

SACIA TU SED REAL

Saciar nuestra sed verdadera: Cómo las borracheras pueden convertirse en un sustituto de relaciones profundas y satisfactorias con otros.

por **Judy Clark**

Un verano en Colorado, un amiga y yo conocimos a unos muchachos desertores que habían dejado la escuela secundaria y que andaban por todos lados bailando y pidiendo dinero. A primera vista, podrías pensar que estaban desperdiciando su vida entera. Pero después de pasar un par de horas con Gabriel, Sean, Matt y Peter, me di cuenta de que ellos estaban viviendo algo que la mayoría de la gente anhela experimentar.



Estos muchachos tenían poco dinero, ropa rota y vieja, no tenían un lugar donde vivir y solo tenían comida suficiente para apenas sobrevivir. Mi amiga y yo los invitamos a cenar. Nos sentamos en una cafetería y los vimos devorar hamburguesas, burritos y malteadas, y escuchamos sus historias. Me di cuenta de que juntos eran una comunidad.

Relaciones sanas y verdaderas: algo que todos deseamos

Ellos se cuidaban uno al otro. Si alguno conseguía algo, lo compartía. Uno de ellos solamente comió la mitad de su comida porque quería compartirla con un compañero que no estaba con nosotros. Hablaban de cuidarse las espaldas mutuamente. Eran como padres unos de los otros. Hablaban de sentirse asustados, de extrañar a sus mamás, de sentirse abandonados y de tener hambre. Ellos vivían de una manera que yo jamás escogería vivir--pero ellos tenían algo que gente educada, limpia y “aceptable” no tiene.

Ellos se tenían uno al otro. Tenían relaciones verdaderas. Estaban conectados.

Esto es lo que todos queremos, deseamos vida real. No queremos ser como el hámster que corre por el laberinto y gira en su rueda todo el día--solo sin llegar a ningún lado. Queremos relacionarnos, queremos conectarnos, queremos ser parte de una comunidad donde las personas se cuiden mutuamente.

Recientemente, mi amiga Rebeca se graduó de la Universidad Vanderbilt. Mientras enfrentaba su entrada al “mundo real” me dijo, “solamente quiero convertirme en Amish”. Su comentario no tenía que ver con la religión, pero tenía que ver con la comunidad. Ellos tienen vecinos y familias. Ellos se ayudan unos a otros a construir graneros. Vienen al rescate cuando alguien está en peligro. La vida es simple y lenta, y eres capaz de lidiar con lo que venga porque sabes que no estas solo. Suena bien ¿verdad?.

Creo que estamos hambrientos de relaciones que perduren, que estén llenas de confianza y diversión. Muchos de nosotros crecimos en hogares donde nuestros papás trabajaban hasta tarde en la oficina para poder obtener un aumento y poder comprar un Rolex o un BMW. Con madres tuvieron que trabajar para obtener el dinero adicional. Nuestros padres vivieron bajo el mismo techo pero nada más. Las relaciones se desmoronaron y los índices de divorcio se fueron al cielo.

Cerveza: un sustituto popular de relaciones sanas

Aunque sean capítulos repetidos de *Grey's Anatomy*, *Sex and the City* o *Friends*, nos encanta ver a gente que parece estar conectada. Y desesperadamente deseamos eso para nosotros mismos. Queremos y necesitamos relaciones de calidad, pero siendo honestos, estas relaciones son dolorosas y arriesgadas.

Entonces, ¿qué hacemos? ¿quién me puede hacer sentir mejor? ¿hacia quien puedo correr? ¿Quién puede ayudarme a escapar de un mundo de desconexión--por lo menos por algún tiempo?

Si te acurrucas con un barril de cerveza o acaricias una botella de ron, eres como la mayoría de los estudiantes universitarios. El alcohol te hace sentir relajado y bien. Es accesible y esta ahí siempre que tú lo necesitas. No le importa como te ves. Te hace sentir gracioso, atractivo y aceptado. Y te evita la incomodidad que surge cuando tratas de acercarte a otros.

