



Balta Lelija

24 de agosto de 2025
“Sanación interior en Dios”
(Parte IX)

En la meditación de ayer, comencé a abordar la «sanación del subconsciente». Antes de seguir profundizando en el tema, me gustaría citar un verso del Salmo 19: «¿Quién se da cuenta de sus yerros? De las faltas ocultas, límpiame» (Sal 19, 13). Aunque en este caso se hace referencia a faltas que implican culpa, podemos adaptar estas palabras y dirigir las como petición al Señor: «De las cadenas de las que no soy consciente, líbrame. ¡Que no tengan dominio sobre mí!».

El siguiente ejemplo nos ayudará a entender a qué me refiero con la «sanación del subconsciente».

Hace algunos años, estando en Letonia (un pequeño país báltico del este de Europa), durante una plática con un grupo de fieles, pude notar una profunda tristeza en sus miradas. Entonces les pregunté abiertamente por qué tenían esa expresión tan triste. Al principio, no obtuve ninguna respuesta.

Como conocía algo de la historia de Letonia, sabía que el país había sufrido mucho, tanto bajo la ocupación nazi como bajo el comunismo soviético. Por eso pregunté a los presentes si sabrían decirme qué consecuencias de aquellos tiempos aún quedaban en sus almas. ¡Probablemente nunca se habían planteado esa pregunta! Sin embargo, me dieron dos respuestas que revelaban profundamente la realidad.

La primera respuesta fue: «Somos desconfiados». La segunda fue: «Sentimos que no valemos».

En este ejemplo se puede ver cómo el subconsciente queda marcado por experiencias negativas que aún no han sido sanadas. Estas personas no eran conscientes de que esos sentimientos negativos podían ser, en gran medida, consecuencia de la ocupación nazi y comunista que habían sufrido. Estos dos sistemas políticos e ideológicos, hostiles a Dios, recurrían al espionaje y trataban a las personas de las zonas ocupadas como si fueran inferiores. Por tanto, es lógico que este difícil período, si no se ha superado, siga afectando a gran parte de la población, especialmente a las personas mayores, dejando profundas huellas en sus almas hasta el día de hoy.

Debemos hacernos una idea concreta de las secuelas. Quizá conozcamos a personas con complejos de inferioridad o que son desconfiadas. Quizá nosotros mismos experimentamos

tales sentimientos, que se manifiestan sobre todo en el trato con otras personas. En tal caso, las relaciones interpersonales carecen de la libertad necesaria y limitan considerablemente la naturalidad del trato.

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

En primer lugar, sería bueno que tomáramos conciencia de las heridas y falsas informaciones (como, por ejemplo, «no sirves para nada») que pesan sobre nuestra alma. También podemos pedirle al Señor que nos las muestre. Una vez que seamos conscientes del problema, podremos entregárselo a Dios en la oración y pedirle al Espíritu Santo que nos sane. Pero, incluso si no conocemos la raíz del problema, podemos simplemente rogarle al Señor que nos libre de todas las cadenas que siguen atando nuestro interior.

En el caso de Letonia, las personas afectadas deben esforzarse por recuperar la confianza, sabiendo que la situación actual es diferente y que ya no están rodeados de espías que podrían traicionarlos y delatarlos. Los sentimientos de desconfianza deben ser refrenados por la razón, recordando que la situación ya no es la misma. Pero, aún más allá, deben ser tocados por el Espíritu Santo para que la desconfianza se disuelva y dé paso a una actitud positiva ante la vida, sostenida por la confianza en Dios.

En cuanto a los complejos de inferioridad, hay que asimilar profundamente que nuestro valor consiste en ser deseados, amados y redimidos por Dios. ¡Esto es esencial! Si no tomamos conciencia de esta certeza y no penetra en nuestros sentimientos, nos volveremos dependientes de lo que los demás piensen de nosotros y de su afecto. Aunque haya personas que nos traten mal, nuestro valor proviene de Dios y no de los hombres. La interiorización de ciertas citas bíblicas que nos hablan de cuánto valemos para Dios nos ayudará a sanar estos complejos.

He puesto este ejemplo para dejar claro a qué me refiero cuando hablo de la sanación del subconsciente.

En el marco limitado de las meditaciones diarias, solo puedo aconsejarles que pidan al Señor que descienda también a su subconsciente y sane todo lo que aún necesite ser sanado. Quizá entonces salgan a la luz cosas que aún nos atan y pesan sobre nosotros. Si esto sucede, debemos colocarlo conscientemente ante el Señor y pedirle al Espíritu Santo que lo toque. Tal vez entonces el Señor rompa cadenas que aún nos tienen atados, aunque no seamos conscientes de ellas, y nos conceda una expresión más libre como hombres redimidos por Cristo.

Quisiera concluir esta serie sobre la «sanación interior en Dios» con un canto mariano de Georgia, que tiene una gracia particular para la sanación interior. Harpa Dei lo ha cantado a menudo en nuestras misiones, invitando a las personas a presentar sus heridas interiores al Señor, incluidas aquellas de las que no sean conscientes. A eso mismo quiero invitar también a quienes han seguido esta serie de meditaciones.

Meditación sobre el evangelio del día: <https://es.elijamission.net/la-puerta-estrecha/>