



Después de un excelente retiro espiritual del Triduo Sacro y con la alegría de la resurrección, me disponía a regresar a casa junto con mi hermana, el camino era largo, el camión un poco estrecho e incómodo pero el corazón estaba lleno y la mentalidad más santa.

La primera parada del camión era para que aquellos lugares vacíos se ocuparan. Un matrimonio joven con dos pequeños se sentaron a la izquierda de nuestros asientos, nos acomodamos como pudimos, cubrimos nuestro cuerpo y rostro con la colcha e intentamos dormir.

No pasó mucho para que la más pequeña de los niños que los acompañaban comenzara a llorar, por un momento pensé en lo incómodo que era aquello, había sido un fin de semana agotador y las horas de viaje eran tantas que de verdad quería aprovecharlas para descansar, pero el llanto de la pequeña hacía mi deseo de descanso complicado.

La pequeña no se callaría durante un largo rato, así que dejé de pensar en mí y comencé a pedir a Dios por la pequeña, de seguro sus padres estaban apenados por la situación, la niña lloraba cada vez más intensamente y me di el tiempo para la siguiente reflexión.

**Hoy en día tanto para hombres como para mujeres llorar es de débiles, los únicos que pueden llorar “en paz” son los niños,** y se les perdona que lo hagan porque son pequeños y “berrinchudos”. Pero la realidad es que no importa la edad que tengas, todos siempre necesitamos llorar las situaciones difíciles.

**Mientras la pequeña lloraba, pude clasificar el llanto en cinco etapas que describiré aquí.**

**La primera etapa la nombre valentía,** porque sin duda alguna con la situación actual que vivimos, llorar es para valientes. **Dejar que la primera lágrima recorra tu mejilla y dejar que el nudo en la garganta se desenrede requiere valor.** Sobre todo cuando te

encuentras rodeado de personas, efectivamente tu rostro y tu cuerpo cabizbajo indican tu tristeza, pero vas con la mirada alta hasta llegar al coche a soltar el primer lamento. Así es señores, **llorar no es de débiles, llorar es de valientes.**

Cuando uno está en una crisis fuerte y ya has decidido **comenzar el llanto se entra a la etapa de la incomprensión, es ese momento en el que la pregunta ¿Por qué?** se repite en la cabeza en incluso en voz alta las veces necesarias y todas esas veces sin conseguir ninguna respuesta. Decidí llamarla así, porque **el dolor de la situación causa en nosotros el pensamiento individual y esto nos lleva a sentirnos incomprendidos** y un poco frustrados por no entender lo que está pasando.

Entonces con todo el dolor y la incomprensión sembrados en el momento, **llegamos a la etapa de la desesperanza.** Ésta etapa es la más larga de todo el desahogo, pues ya no importa el porqué de la situación y tampoco importa quién te está viendo llorar, lo único que importa es el dolor de la derrota que se siente en el corazón por la situación. **Porque efectivamente, no importa cuánto intentes entenderlo ni mucho menos cuanto quieras cambiar el pasado para no llegar al punto, lo único que importa es desahogar el alma mediante los gritos de desaliento que tus cuerdas bucales pueden cantar y las lágrimas cristalinas que emanan de tus ojos y recorren tu rostro.**

**Entonces con la derrota abrazada se llega a la etapa del cansancio.** Ésta etapa es la más cercana a la victoria, pero también la que está a un paso de la desesperanza, dicho esto, quiero dar a entender que del cansancio se puede regresar a la etapa anterior si el corazón aún no está listo para la victoria de la última etapa. **Cansancio es algo que todos hemos sentido, pero en cuanto a la del corazón se refiere es uno muy pesado, pues te has cansado incluso de la desesperanza antes vivida** y se puede llegar a creer que después de éste no hay forma de levantarse y seguir, incluso el famoso “mal de corazón” que tu respiración cortada al inhalar pausadamente indica refleja dicho cansancio.

Pero entonces viene la última etapa, la etapa del amor. Cuando el corazón ha sufrido lo suficiente, se ha cansado de hacerlo y por ende se ha entregado a las manos de su creador. **El creador con su infinita misericordia premia al corazón herido con más amor que el que tiene, sellando con su preciosa sangre derramada en la cruz la herida que pudo haberle dejado la batalla.** Y así con calma y en silencio, la tormenta llega a su final dejando un corazón cicatrizado en el amor y con mayor preparación para la siguiente batalla.

Mientras escuchaba a la pequeña vivir las cinco etapas antes descritas, pude imaginarme a mí llorando mis batallas, pude imaginar a Jesús y María consolándome en cada una de ellas, incluso en la tercera etapa de la pequeña pude sentir el dolor de su dolor y pude entender lo difícil que es para Dios vernos sufrir, pero la certeza de que es

por nuestro bien lo alienta a dejarnos vivir el dolor, pues sabe que cuando lleguemos al punto del amor de las mismas, después del desahogo, el corazón estará fortalecido.

**Agradecí a Dios la luz que me había proporcionado respecto a éste método tan criticado, pero tan sanador de reparación de corazón** y pensé en lo difícil que seguro era para mi hermana la situación, su método para terminar la situación fue tomar una cajita de leche que había guardado para más tarde y regalársela al papá de la pequeña con mucho amor para ver si el llanto podría venir del ayuno de la niña, **efectivamente luego de recibir alimento, la pequeña llegó a la etapa del amor y su sufrimiento llegó a su fin.**