

CRUZANDO LOS VALLES OSCUROS

PREÁMBULO DE FE

¿Qué podemos decirle a una persona que está atravesando una crisis? Una enfermedad terminal, la muerte de un ser amado, problemas financieros, que fue víctima de la delincuencia, entre otras. Es muy difícil decir algo que aliena en momentos de dificultad y, algunas veces buscamos de alguna manera «justificar» la crisis o incluso a Dios: «Es una prueba», «Dios sabe porqué», «Es para que tu fe se fortalezca», «Fue la voluntad de Dios», por mencionar algunos ejemplos. Gracias a esas justificaciones hay quienes, durante la crisis, cuestionan a Dios, lo responsabilizan e incluso llegan a enojarse y distanciarse de Él. Sin embargo, debemos saber que las crisis son parte de nuestra vida. Como cristianos no estamos exentos de vivir situaciones límite, Dios no nos promete una vida sin problemas, nos promete que no los atravesaremos solos.

No es la voluntad de Dios que alguien enferme o sufra y Él se duele con nosotros y busca acercarse para fortalecernos, recordemos que la muerte y el dolor entraron desde el principio por el pecado pero ese no era el plan original de Dios. El pecado nos ha alejado de Dios desde el principio y ha traído dolor pero a través de Jesús Dios busca acercarse a nosotros y acompañarnos en cualquier situación. Aceptar las crisis como parte de la vida, lejos de atemorizarnos o resignarnos, debe hacernos depender más de Dios, buscar su compañía antes, durante y después de caminar por valles oscuros.



LECTURA DE PREPARACIÓN

Salmo 23:4; Isaías 41:10

SUMERGIÉNDONOS EN LA PALABRA

David en el Salmo 23:4 habla con plena convicción antes de que la crisis suceda: «aunque ande en valle de sombra de muerte» no dice: «aunque ando en valle de sombra de muerte», debemos recurrir a nuestra fe no en el momento de la crisis cuando es difícil cantar, orar y tener confianza. Nuestra fe debe ser alimentada antes de que el momento límite llegue. Las crisis son inevitables, entonces debemos estar conscientes de que en algún momento las viviremos y es ahí donde tendremos que aferrarnos a nuestra fe. Pero si ésta no tiene raíces profundas, podrá ser disminuida o apagada y dudaremos del acompañamiento de Dios y de la ayuda que nos promete. En Isaías 41:10 Dios nos promete llevarnos de su mano de victoria en victoria pero ésta no existe sin una lucha previa, debemos sumergirnos en su palabra para obtener la fuerza y fe que necesitaremos en momentos de angustia cuando la pelea llegue.

Hay hombres y mujeres en la Biblia que atravesaron valles oscuros y que nos han dejado ejemplos de fe pero también de debilidad y muestras de su humanidad. La historia de los hijos de Dios no acaba con la Biblia, corresponde

a nosotros seguir como ejemplo de fe cuando estemos aferrados a Dios, o a otros ser ejemplo cuando nuestra fe venga a menos. Como humanos y aún como cristianos podemos tener miedo o dudas, no nos sintamos culpables por eso, pero busquemos siempre la compañía de Dios, aunque dudemos que esté con nosotros, Él siempre está cerca.

APLICANDO LA PALABRA

Es cierto que todos hemos atravesado por momentos de crisis pero como hijos de Dios contamos con su compañía y la de nuestra familia espiritual. A veces nos toca recibir apoyo y en ocasiones darlo, Jesús es nuestro ejemplo y en los momentos difíciles, de nosotros o de los demás, debemos actuar como Él. Dejemos de lado el juicio hacia quienes sufren y prediquemos con nuestras acciones el amor que hemos recibido primero.

MANOS A LA OBRA

Escribe una crisis que hayas atravesado en tu vida y cómo podrías ayudar a quien esté viviendo lo mismo. Si lo deseas compártela con el grupo. Hagan una oración agradeciendo a Dios por su compañía en medio de los valles oscuros y pidan sabiduría para poder ser de bendición a quien esté pasando alguna dificultad.

DESAFÍO PARA VALIENTES

Piensa en algún joven de tu entorno: iglesia, escuela, comunidad, familia, etcétera, que pudiera estar atravesando alguna crisis; ora por él, pide sabiduría a Dios y después acércate buscando generar un ambiente de confianza. Seguramente no podrás ponerle fin a su crisis, pero podrás acompañarle, brindándole tu amistad o simplemente estar ahí en silencio. A veces eso es suficiente. Recuerda ser siempre las manos de Dios en la tierra.