Esta relación funciona bien por un tiempo, pero cuando despiertas. Es cosa de solo un rato.

Probablemente no te sorprende el hecho de que estamos buscando amor en los lugares equivocados. El autor y psicólogo Dr. Henry Cloud afirma, “Todos necesitamos amor durante los primeros años de la vida, si no recibimos este amor, nos quedamos hambrientos por el resto de nuestra vida, esta hambre de amor es tan poderosa que cuando no lo encontramos en nuestras relaciones con otras personas, buscamos en otros lugares, como en la comida, en el trabajo, en la actividad sexual o en gastar dinero...tomar demasiado, o trabajar demasiado”¹

Shelly, una estudiante en la Universidad de Alabama, dijo, “Puedo pasar cada noche en los bares con mis amigos cuando estamos borrachos, pero cuando los veo al siguiente día en la universidad, no tenemos nada que decirnos” Shelly tiene relaciones con otros, pero la mejor manera en que ella puede describirlas es como superficiales.

Ben, por otro lado, sale a tomar con sus amigos y el alcohol los desinhibe para hablar de las cosas que realmente son importantes para ellos. Su amistad parece más profunda. Pero Ben dice, “necesito aprender como ser real sin el apoyo del alcohol”.

Nuestra sed real es de relaciones saludables

Dr. Cloud continua diciendo, “La gente usualmente es adicta a una sustancia específica, como alcohol, cocaína, la velocidad, trabajo, apuestas, relaciones destructivas, religiosidad, éxito, y materialismo. Estas sustancias y actividades nunca satisfacen , ni tampoco solucionan el problema real. A decir verdad no necesitamos alcohol, drogas o sexo. Podemos vivir muy bien sin estas cosas. *Sin embargo, de verdad necesitamos relacionarnos, y no podemos vivir bien sin las relaciones*” (énfasis añadido)²

Cuando le preguntamos a los estudiantes por qué toman, la mayoría responden, “porque es divertido”. En la superficie, esta es una respuesta aceptable. Pero más allá de la diversión, ¿te has preguntado alguna vez, en primer lugar, por qué tomas? Quizá es un escape temporal al estrés, a la incertidumbre acerca del futuro, o a la presión social.

Cuando tenemos buenas relaciones, no necesitas encontrar tú seguridad en nada más, ya sea el alcohol, el sexo o la comida. Cuando tienes buenas relaciones, estás menos propenso a tratar de llenar el vacío con algo más. Cuando tienes buenas relaciones, algunas de las necesidades más profundas han sido satisfechas.

El Dr. Cloud afirma, “crear lazos afectuosos es una de las ideas básicas y fundamentales en la vida y en el universo. Es una necesidad humana básica. Dios nos creó con un hambre de relaciones--hambre de una relación con Él y con nuestros semejantes, en nuestro más profundo interior somos seres sociales. Sin una relación sólida y de confianza, el alma humana estará atascada en problemas emocionales y psicológicos. El alma no puede prosperar sin estar conectada a otros.”³

¿Cómo aprendemos a tener relaciones de confianza? Empieza por ser honesto contigo mismo. ¿es posible que la necesidad de relaciones sea realmente la razón

por la que tomas en exceso, o por la que comes demasiado, o muy poco, o abusas del sexo, o eres demasiado perfeccionista?

Si es así, existen muchos libros acerca de cómo construir relaciones con la gente, (incluyendo los del Dr. Cloud). Pero hay una relación clave que ofrece un fundamento genuino para formar relaciones saludables con la gente. El Dr. Cloud habla acerca de nuestra necesidad de estar conectados de una manera significativa a otros y también a Dios. El físico y filósofo francés Blaise Pascal dice que dentro del corazón de cada ser humano existe un vacío en forma de Dios, un vacío que no puede ser llenado con ninguna de las cosas creadas.

