

"DUERMA TRANQUILO"

Autor: Adhemar Cuellar

"En paz me acuesto y enseguida me duermo pues tu solo Señor me haces vivir tranquilo". Salmo 4, 9

¿Cómo estás? Es una pregunta frecuente que se da en nuestras relaciones cotidianas. A esta pregunta abundan respuestas de situaciones negativas, respuestas que van desde: estoy intranquilo, estoy preocupado, estoy nervioso, estoy con insomnio, con tantos problemas no puedo dormir por las noches. Hoy por hoy cuanta gente anda intranquila preocupada porque no puede pagar las deudas porque no consigue trabajo, los problemas cotidianos nos hacen vivir intranquilos, estos nos hacen perder el sueño, y algunos tienen que recurrir a tabletas para dormir. Si en estos momentos estas pasando por alguna situación que te hace vivir intranquilo tienes que leer y creer lo que dice el Salmo 4,9 **"En paz me acuesto y enseguida me duermo pues tú solo Señor me haces vivir tranquilo".**

El Señor se interesa por nuestras preocupaciones y problemas, el quiere que confiemos en y depositemos en El todos nuestros problemas y preocupaciones, así lo reflejan las escrituras: **"Depositen en el todas sus preocupaciones, pues el cuida de ustedes"** (1ra Pedro 5,7)

A los que no pueden dormir por las noches, se identificaran con la siguiente anécdota.

Se cuenta que Lidubina no podía dormir, por ello acude al doctor, a este le dice: "doctor no puedo dormir", necesito que usted me dé una receta diferente de las tabletas para conciliar el sueño.

El doctor dice: En la noche cuando no pueda dormir "lo que usted tiene que hacer es contar ovejas" imagine a las ovejas entrando al establo póngase a contar hasta mil ovejas y vera que antes que cuente las 1000 usted se va a dormir.

Lidubina, en una de sus noches insomnio se propone obedecer los consejos de su doctor, y comienza a contar las ovejas pero no logro dormir. Al día siguiente vuelve a intentar con la formula de contar hasta mil ovejas sin poder dormir, y así estuvo por un periodo de una semana.

El lunes acude nuevamente al doctor reclamándole: "su receta no funciona porque usted me dijo que cuente hasta 1000 ovejas, y le comento que muy pronto se me acaban las ovejas y yo sigo sin poder dormir". Entonces el doctor al escuchar que las ovejas se le acababan rápido, le recomienda contar tortugas, imagine a las tortugas una a una caminando rumbo a su cueva y vera que estas como son lentas, le alcanzaran hasta que usted logre dormir. Y cuentan que ahí está la señora Lidubina cuente que te cuente las tortuguitas, dicen que va por la tortuga 101 pero no consigue dormir...

Nosotros los cristianos católicos para dormir tranquilos no tenemos que tomar tabletas, usted no tiene que ponerse a contar ovejas o tortugas lo que tiene que hacer es leer y creer en la palabra de Dios cuando dice: **"alma mía vuelve a tu descanso que el Señor cuida de ti"**. (Salmo 119,7)

¿Usted tiene problemas? ¿Usted esta intranquilo? ¿Por las noches no puede dormir?

Deposite todos sus problemas y preocupaciones en Dios que él se preocupa y cuida de usted (1ra Pedro 5,7)

Acuéstese tranquilo duérmase en seguida por que solo el Señor lo hará vivir tranquilo (Salmo 4,9)