

## Dios y la tristeza depresiva

---

Que agobiante resulta cuando el ser humano se enfrenta a la tristeza del alma, una tristeza que viene quizás de la enfermedad, de la soledad, de un fracaso, de una desilusión, de muchos factores que hay en la vida cotidiana del hombre. Una tristeza que lo lleva a la desesperación y que donde solo en esos momentos existe un Ser capaz de abrazarnos como niños y calmar nuestra angustia: Dios.

Dios es la fuente de la alegría y del amor, donde su primer rol es querernos como un Padre amoroso que no se fija en la miseria humana y que desecha el polvo de la tristeza enraizada en el corazón humano.

Dios es el único ser capaz de consolarnos en medio de la desesperación y el caos que se siembra tras esa tristeza que se siente en el fondo del hombre.

Dios es el mayor consuelo para los momentos difíciles, sólo Él esta las 24 horas del día apoyando a su creación amorosa: el hombre.

Dios es fiel guardián de nuestros pensamientos y el consejo máximo de nuestra mente, sólo Él es fiel al hombre.

Dios es la esperanza de un futuro mejor, de una vida llena de calma y paz.

Es el hombre el que tiene que buscar toda la ayuda posible en Él, solo Dios comprende los corazones agitados y constreñidos, y está comprobado que el hombre que tiene un dialogo con Dios sale del mundo de la tristeza y la melancolía. Un estudio realizado en Estados Unidos demostró que las creencias religiosas y la creencia en Dios son una herramienta indispensable contra la tristeza, los resultados se publicaron en la Revista de Psicología Clínica. Trabajaron con 136 adultos diagnosticados con depresión, y todos respondieron una serie de preguntas destinadas a analizar sus convicciones religiosas.

Los voluntarios que creían en un Dios bueno y comprensivo tenían más posibilidades de responder al tratamiento contra la depresión.

Sólo Dios tiene la capacidad de sanar un corazón herido y esto también es una comprobación científica.

Por: María Velázquez Dorantes.