

Publicada en *The Christian Science Journal*, marzo 2005.  
Reservados todos los derechos.

## *Cuando necesitas una ayuda inmediata*

por Elise L. Moore, C.S.B.

En ocasiones, no hay nada más desalentador, que el escuchar que alguien tuvo una curación rápida, en especial cuando tú mismo estás ansiando el ser sanado desde hace ya mucho tiempo. Sentir el deseo de tener salud y bienestar es algo natural; también lo es la esperanza de tener curaciones rápidas y permanentes, que nos dan la certeza de nuestra compleción y bienestar –aquí y ahora. Esta confianza se basa en el hecho de que Dios ama y cuida tiernamente de toda Su creación, y esto te incluye a ti. El reconocimiento de esta conexión constante e invariable, nos brinda valiosos resultados: la transformación del pensamiento y el cuerpo.

Como practicante de la Ciencia Cristiana, cada día me esfuerzo por tener curaciones más efectivas a través de mi práctica. Y mi propia vida necesita aún tener también más transformación y regeneración. Pero hay algunas ideas que me han ayudado tanto a mí como a mis pacientes a tener curaciones más rápidas. Estas ideas pueden ayudarnos a librarnos del atolladero mental, permitiendo que la inspiración fluya de tal manera que la curación sea más rápida. O simplemente, nos ayudan a simplificar el proceso de la oración. Ya sea que uno esté orando por uno mismo o por otra persona, estas ideas nos pueden ayudar a aumentar la eficacia del tratamiento sanador de la Ciencia Cristiana.

### Siéntete amado

Sentir la presencia de Dios, el Amor divino, refresca el corazón y rejuvenece la salud. Entonces, antes de orar acerca de un problema específico, comienzo por reconocer que Dios me ama. Dios es el infinito Amor que llena todo el espacio, que nos rodea con ternura y nos sostiene a todos nosotros, Sus hijos, cuidadosamente.

El sentirse amados por Dios es realmente confiar en Dios. Cuando siento el amor de Dios, sé que hay un poder más allá de mí que está controlando y gobernando la situación. Si Dios está en el control, no es preciso el que yo lo

esté.

Dios es Amor, y Él se deleita en ti. Tú eres una deliciosa idea de Dios. Y el Amor te seguirá amando aún si cometieras algún error. Esta es la misericordiosa ternura de Dios. Dios ama de manera universal e imparcial, tal como el sol emite su luz para todos. El amor de Dios no necesita ser conquistado. Sólo tiene que ser aceptado y expresado. Mediante la expresión del Amor éste aumenta, tal como una lente de aumento concentra la calidez y la luz del sol. Esto nos ayuda a sentir la presencia y el poder del Amor divino, y la enfermedad se disuelve.

### Silencia al diablo

Muchas veces, la enfermedad va acompañada por sentimientos de duda y de temor, incluso por preocupaciones acerca de la seriedad de la situación. Una manera de impedir este tipo de pensamientos, es tomar conciencia de que éstos no provienen de ti. Este es el discurso del (así llamado) diablo. La duda y el temor no pueden provenir de Dios. Dios está pleno de certeza. Dios es el bien todopoderoso. Dios es la Mente divina que crea salud, armonía y plenitud.

Una letanía de pensamientos negativos no es más que el diablo tratando de distraernos de la bondadosa presencia de Dios. Este diablo no es un poder verdadero, es solamente un “mentiroso y padre de mentiras”<sup>1</sup> como Jesús lo llamó. Tener esto presente en medio del dolor, puede parecer algo difícil. Es por eso que encuentro útil identificar de inmediato los sentimientos y pensamientos negativos como el diablo, como un mentiroso que está tratando de engañarme. ¡Quién querría creerse una mentira! Silenciar los pensamientos diabólicos es como sintonizar una radio y eliminar la interferencia. Al hacerlo, se torna más fácil el escuchar, comprender y experimentar con mayor rapidez el mensaje sanador de Cristo –la certeza del amor de Dios por Su creación.

### Reconoce que nada puede separarte de Dios

La mayor mentira del diablo es tratar de convencerte de que estás separado de Dios –que estás indefenso y que no hay ayuda disponible para ti. Me parece útil identificar este argumento como una simple mentira y de inmediato reconocer mi inseparabilidad de Dios. Así describe Mary Baker Eddy esta relación indestructible en *Ciencia y Salud*: “Tal como una gota de agua es una con el mar, un rayo de luz uno con el sol, Dios y el hombre,

Padre e hijo, son uno en el ser. Las Escrituras dicen: ‘Porque en Él vivimos, y nos movemos, y somos’.”<sup>2</sup>

La unidad de cada individuo con Dios, es un hecho espiritual que nos da la certeza de que el hombre -mujer y varón- está creado por Dios y vive en el reino de la armonía divina, y nunca está lejos de Su ayuda. En vez de luchar por recuperar la salud y la paz, uno puede declarar que ya la tiene. Este enfoque radical se basa en lo que Cristo Jesús nos enseñó: “el reino de Dios está dentro tuyo”<sup>3</sup> y cuando dijo: “Arrepentíos (cambia tus pensamientos) porque el reino de los cielos (la salud, la armonía) se ha acercado”.<sup>4</sup> Ahora somos la imagen y semejanza de Dios. Ahora somos los hijos amados de Dios.

