



# UNA VÁLVULA DE ESCAPE

Hace muchos años, recuerdo haber visitado a una tía, la vi bastante aterrorizada, cuando le pregunté qué le sucedía me llevó hasta la cocina, allí estaba absolutamente todo sucio, había frijoles hasta en el techo. ¿Qué pasó? La válvula de escape de la olla de presión había dejado de funcionar, ocasionando el accidente que pudo haberle costado la vida, pero para la gloria de Dios solo fue el susto.

A la hora de cocinar, usar una olla de presión reduce el tiempo de cocción, así que su uso es indispensable, es muy extraño que alguien en su casa no tenga esta herramienta, la cual tiene una válvula, a medida que la olla se calienta, su presión interior aumenta, lo que empuja la válvula permitiendo que el vapor salga al exterior y limitando la presión del interior.

Al analizar este evento, me puse a pensar que somos como ollas de presión cuando estamos

pasando por alguna dificultad o estrés, por fuera, es posible disimularlo y aparentar estar bien, pero por dentro la ansiedad y la presión nos agobia, algo que no es tan malo como lo acabamos de ver en la comparación con la pitadora, un poco de estrés puede hacernos funcionar mejor y más rápido, el problema está en que no tengamos una válvula de escape o que esta esté defectuosa, ahí sí, tal como le pasó a la olla de mi tía, podemos explotar causándonos daño a nosotros mismos y a todo lo que esté a nuestro alrededor.

¿Sabes? Jesús también lidió con la tensión y el estrés. Una noche, se sintió agobiado de saber que enfrentaría la traición, el arresto, la tortura, la cruz y la ejecución sobre ella. Claro que era una carga insoportable, muy difícil de sobrellevar, él era humano, tal cual como lo somos nosotros.

En Lucas 22:39-44, cuenta que Jesús fue a un lugar tranquilo, al Monte de Los Olivos, llevando consigo a sus discípulos para soporte emocional y allí oro, dice la historia que sus amigos no pudieron mantenerse despiertos, mientras él suplicaba a Dios una manera diferente a tener que cargar con la cruz. Jesús dijo que tener que morir era como una copa amarga, describiendo así el estrés que sentía.

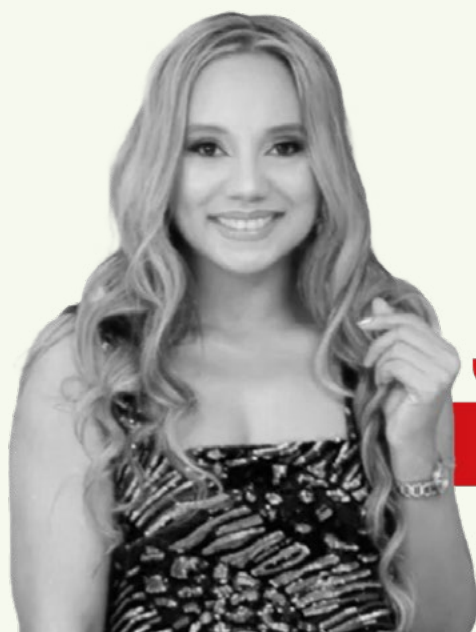
En el versículo 44, dice que su sudor era como gotas de sangre. Leyendo un poco sobre esto no se sabe si fue solo una comparación o si sufrió de hematohidrosis, una extraña condición causada por estrés emocional agudo donde las glándulas sudoríficas se rompen, causando que excrete sangre. Aunque haya sido solo una comparación y no que, en efecto, estuviera sudando sangre, el sudor excesivo fue la forma en que su cuerpo reaccionó ante el sufrimiento intenso de tener que ir a la cruz.

Pero en medio de su dolor, él no huyó, sino que con oración y ruego se acercó al Padre. En el

versículo 43, dice que un ángel se le apareció para fortalecerle.

Aprendemos de esto que, la oración al Padre, es una válvula de escape, no se trata de que la presión desaparezca, sino de que Él nos fortalezca. Jesús no dejó de ir a la cruz, pero claro que estaba fortalecido para el momento que debía afrontar. No encontró fortaleza en sus amigos; no huyó; no se fue a la playa, de vacaciones para liberar el estrés; no se fue de fiesta, ni se emborrachó, cualquiera de estas cosas nos podrá hacer olvidar de la presión por un tiempo, pero no la va a eliminar, ahí estará como el vapor de una olla de presión sin válvula, creciendo a tal punto que podremos estallar en cualquier momento.

Confiar en Dios y descansar en Él no hará que los problemas desaparezcan, nos hará fuertes para afrontarlos. Que el Padre sea, **TU VÁLVULA DE ESCAPE.**



**JENNIFER  
CAICEDO**

**X jennipaoc**