia, estaba consciente de que el país había sufrido mucho, tanto bajo la ocupación nazi como bajo el comunismo soviético. Por eso les pregunté a los presentes si sabrían decirme cuáles eran las consecuencias que aún quedaban en sus almas de aquellos tiempos. ¡Probablemente no estaban preparados para una pregunta así! Sin embargo, me dieron dos respuestas que permiten ver las cosas a profundidad.

La primera respuesta fue: “Somos desconfiados.” Y la segunda: “Sentimos que no valemos.”

En estos dos ejemplos, el de Ana y el del país de Letonia, se puede ver que el subconsciente queda marcado por experiencias negativas que aún no han sido sanadas.

En el caso de Ana, era la falta de amor materno y el apego a esa especie de “sustituto” lo que restringía su libertad y no le permitía actuar de acuerdo a sus decisiones.

En el caso de Letonia, aún se pueden ver las consecuencias de la ocupación nazi y comunista, que habían erigido un sistema de espionaje y trataban a las personas como si fueran inferiores. Esta situación afectó a gran parte de la población, dejando huellas

profundas en las almas, de manera que, aún años después de aquella ocupación, los letones eran desconfiados y se sentían sin valor. Y estas secuelas, a su vez, repercuten en la expresión de su vida...

Ahora bien, ¿cuál es el proceso de sanación que Dios ofrece?

En primer lugar, convendría que nos hiciéramos conscientes de las heridas y falsas informaciones que pesan en nuestra alma, lo cual no siempre será posible. Una vez conscientes del problema, podremos entregárselo al Señor y pedirle al Espíritu Santo que nos sane.

En el caso de Ana, veíamos que el problema de no poderse abstener tenía una raíz más profunda. Y el amor maternal que le hizo falta no podrá ser compensado por ninguna otra persona. Por eso, ella tiene que encontrarse con un amor más grande, que es capaz de sanar aquellas heridas. ¡Y este amor es el de Dios! Ana debería ser guiada con delicadeza por un camino de sanación, poniendo una y otra vez ante el Señor la carencia que siente. Puede hacerlo, por ejemplo, ante el Santísimo Sacramento del Altar, permitiendo que la suave presencia de Cristo entre en ella. Al experimentar el amor de Dios, sintiéndose cada vez más segura de él y permitiendo que la presencia del Señor llene sus vacíos interiores, será más capaz de actuar conforme a su libre decisión. Su problema interior está en proceso de sanación, y puede refugiarse también de forma particular en la Madre del Señor.

En el caso de los letones, deben trabajar en la confianza, sabiendo que la situación en la que ahora viven ya no es la misma y que ya no hay espías por doquier, que pudiesen traicionarlos y delatarlos. Esos sentimientos de vida negativos necesitan ser tocados por el Espíritu Santo, para que sean transformados. Y en lo que refiere a los complejos de inferioridad, han de comprender profundamente que nuestro valor consiste en ser deseados, amados y redimidos de Dios. Aun si hay personas que nos tratan de otra forma, a fin de cuentas nuestro valor nos viene de Dios y no de los hombres. La interiorización de ciertas palabras de la Escritura, que nos hablan de cuánto valemus para Dios, nos ayudará a sanar de estos complejos...

He puesto estos ejemplos para dejar en claro qué es lo que quiero decir al referirme a la sanación del subconsciente. También cuando hablo de este tema en alguna conferencia, puedo darme cuenta de que no son pocos los que se sienten tocados.

En el marco limitado de las meditaciones diarias, sólo puedo aconsejarles que le pidan al Señor que descienda también a su subconsciente y toque todo lo que necesita ser sanado. Quizá entonces salga a la luz una que otra cosa, y, si esto sucede, hemos de colocarlo conscientemente ante el Señor y pedirle al Espíritu Santo que lo toque. Tal vez el Señor rompa cadenas que aún nos atan, incluso sin estar conscientes de ellas, y nos conceda una expresión más libre como hombres redimidos por Cristo.

Cada vez que hablo de este tema, le pido al Coro Harpa Dei que cante una canción específica en esta intención. Lo mismo quiero hacer aquí... Es un canto dedicado a la

Virgen María, en el que siempre invitamos a las personas a abrir su corazón a la belleza que se refleja en él.