



Cuando la noche de la adversidad que nos flagela y hoy parece tragarnos en la vorágine de la tragedia, la gratitud y la fe pueden llevarnos al anhelado y hoy distante, puerto de la esperanza G.A.L.D.

Hay tantas cosas difíciles de las que podría tratar en este espacio, algunas de ellas asociadas a la muerte y las tragedias que por diversas causas se dan a nuestro derredor, opto poner mi interés a una voz que estimode lato valor y pedir sea tan amable de prestar atención a este mensaje dado por el Dr. Russell M. Nelson (1) el cual a mi parecer es profundo, sencillo y sincero dado el pasado viernes en plena pandemia y lo expresa así;

“EL PODER SANADOR DE LA GRATITUD”

“Como médico, sé el valor de una buena terapia. Por ello, queridos amigos, permítanme recetarles dos

actividades para ayudarnos a sentir el poder sanador de la gratitud.

En mis 96 años de vida, he visto una gran depresión, una guerra mundial, el surgimiento del terrorismo, el hambre y la pobreza en todo el mundo. También he visto el advenimiento de los viajes espaciales,

internet, abundantes avances médicos y otro sinfín de descubrimientos que me regocijan.

Antes de mi ministerio, fui cirujano cardiovascular y torácico, y pasé muchas horas en salas de operaciones. Como cirujano residente, integré el equipo de investigación que desarrolló la primera máquina de baipás cardiopulmonar para operaciones a corazón abierto en humanos.

Después, tuve el privilegio de ayudar a salvar la vida de cientos de pacientes; y tristemente, vi morir a otros a pesar de mis mayores esfuerzos.

Como hombre de ciencia y como hombre de fe, la pandemia mundial actual me ha causado gran preocupación. Como hombre de ciencia, reconozco la necesidad crucial de prevenir la propagación del contagio. También honro el dedicado servicio de los profesionales de la salud y me apeno por aquellos a quienes ha afectado drásticamente el COVID-19.

Pero, como hombre de fe, veo la pandemia actual solo como uno de los tantos males que aquejan al mundo, entre ellos, el odio, la agitación civil, el racismo, la violencia, la deshonestidad y la falta de cortesía.

Científicos e investigadores calificados trabajan con diligencia para desarrollar y distribuir una vacuna contra el coronavirus, pero no hay medicamento ni operación que pueda remediar las muchas aflicciones y enfermedades espirituales que afrontamos.

Sin embargo, existe un remedio; algo que podría parecer sorprendente, pues se opone a nuestra intuición natural. No obstante, sus efectos han sido validados por científicos, así como por hombres y mujeres de fe.

Gratitud y fe, parte del camino

Categoría: 123-Mirador del Norte

Publicado: Lunes, 30 Noviembre 2020 23:30

Escrito por G. Arturo Limón D

Me refiero al poder sanador de la gratitud.

El libro de Salmos está lleno de exhortaciones a expresar gratitud.

Estas son solo tres de ellas:

“Bueno es dar gracias a Jehová”²

.

“Alabad a Jehová, porque él es bueno”³

.

“Lleguemos ante su presencia con alabanza”⁴

.

Jesucristo expresaba gratitud con frecuencia. Antes de levantar a Lázaro de entre los muertos, antes de multiplicar milagrosamente los panes y peces, y antes de pasar la copa a Sus discípulos en la Última

Cena, el Salvador oró y dio gracias a Dios. No es de sorprender que el apóstol Pablo luego declarara: “Dad gracias en todo”.

En mis nueve décadas y media de vida, he llegado a la conclusión de que es mucho mejor contar nuestras bendiciones que contar nuestros problemas. Sea cual sea nuestra situación, el mostrar gratitud por nuestros privilegios es una receta espiritual de efecto rápido y duradero.

¿Nos libra la gratitud del pesar, la tristeza, la congoja y el dolor? No, pero calma nuestros sentimientos; nos da una mayor perspectiva del propósito mismo de la vida y de su gozo.