MEDITACIÓN FINAL

Ningún valle oscuro es eterno y es una oportunidad para que Dios muestre su misericordia. Es un momento para aferrarnos a su consuelo y compañía y para llevar esta bendición a otros. «Estamos seguros, no porque nos aferramos fuertemente a Jesús, sino porque Él nos sostiene fuertemente a nosotros» (R.C Sproul).

EL CANTO DEL GALLO

PREÁMBULO DE FE

La culpa es una emoción que nos ayuda a adaptarnos a nuestro entorno, cuando hacemos algo que no debemos, ésta nos lleva a intentar repararlo de alguna manera. Cuando nos equivocamos podemos tener esta emoción por un tiempo indefinido y esto nos impide levantarnos. Pero suele suceder que adoptamos culpas por situaciones en las que no tenemos control: «si hubiera», «si no hubiera» son algunos pensamientos que pueden asaltarnos y robarnos la paz.

Es importante que sepamos que hay muchas situaciones incluso de nuestra propia vida que no están bajo nuestro control, hay dificultades que son parte de ella y que no podemos evitar, saber esto y aceptarlo nos ayudará a levantarnos después de una crisis. Si hemos tomado una mala decisión y ésta ha traído consecuencias dolorosas debemos usar la culpa de manera positiva: buscar reparar el daño y si no se puede, pedir perdón a quien debamos, y perdonarnos a nosotros mismos.



LECTURA DE PREPARACIÓN

Mateo 26: 69-75, Juan 21: 15-19, Salmo 51

SUMERGIÉNDONOS EN LA PALABRA

Pedro es un hombre apasionado, a lo largo de los evangelios vemos que tiene un carácter especial, y éste lo lleva a trabajar incansablemente para la obra de Dios pero también a cometer errores. Antes de negar a Jesús, su pasión lo llevó a asegurar que no lo haría, pero poco después el miedo lo paralizó y negó conocer a Jesús en tres ocasiones. El canto del gallo le recuerda a Pedro su fracaso, le recuerda que no ha podido cumplir una promesa, probablemente escuchó el canto del gallo en otras ocasiones después de la muerte de Jesús y le seguía recordando su traición.

La culpa lleva a Pedro a aislarse, cuando Jesús era azotado Pedro lo miraba de lejos. Después regresó a su antiguo oficio pues ya no se sentía digno de seguir predicando.

Hay un encuentro de miradas en Lucas 22:61. La mirada de Jesús no condena, pero Pedro siente la carga de la culpa en ese momento. En Juan 21:15-19 presenciamos una escena de reencuentro: Pedro está pescando junto con otros discípulos y Jesús llega a la orilla, les habla y al reconocerlo Pedro se pone su ropa y se arroja al mar, llega ante Jesús y éste lo está esperando con comida, Jesús no permite una disculpa o una explicación antes de comer. Terminando de comer Jesús podría haber tocado el tema de la traición, pudo haber reclamado o pedido una explicación pero sólo hace una pregunta: ¿Simón, me amas? Esta pregunta encierra dos cosas: llama a Pedro por su nombre antes de su misión y no es porque le esté quitando su ministerio sino para aligerar su carga, cuando un

pastor o un líder se equivoca pareciera que el error es más grave y puede sentirse más culpable que quien no tiene un ministerio. Jesús aligera su carga y no lo culpa, le hace ver que hay algo que pesa más que una equivocación: el amor. Pedro se había equivocado pero su amor por Jesús estaba intacto (...) El amor cubre multitud de pecados (1 Pedro 4:8-9) Pedro lo ha experimentado.

APLICANDO LA PALABRA

¿Cuál es nuestro «canto del gallo»? eso que nos recuerda una falla, una traición o un fracaso; quizás el nombre de alguna persona, algún aroma, una canción, un lugar, etcétera y ¿cuál es nuestra actitud cuando ese «canto» se presenta? ¿Cuánto tiempo llevamos cargando culpa de errores pasados o de algo que no estuvo en nuestro control? Algunos cristianos cuando fallan se alejan y hacen lo que Pedro: ver a Jesús de lejos, regresar a su vida antigua y culparse cada vez que el recuerdo los aqueja. Como iglesia somos llamados a acoger y buscar la restauración de todos. Si alguien cae debemos apoyarle, visitarle y orar por él. No nos corresponde señalarlo, enjuiciarlo o alejarlo de la comunidad de fe. El amor debe estar sobre cualquier falta, prediquemos el amor no sólo con palabras, no sólo leyendo sobre él una y otra vez en los templos, vayamos a los que miran de lejos y recordémosles que nosotros podemos fallar pero Jesús no, y nos espera «en la orilla del mar» para comer juntos con una sola pregunta: ¿me amas?

