

# 1 de enero

## Usando máscaras

Este proverbio expone con claridad una de las patologías más comunes del ser humano. Vivimos en una sociedad demandante. Somos presionados a "mostrar" la imagen que nos conviene para ser aceptados. Se le rinde culto a la imagen, todo se vale para hacernos un espacio, teniendo en cuenta que el entorno social (amigos, familia, pareja) vive estresado y estresando a los demás. Por tal motivo, las personas detestan al malgeniado, "*Bastante tengo yo con mis propios problemas para tener que cargar con los problemas ajenos. ¡Que se los solucione otro, yo no!*" de manera que, si quiero ser aceptado no debo mostrar un perfil amargo sino alegre, optimista, hasta caricaturesco, aunque me muera por dentro; es lo que la gente quiere ver en mí. Pero permíteme decirte que eso es sólo una máscara, y durará lo que dura una enmienda, nada más. Es interesante la versión de la Biblia PDT del siguiente texto: "**La depresión se oculta con la risa, pero al final, reaparece la tristeza**". Cuando se rompe el parche, cae la máscara, no se sostiene más la fachada alegre, la persona queda en evidencia, y se asoma la misma depresión de siempre; todos se van, se acaba tu fiesta de cumpleaños, se cansó tu amiga de escucharte al otro lado de teléfono y te dice que debe colgar, en ese momento, quedas solo, sola... Lágrimas, desconsuelo y dolor. El agudo dolor del vacío y la incomprensión. Si hubo alguien en este mundo que tuvo ese discernimiento para ver las lágrimas detrás de las risas, fue Jesús. Sí, me dirás, pero Él existió hace más de dos mil años. ¡Esa es la buena noticia! Que Él está vivo y te ofrece el mismo consuelo y fortaleza que levantó a tantos de su caída del alma. Si se lo permites y le abres tu corazón, Él será tu Pastor. Lloro a Sus pies como lo hizo María Magdalena. Pero no anestesies el dolor con caricajadas. Muchos payasos ríen y se suicidan después de la función. No vivas entre risas con tu corazón en llanto...

"También de reírse duele el corazón, y hay alegrías que acaban en tristeza".

Proverbios 14:13

**Que este nuevo año que comienza sea diferente  
con el gozo que viene del cielo**

## 2 de enero

# No bajes los brazos

“Y allí se metió en una cueva, donde pasó la noche. Y vino a él palabra de Jehová, el cual le dijo: ¿Qué haces aquí, Elías?”

1° Reyes 19:9

Una persona desanimada es como una persona muerta. Ha perdido el ánimo, su motor se ha apagado, y quiere continuar, es como pelear con los brazos abajo. La vida le golpea y no puede defenderse. No tiene muchas ganas de salir. Sé que hay situaciones que nos superan, abate y sorprenden; circunstancias inesperadas e indeseadas de las cuales

sabemos cómo salir. Entonces, ¿qué hacer? Como diría un famoso comediante: “Y ahora ¿quién podrá defenderme?”. Encerrarse y deprimirse no sirve. Enojarse, menos. Tal vez estos simples consejos te ayuden en la crisis:

**No lleves solo la carga.** Busca la compañía de alguien que esté capacitado para sostenerte. ¡No cualquiera! Uno que no te juzgue sino que te escuche y se ponga a tu nivel para acompañarte; no intentes pelear solo, no escondas tus sentimientos fingiendo que todo está bien. Busca alguien con quien orar.

**No te compares con otro.** Cada uno tiene su propia identidad y sufrimiento, aunque enfrente de manera diferente el dolor, esto lo hace único. La meta en la vida no es competir con los demás sino ayudarnos mutuamente.

**No te dejes manejar por tus emociones.** Somos muy cambiantes. Nuestros sentimientos nos traicionan cuando estamos bajo presión. Allí es donde juega un papel fundamental tu fe por encima de tus emociones y las verdades bíblicas, más que tus sentimientos.

**No exageres las cosas.** Elías, sumido en profunda depresión, le dijo a Dios: “He quedado solo y me buscan para matarme”. En realidad estaba exagerando; no era así. Había siete mil fieles como él, en todo Israel. No te hagas la víctima. Muchos sufren peores cosas que tú.

**No te metas en tu cueva.** Elías hizo eso. Los problemas hay que enfrentarlos y tratar de resolverlos. Muchos se encierran en sus cuartos, no quieren salir de sus casas pero es la peor receta para enfrentar la crisis. Allí no está la respuesta a tus interrogantes. El techo no tiene la solución. Está más arriba, en los cielos, en Jesús. Ese Dios que sufrió más que tú y lo soportó todo por amor. Él te entiende y es el más interesado en tu restauración.

**El desánimo se vence con una dosis extra de ánimo que encuentras solamente en Dios**