



PALABRAS DE INSPIRACIÓN

Lidiar con el miedo

El miedo quizás sea nuestro peor enemigo. No porque sea fuerte y agresivo, sino porque es invisible. ¿Existe alguna persona que no sienta algo de miedo, conocido o, incluso peor, desconocido?

Si bien nuestros miedos hoy en día tienen motivos obvios y válidos (miedo al virus, miedo a la muerte), aun así vemos que algunas personas, como siempre se ha observado en la historia, no se quedan paralizadas por el miedo y tienen la capacidad de crecer a través de él. ¿Cuál es su secreto?

Hace unos días celebramos la Pascua Judía, que es la conmemoración de nuestro éxodo de Egipto. Cuando Dios instruyó a Moisés que visitara al faraón, el gobernante de Egipto, Dios le dijo a Moisés: “Ven a ver al faraón...”. Moisés necesitaba ánimo y un empujón de Dios porque tenía miedo de ir. En los comentarios, se preguntan al respecto: “¿Por qué de pronto, en ese momento, tendría miedo Moisés?” Y, ¿por qué dijo Dios: “Ven a ver al faraón”? Supuestamente tendría que haber dicho: “Ve a ver al faraón.”

Y aquí observamos la verdadera naturaleza del miedo. El poder real del miedo yace en la soledad que nos impone. Nos sentimos solos frente a nuestro dilema. Creemos que nadie puede comprender nuestro dolor y sufrimiento. E incluso aunque una persona pudiera sentir empatía, sentimos que no está junto a nosotros, que nadie está con nosotros y, por lo tanto, nos terminamos aislando. Este era el sufrimiento de Moisés: no querer encontrarse con el malvado y desagradable mundo en soledad, y esto es lo que cada uno de nosotros atraviesa, como individuos y como conjunto. Por lo tanto, Dios le dijo a Moisés: “Ven a ver al faraón”, te acompaño. Cuando en la vida nos encontramos en un momento desafiante y nos enfrentamos a los obstáculos, (obstáculos en nuestra fe, obstáculos para vivir una vida normal), Dios está junto a nosotros. La única respuesta al poder invisible del miedo, el miedo a estar solos, es reconocer que no estamos solos.

En las últimas semanas, vimos la destrucción que puede causar el coronavirus. Para todos aquellos que perdieron a un ser querido o que tienen familiares en un estado crítico, les enviamos nuestro afecto y apoyo, y seguiremos orando por la total recuperación de todos los que la necesitan. También hemos visto a muchas personas demostrar su unidad, valentía y abnegación. Desde todos los trabajadores sanitarios de primera línea, los dedicados doctores y el personal médico y de enfermería, hasta los restaurantes locales que ofrecen miles de comidas gratuitas a quienes las necesitan. Nos hemos unido como país para lograr un objetivo común. Incluso en cuarentena, no estamos solos. Nos tenemos los unos a los otros, y tenemos a Dios. Atravesemos este momento con sabiduría para crear un futuro más unido y mejor para todos. Esperamos que pronto llegue el día en que vivamos solo el bien, con salud, paz y prosperidad para toda la humanidad.

Rabino Moshe Carlebach
Jabad del Gran Condado de Monmouth, Municipio de Ocean, NJ



Hackensack
Meridian Health

“Lo único que tenemos que temer es el miedo mismo”. - F.D.R., marzo de 1933

“Ahora que he liberado su agenda, hablemos”. - Dios, marzo de 2020

 **KEEP GETTING BETTER**