Hace unos dieciséis años, mi esposa Dantzel y yo estábamos sentados en el sofá, tomados de la mano viendo televisión. De repente, se desplomó. A pesar de estar bien capacitado para tratar el problema que le quitó la vida, no pude salvar a mi propia esposa.

Dantzel y yo fuimos bendecidos con nueve hijas y un hijo.

Pálido Punto de Luz

Claroscuros en la educación

ISSN 2594-0597 <https://pálido.deluz.com.mx>

Gratitud y fe, parte del camino

Categoría: 123-Mirador del Norte

Publicado: Lunes, 30 Noviembre 2020 23:30

Escrito por G. Arturo Limón D

Trágicamente, he perdido a dos de esas hijas a causa del cáncer. Ningún padre está preparado para perder a un hijo.

Aun así, a pesar de esas y de otras experiencias difíciles, estoy increíble y eternamente agradecido por muchísimas cosas.

Agradezco a Dios los casi 60 años que Dantzel y yo compartimos juntos, por toda una vida de amor, gozo y preciados recuerdos. Y le agradezco por mi esposa Wendy, a quien conocí tras el fallecimiento de Dantzel.

Ella colma mi vida de gozo ahora.

Agradezco a Dios los años que pasé con mis dos hijas fallecidas. Este corazón de padre se enternece al ver cualidades de mis hijas en los preciosos rostros de sus hijos y nietos.

Todos podemos dar gracias por la belleza de la tierra y la majestuosidad de los cielos, que nos dan una idea de lo vasto de la eternidad.

Podemos dar gracias por el don de la vida, por nuestros asombrosos cuerpos y mentes, que nos permiten crecer y aprender.

Podemos dar gracias por el arte, la literatura y la música, que nos nutren el alma.

Podemos dar gracias por la oportunidad de arrepentirnos, empezar de nuevo, hacer restitución y forjar el carácter.

Podemos dar gracias por nuestras familias, amigos y seres queridos.

Podemos dar gracias por la oportunidad de ayudarnos, valorarnos y servirnos el uno al otro, lo cual hace la vida mucho más significativa.

Incluso podemos dar gracias por nuestras pruebas, de las que aprendemos cosas que de otro modo no haríamos.

Sobre todo, podemos dar gracias a Dios, el Padre de nuestro espíritu, lo cual nos hace a todos hermanos y hermanas: una gran familia

mundial.

Como médico, sé el valor de una buena terapia. Por ello, queridos amigos, permítanme recetarles dos actividades para ayudarnos a sentir el poder sanador de la gratitud.

Primero, los invito a que durante los próximos siete días transformen las redes sociales en su diario personal de gratitud. Publiquen cada día aquello por lo que están agradecidos, por quién están agradecidos y por qué están agradecidos. Al cabo de los siete días, observen si se sienten más felices y con más paz. Usen el #GiveThanks [#DaGracias]. Si trabajamos juntos, podemos inundar las redes sociales con una ola de gratitud que llegue a los cuatro extremos de la tierra. Quizás esto cumplirá, en parte, la promesa que Dios hizo al padre Abraham de que mediante su descendencia “serían] benditas [...] todas las familias de la tierra”

Segundo, unámonos en agradecimiento a Dios mediante la oración diaria. Jesucristo enseñó a Sus discípulos a orar expresando primero gratitud a Dios para luego pedirle las cosas que necesitemos. La oración produce milagros.

... Cuando ore, espero que se sientan inspirados a hacer lo mismo, derramando el corazón en gratitud por el sinfín de bendiciones que Dios les ha dado y pidiéndole que nos sane el corazón, que sane a nuestras familias, a nuestras sociedades y al mundo en general...

Que Dios los bendiga a todos y cada uno” (2)

(1) Presidente de La Iglesia de Jesucristo de los Santos de los Últimos Días

(2) Video [El 20 de noviembre, escucha un mensaje de esperanza del presidente Russell M. Nelson](#)