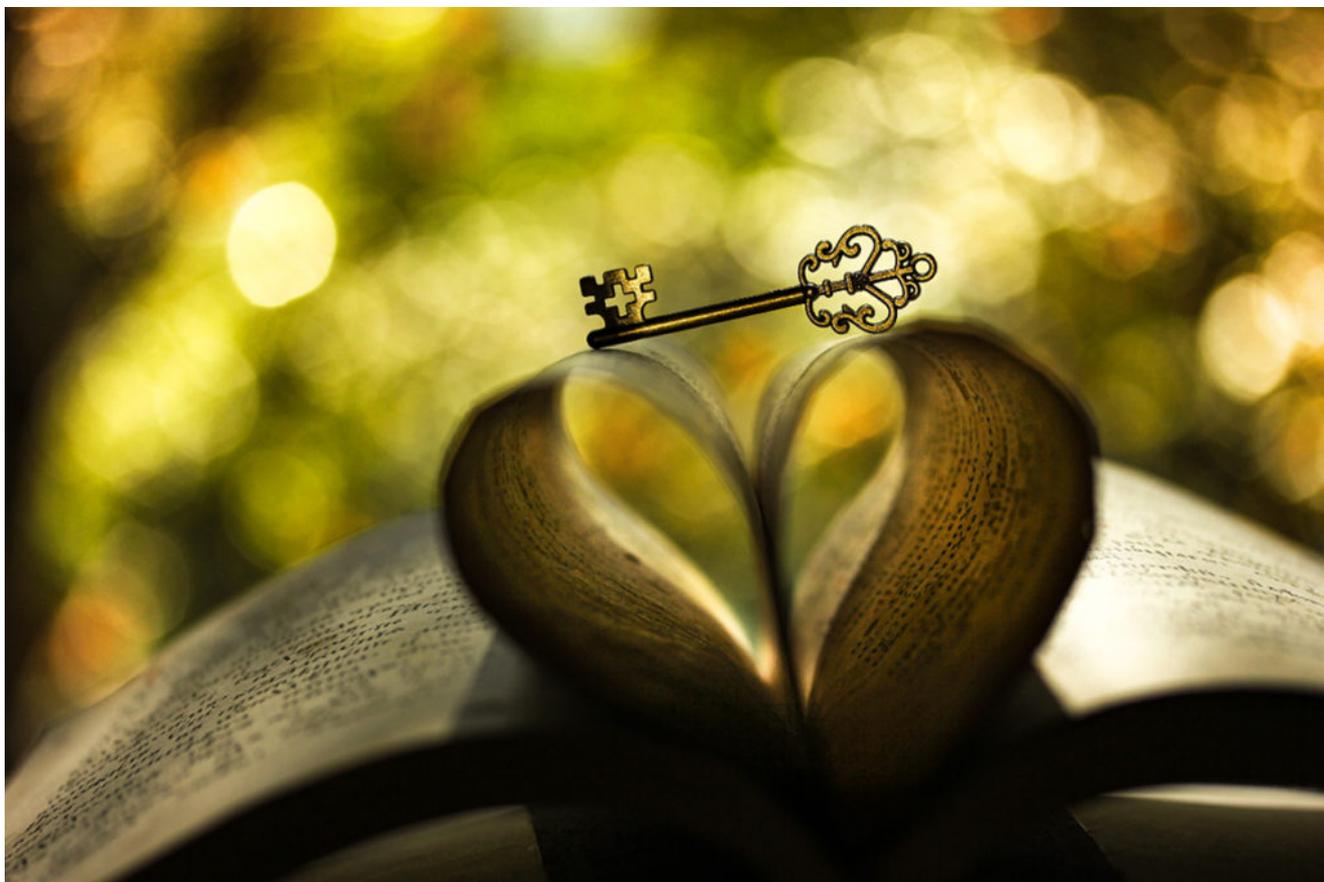


La llave de la felicidad

Autor:: Ester Shechter
enero 31, 2021



Si te sientes triste o deprimido, tienes que continuar leyendo porque unas líneas más abajo vas a encontrar el secreto para vivir una vida feliz y sin preocupaciones y, más aún, completamente libre de enfermedades.

