

23 de agosto de 2025
“Sanación interior en Dios”
(Parte VIII)

Antes de pasar a otro aspecto relacionado con la sanación del alma, que se distingue en cierto modo de los subtemas anteriores, me pareció muy importante explicar este proceso clásico de sanación a través de la sencilla práctica de la verdadera fe católica.

Desde el principio de esta serie, he insistido en que la verdadera fe es una condición esencial del proceso de sanación interior. Con esto no solo me refiero a que debemos evitar recurrir a terapias cuestionables que se ofrecen en el ámbito esotérico, sino también a que debemos aferrarnos a la fe tradicional dentro de la Iglesia, sin dejarnos contagiar por las deformaciones modernistas. Cualquier desviación tendrá consecuencias que frenarán o impedirán la sanación interior. En el peor de los casos, las heridas del alma pueden incluso agravarse.

«*Los pensamientos tortuosos apartan de Dios*» (Sab 1, 3). Por tanto, el fundamento de un verdadero proceso de sanación es aceptar y poner en práctica la Sagrada Escritura y la auténtica doctrina que la Iglesia anuncia por encargo de Dios. De este modo, la luz del Espíritu Santo penetra en nuestro pensamiento y lo ordena. Esta luz es como un manantial de agua cristalina que fluye hacia nuestra alma sin contaminación alguna.

Si los pensamientos tortuosos apartan de Dios, como nos enseña el Libro de la Sabiduría, lo mismo sucede con las falsas doctrinas. En cuanto se oscurece, se relativiza o se enturbia de alguna manera la doctrina recta, ésta ya no puede concedernos su fuerza, luz y orientación. Entonces, un oscurecimiento se interpone entre la luz del Espíritu Santo y nuestro entendimiento, desviando y confundiendo nuestros pensamientos. En el peor de los casos, puede producirse incluso un enceguecimiento. El alma se ve privada del sano alimento y el veneno de las falsas doctrinas empieza a surtir efecto.

Lo que he dicho en relación con la doctrina también se aplica a la moral. Mientras guardemos los Diez Mandamientos tal y como nos enseña la Iglesia, sin ambigüedades, nuestro enfoque permanecerá centrado en Dios a pesar de todas nuestras debilidades. Sin embargo, tan pronto como nos desviamos de las claras directrices morales, nuestra alma se descarría y corre el peligro de ser esclavizada por el pecado.

Todo lo que he intentado recordar a lo largo de las siete primeras meditaciones de esta serie sobre la sanación solo es posible si se cimienta en la fe católica sin distorsiones, algo que, lamentablemente, hoy en día ya no es natural. Por eso insisto una y otra vez en que la Sagrada Escritura y la auténtica doctrina de la Iglesia deben ser nuestra referencia para

entrar en un proceso de sanación.

La sanación del subconsciente

No quisiera terminar esta serie sobre la sanación del alma sin haber tocado un tema que suelo abordar con más detenimiento cuando tenemos un retiro espiritual. Se trata de la sanación del subconsciente. Dentro de este marco, no podremos entrar en profundidad en el tema, pero, dada su importancia, conviene explicarlo al menos brevemente.

En efecto, el Señor es el Salvador del ser humano en su integridad; es decir, que su amor sanador debe penetrarnos hasta las últimas profundidades.

En las meditaciones anteriores habíamos hablado sobre todo de la sanación de aquello de lo que estamos conscientes. Sin embargo, en nuestra alma hay un amplio campo del que a menudo no somos conscientes o solo en parte. Puede suceder que, a pesar de esforzarnos sinceramente por seguir al Señor, haya ciertos problemas en nuestra vida que no logremos tener bajo control, de manera que pueden seguir dominándonos y limitando nuestra libertad.

No me refiero a determinados sufrimientos que el Señor pudo habernos dejado, como fue el caso de san Pablo, que tenía un «aguijón en la carne» que Dios había permitido para que el Apóstol no se ensobreciera (cf. 2Cor 12, 7). Me refiero a ciertas parálisis interiores, apegos inconscientes y heridas que aún están abiertas y hacen que nuestras reacciones ante determinadas circunstancias de la vida no sean sanas. En este contexto, podemos hablar de ciertas «cadenas» que todavía pesan en nuestro subconsciente o nos atan.

Insisto en que no me refiero a los problemas comunes que sufrimos como consecuencia del pecado original y de los pecados personales, problemas que procuramos superar con la gracia de Dios. Me refiero más bien a ciertas cargas que no nos dejan libres en determinados aspectos y de las que no somos conscientes.

En la meditación de mañana pondré algunos ejemplos para entender en qué consiste la sanación del subconsciente.

Meditación sobre el evangelio del día: <https://es.elijamission.net/una-leccion-de-humildad-2/>