El reino de Dios es universal. Es imposible estar separado de Él, porque es imposible estar fuera de Su amoroso cuidado. Muchas veces comienzo mi oración esforzándome por reconocer algo de la naturaleza de Dios. Trato de comenzar cada frase de mi oración con Dios, hasta que siento la unión con mi Padre-Madre celestial. Declaro, por ejemplo, que “Dios está presente, y estoy envuelta en los brazos del Amor divino”. Que “Dios es Vida y gobierna toda acción”. Que “Dios es todo poder, todo conocimiento, todo sentir”, lo cual implica que no puede haber ninguna sensación en la materia, lo opuesto de Dios, el Espíritu. Por supuesto que lo más importante no es el meramente decir estas palabras, sino el sentir la presencia tangible de Dios aquí conmigo. Y es este sentido profundo del solícito cuidado del amor de Dios el que trae curación.

### Comprende tu inocencia espiritual

Uno de mis conceptos favoritos es el de la inocencia. La Sra. Eddy, notable sanadora, escribió, “La inocencia y la Verdad vencen a la culpa y al error”.<sup>5</sup> Esto es aplicable a casi toda situación. El Cristo revela la inocencia de cada individuo –su pureza, espiritualidad, plenitud, perfección. Podemos desprendernos del pasado en pos de obtener una mejoría y así reivindicar instantáneamente nuestra herencia crística. Llevo siempre en mi corazón la promesa de Isaías, “Oh Señor... echaste tras tus espaldas todos mis pecados”.<sup>6</sup> Este pleno perdón de Dios restaura nuestro sentido de inocencia, y nos mantiene por siempre ante Su rostro. La restauración del sentido de la propia inocencia nos trae una rápida transformación. El comprender nuestra inocencia es sanador.

### Sepa decir no

Para mí, la curación instantánea ocurre cuando digo mentalmente y sin reservas, “no” a los síntomas físicos y al mismo tiempo reconozco el porqué puedo hacerlo. ¿Cuál es el porque? Porque Dios es Todo, y no hay nada más. En distintas ocasiones tuve síntomas de resfrío, dolor de cabeza, torcedura de tobillo, dolor muscular y otros malestares, los cuales pude rechazar con un simple “no”, antes de que los síntomas avanzaran más. En otras palabras, en cada caso la condición nunca ganó terreno en que afianzarse –y así desapareció.

La Sra. Eddy enseñó: “No permitas que ninguna pretensión de pecado o de enfermedad crezca en el pensamiento. Deséchala con una permanente convicción de que es ilegítima, porque sabes que Dios no es el autor de la enfermedad, así como no lo es del pecado”.<sup>7</sup> Esta es la base para mi oración del “no”. De este modo respondo a la demanda divina de reconocer Su totalidad sin argumentación ni resistencia. La oración del no, implica una completa aceptación de la presencia, poder y gobierno de Dios, lo cual no tiene igual ni oposición. Y cuando esa aceptación es completa, un “no” terminante, es suficiente.

Por supuesto que no hay fórmula para experimentar una rápida curación. La curación instantánea es algo más que un mero razonamiento intelectual, es un sentimiento espiritual. Aún así, veo que el considerar concienzudamente estas cinco ideas, suele llevarnos directo al meollo del asunto y remueve los obstáculos que aún no habían sido descubiertos para que se produzca la curación. La curación es algo natural. Es el resultado de sentir la unidad con Dios, el divino Padre-Madre. ¿Y no es precisamente en el momento en que despertamos a esta unidad, cuando ocurre la curación?

<sup>1</sup>Juan 8:44 <sup>2</sup>*Ciencia y Salud*, pág. 361 <sup>3</sup>Lucas 17:21 <sup>4</sup>Mateo 4:17 <sup>5</sup>*Ciencia y Salud*, pág. 568 <sup>6</sup>Isaías 38:17 <sup>7</sup>*Ciencia y Salud*, pág. 390

Traducción libre, Fabián Smara

*Elise Moore es practicante y maestra de la Ciencia Cristiana, y vive en Nashville, Tennessee.*