Empecemos por recapacitar acerca de los factores que hacen que la vida sea feliz. Muchos dirán que es el dinero, la salud, la pareja, la familia o un buen trabajo. Y la verdad es que todos ellos influyen en el bienestar de la persona, pero hay un factor que es la clave fundamental para que todos ellos se “confabulen” en garantizar a la persona la felicidad completa. Ese factor es la emuná.

La cadena de causa y efecto es la siguiente: si hay emuná entonces la persona es feliz, si es feliz tiene salud (demostrado científicamente) y si tiene salud y felicidad

entonces su vida familiar y laboral es un deleite. Si todo va tan bien, entonces con lo poco o lo mucho que reciba de ingresos estará feliz y no habrá preocupación que le haga ensombrecer este estado de ánimo.

Empecemos por recapacitar acerca de los factores que hacen que la vida sea feliz. Muchos dirán que es el dinero, la salud, la pareja, la familia o un buen trabajo. Y la verdad es que todos ellos influyen en el bienestar de la persona, pero hay un factor que es la clave fundamental para que todos ellos se “confabulen” en garantizar a la persona la felicidad completa. Ese factor es la emuná.

Muchas veces vemos a personas que están completamente deprimidas y decimos ¿por qué está deprimido si lo tiene todo? Son numerosos los casos de personalidades públicas que de un día para otro saltan a los medios de comunicación porque se suicidaron (Di-s nos libre) y entonces descubren que llevaban largos años luchando contra la depresión.

Vemos en la televisión o en internet vidas aparentemente perfectas de famosos que lucen vestidos caros y casas enormes que parecen (o son) palacios. Observamos este desfile de vanidad sin saber que en realidad sus vidas están vacías y esas personas, que creíamos que tenían todo en la vida, no tienen nada verdaderamente importante.

¿Qué es eso que les falta para ser felices? Emuná. Y este es el factor principal, como decíamos, para conseguir todo lo demás. Si la persona no tiene la certeza de que HaShem domina todo en el mundo, se sentirá solo y a la deriva en un mundo sin sentido. Sin embargo, si la persona sabe con seguridad que HaShem está ahí siempre cuidando de nosotros y procurando nuestro bienestar no se sentirá triste. ¿Quién podría sentirse triste sabiendo que le protegen y cuidan constantemente, salvaguardando su vida?



Si tenemos un estado de ánimo feliz, entonces las enfermedades no tienen cabida. El sistema inmune se fortalece con tus sonrisas, con tus palabras agradables y sensitivas. Tus defensas aumentan con cada buena noticia, te sientes fuerte y nada puede hacerte daño si estás en el lado sonriente de la vida.

Sin embargo, aunque las sonrisas son totalmente gratuitas, a veces cuesta un poco sacarlas. En esos días grises y tristes es extremadamente difícil encontrar ese rayo de felicidad que existe dentro de cada uno de nosotros. Pero no hay que desesperar, hay que esforzarse por encontrarlo.

Todos sabemos en el fondo de nuestro ser que la felicidad depende de nosotros mismos. El hecho de que haya personas hundidas en la miseria que continúan sonriendo y personas que nadan en billetes de 100 dólares que están sumidos en la tristeza lo demuestra de forma clara. Todo depende de nosotros, y es que todo depende del Cielo excepto el temor del Cielo.

La emuná tenemos que trabajarla de forma individual y cada día

tener la certeza de que HaShem es Quien verdaderamente dictamina qué es lo que va a suceder con nosotros. Dejar nuestra vida en Sus manos amorosas es la mejor decisión que cualquier persona puede tomar. Sin embargo, esa debe ser una decisión personal.

Cada día tienes la oportunidad de ser feliz al alcance de tu mano, la llave de la felicidad está dentro de ti. ¿A qué esperas para abrirle la puerta a la emuná?