



NO TE ESTÁ LASTIMANDO, TE ESTÁ SANANDO

Por Jennifer Caicedo

📷 @jennipaocaido

🐦 @jennipaoc

Cuando tenía 9 años, luego de un día de juegos llegué a casa con un pequeño dolor que cada instante se hacía más fuerte hasta el punto que llegué a retorcerme en la cama. Mi mamá, quien es médico, sospechaba entre cálculos, una infección urinaria o apendicitis; sin que en mi familia se tuviera certeza de lo que era, mi abuela me dio una toma de manzanilla que me alivió. Al día siguiente y luego que mi dolor se hiciera insoportable fui ingresada por urgencia a una clínica de un pueblo cercano, allí no me fue mejor, me inyectaron un medicamento que en lugar de estabilizarme empeoró mi estado, pues ronchas comenzaron a salir por todo el cuerpo, así que ya no solo lidiaba con el dolor de mi vientre, sino con una picazón, que al rascar, me hacía arder la piel, estaba desesperada. Exasperado mi padre, me llevó a una clínica en Valledupar donde fui operada de inmediato por apendicitis.

Me dieron de alta, pero duré un par de días con suero intravenoso, una enfermera que cuidaba de mí, cada tanto curaba la herida usando gasas, agua, jabón, Isodine y esparadrapo, también tomé antibióticos por unos días, recuerdo que ella era muy dulce y cuidadosa, pero aun así dolía, dolía mucho, hasta que finalmente sané. Allí está la cicatriz, pero ya no duele.

Tal como pasa con el dolor físico, pasa con el dolor del alma y debemos aprender a diferenciar entre el dolor de una herida y el dolor de la sanidad, pero no solo eso, también debemos identificar con exactitud la causa para no simplemente aliviarlo y que este vuelva a aparecer o buscar una salida rápida y equivocada donde el remedio resulte peor que la enfermedad, como me pasó con aquel medicamento que me inyectaron para curarme y que lo que produjo fue una alergia, agravando mi estado de salud.

Es imposible no sentir dolor, La Biblia dice que en este mundo padeceremos aflicciones (Juan 16:33), pero, también dice que guardemos el corazón



(Proverbios 4:23) y no, no se trata de evitar el dolor, sino de actuar a tiempo. Hay dolores físicos que se curan con solo una pastilla, otros necesitan de un tratamiento más fuerte donde debemos tomar medicina por varios días y otros tantos que requieren intervención quirúrgica más un tiempo de incapacidad para cicatrizar; así mismo hay dolores en el alma que bastan con un perdón para que no se extiendan en el tiempo, pero hay otros que necesitan ser intervenidos con perdón, oración, ayuno, lectura de la palabra, alabanza, adoración, algo así como una cirugía emocional.

No armemos un show por aquel dolor causado por la ofensa de un compañero de trabajo o un vecino, sí, hay cosas que molestan, pero debemos ser sensatos y pasar por alto ciertas cosas (Proverbios 19:11), no es sano para el corazón, ni siquiera para el cuerpo insistir en pequeñeces hasta que se conviertan en raíces de amargura difíciles de arrancar, recordemos que "cuando se perdona una falta, el amor florece..." (Proverbios 17:9)

Ahora, tratándose de dolores más profundos como la ofensa que viene de un ser amado; la ruptura de una relación, la traición de un amigo, un divorcio, la rebeldía de un hijo, el despido injusto de un empleo, entre otros, son cosas que no se pasan por alto tan fácilmente. Buscar refugio en el alcohol, las fiestas o en un viaje, no es muy buena idea; como aquella infusión de manzanilla que me

dio mi abuela cuando no sabían que lo que yo tenía era apendicitis, quizás pueda aliviar el dolor por un corto tiempo, pero no es la solución. El alcohol es depresivo, la fiesta dura solo unas horas y en un viaje nos acompañará el dolor, no es algo que podamos dejar en casa.

El enojo, la venganza o buscar reemplazo a la pareja en el caso de una ruptura amorosa, puede resultar como aquella inyección que me pusieron, que en lugar de mejorarme me causó otro malestar con el que no fue fácil lidiar. El enojo no es buen consejero, la venganza envenena el alma y jugar con los sentimientos de una persona solo por olvidar a otra nos hace miserables, no es justo con el otro, ni siquiera es justo con nosotros mismos. En este último caso, es mejor sanar antes de volver a darnos una nueva oportunidad, eso no es solo bueno para nosotros porque ya sabremos cómo construir una relación sana, evitando los errores que se cometieron en el pasado, sino que también estaremos cuidados de un corazón que nos están entregando y que terminaremos lastimando si aún estamos heridos, por eso, la óptima solución es buscar refugio en el Señor.

Ante un dolor insoportable dirige tu mirada a Jesús; lee La Biblia, ella equilibra nuestro carácter, es lámpara a nuestros pies y luz a nuestro camino (Salmo 119:105), también nos sana (Salmo 120:7); busca el consejo correcto (Proverbios 11:14), evita expresiones negativas (Proverbios 4:24) y no te alejes de Dios pues "Los ojos de Jehová están sobre los justos y atentos sus oídos al clamor de ellos. Claman los justos y Jehová oye, y los libra de todas sus angustias" Salmo 34:15,17.

Habrás cosas que Dios te dirá en intimidad, habrá versículos bíblicos, publicaciones, te enterarás de cosas y recibirás consejos que te terminarán por abrir los ojos, que serán como suero intravenoso, gasa, agua, jabón, Isodine, esparadrapo y antibiótico, eso dolerá por un tiempo; pero recuerda, no hay tribulación que pueda destruirte, tus heridas van a cicatrizar, sanarás y serás de testimonio para la sanidad de otros. Cuando sientas ese dolor aun refugiándote en Dios, entiende que lo que Él permite no es para lastimarte, es para sanarte.