¿Podemos tener una relación con el Dios que nos creó? ¿podemos estar conectados con Dios? No estoy hablando acerca de un Dios que nos da una lista de hacer y no hacer. O de un policía en el cielo listo para atraparnos al cometer la menor infracción. Estoy hablando acerca de una relación Dios que está basada en el amor y verdad, en la libertad y en la paz interior.

Comenzando una relación con Dios

Dios te creó para conocerle. En el fondo de tu ser sabes eso. Pero todos nosotros tenemos espíritus rebeldes que le dicen a Dios, “oye, tu hazlo a tu manera, yo lo haré a la mía, no me molestes a menos que yo te necesite” algunos de nosotros hemos dicho eso. Otros hemos pensado, que si ignoramos por completo “la cosa de Dios” desaparecerá. Algunos de nosotros decimos que queremos una relación con Dios, pero queremos ir a Él con a nuestra manera--tratando de salir ganando. La verdad es que ninguno de nosotros podemos ganar o merecer una relación con un Dios perfecto.

Tomar en exceso o comer de más tiene consecuencias, igual que rebelarse contra Dios o ignorarlo. Puede ser que no lo notes pero eventualmente estas consecuencias te van a alcanzar. Dios dice que la consecuencia es separación de Él eternamente. Ahora estás en la universidad, ojalá divirtiéndote, preparándote para tu futuro. Es difícil pensar en términos eternos...pero nunca se sabe. Mi amigo Steve, un chico de 22 años, puede ser que ya no esté con vida para cuando tu estés leyendo esto. El está muriendo porque contrajo VIH a través de sangre infectada. No tiene más remedio que lidiar con la eternidad ahora.

Dios ha provisto la manera en que nosotros podemos conocerle aquí y ahora en la tierra y para siempre. Él hizo esto mandando a Jesús a la tierra, para caminar en nuestros zapatos y vivir perfectamente. Pero eso no es todo. Nosotros merecíamos ser castigados por nuestros pecados, pero Jesús estuvo dispuesto a sacrificarse a sí mismo en la cruz en nuestro favor. Todo lo que tenemos que hacer para conocer a Dios es poner nuestra confianza en el hecho de que Jesús pagó por la basura en

nuestras vidas que nos separaba de un Dios perfecto. Puedes aceptar eso y poner tu fe en Él, o puedes escoger rechazarlo. Esa es tu decisión.

Cuando yo oré a Dios, le dije que quería conocerlo y poner mi confianza en la muerte de Jesús por mí. Comencé una relación personal con Él. Ahora estoy conectado al Dios del universo. Cuando nuestra relación es muy cercana, mi vida es diferente. No tengo que andar buscando otra cosa que me haga sentir satisfecho-ya sea dinero, alcohol o éxito. Cuando lo ignoro, empiezo a buscar ese ingrediente que falta.

No sé por lo que estás pasando. No sé cómo los síntomas se manifiestan en tu vida. Quizá es tomar en exceso, sexo o drogas. O ser compulsivo con el ejercicio, o romperte la espalda por sacar notas excelentes para poder sentirte bien contigo mismo. Todos estos son sustitutos para nuestra necesidad real de estar conectados con la gente y con Dios. Todos tenemos ese vacío dentro de nosotros que sólo puede ser llenado con una relación con Dios.

Quizá te gustaría empezar una relación con Dios ahora mismo. Todo lo que tienes que hacer es decírselo. Él conoce el deseo de tu corazón y está mucho más interesado en eso que en tus palabras. Quizá quieras decir algo como esto:

“Dios, quiero conocerte. Quiero estar conectado contigo. He intentado satisfacer mi necesidad de ti con otras cosas y no han funcionado. Perdóname por no venir a ti primero. Gracias porque me amas y quieres que yo te conozca. Acepto que tu has hecho esta relación posible a través de la muerte de Jesús. Confío en ti. Amén.”

Vas a gozar de una relación con Dios completamente satisfactoria. Cuando estás conectado con Dios tienes el fundamento para construir relaciones significativas, relevantes y duraderas. Sacia tu sed verdadera.