MANOS A LA OBRA

Piensa en aquellos jóvenes y hermanos que se han alejado, planea alguna actividad para acercarte a ellos e invitarlos a congregarse nuevamente.

DESAFÍO PARA VALIENTES

Identifica si tienes algún «canto del gallo» que te haga sentir culpa, oren unos por otros en parejas poniendo en manos de Dios todas sus cargas y culpas, y pidan a Dios dirección para poder acercarse a aquellos que se han alejado.



MEDITACIÓN FINAL

Este es uno de mis cantos favoritos porque me recuerda que aunque me equivoque, Jesús está esperándome, mirándome como miró a Pedro después de su traición, con amor y misericordia: «A pesar de mi infidelidad Tú eres fiel, a pesar de mi frialdad Tú eres tierno, a pesar de mi lejanía Tú te acercas a mí para amarme, oh dulce Jesús. Cuánto daría por amarte como me amas a mí, tu amor me quebranta al ver que eres así, cuánto daría por amarte como me amas a mí» .

PARA VENCER LA SOLEDAD

PREÁMBULO DE FE

Hace algunos años, cuentan los abuelos, los padres y algunos de nosotros ochenteros y noventeros que tuvimos esa infancia, que niñas y niños salían a jugar al campo, a las calles, salía de las escuelas y lo que buscaban eran los juegos entre compañeros, entre amigos, tomaban el sol mientras echaban cascaritas, mientras jugaban canicas, mientras saltaban la cuerda o jugaban encantados.

Ahora, niñas y niños crecen aislados de su entorno, desconectados físicamente y, conectados de manera digital, y no es culpa de ellos, somos la generación que los está criando, somos su ejemplo a seguir, pero ahora nosotros también pasamos el 90% de nuestro dentro de cuatro paredes. Pasamos el tiempo en una oficina, en una escuela, corriendo en una caminadora, haciendo maratones... de series en Netflix.

Pasar la mayor parte de nuestro tiempo en espacios cerrados nos provoca una deficiencia de vitamina D¹, o bien, de luz natural en nuestro cuerpo, que ninguna luz artificial puede reemplazar. ¿Qué significa esto? Que acarreamos problemas físicos y emocionales. Actualmente, más del 30% de la población mundial padece del Trastorno Afectivo Emocional² (SAD, por sus siglas en inglés), en diferentes niveles, tendencia que continúa incrementando. Por supuesto, que esos no son los únicos desordenes que esto provoca, también se ve reflejado a través del cansancio, fatiga y nos hace vulnerables ante las enfermedades³, problemas de concentración, alteración de nuestro reloj biológico, y por supuesto depresión⁴.

La depresión es un problema mental muy fuerte, y multifactorial, uno de esos factores es que nos atamos a cosas materiales, pasajeras, por ejemplo, Facundo Cabral narra en alguna de sus canciones que cuando era pequeño su hermano se quejaba, después de siete años a la deriva de pueblo en pueblo, diciéndole a su madre «todos tienen casa, menos nosotros», a lo que se madre le respondió «ellos son pobres porque solo tienen una casa, nosotros somos ricos porque el Señor nos dio un mundo por caminar. Sigue andando».

Nos estamos aislando. Nos estamos enfermando, pensando que nos estamos realizando, que alcanzamos ese falso éxito, ambicionando cada día más y perdiendo nuestro camino por querer volar. A veces necesitamos recordarnos a nosotros mismos que Jesús nos envió a este mundo a ser la sal y ser luz, no permitamos hacernos esclavos de aquello que has conquistado, no dejemos que nos falte la luz dentro de nuestro propio cuerpo, salgamos, salgamos por Jesús, permítele a Dios mover tus pies y sacarte de donde estés cautivo y sigue andando.



LECTURA DE PREPARACIÓN

Salmos 68:5-6; Eclesiastés 4:9-10; Génesis 2:18.

¹ NHS UK (2015) - How to get vitamin D from sunlight

² The Independent (2014) - Seasonal Affective Disorder: 1 in 3 people suffer from SAD

³ VELUX A/S (2018) - Circadian House: Principles and guidelines for Healthy Homes

⁴ VELUX A/S (2014) - Daylight & Architecture Magazine 22: Sleep, Work, Live

SUMERGIÉNDONOS EN LA PALABRA

Desde el principio, Dios diseñó al ser humano para vivir en comunidad (Génesis 2:18), es por ello que nuestra comunión dentro de la Iglesia es parte esencial de nuestro crecimiento como cristianos, es decir fuimos creados para vivir en comunidad. La palabra hebrea utilizada para definir comunidad es *kehilá* y se refiere a una congregación particular dentro de una comunidad global, esto es, un grupo de personas que tienen los mismos intereses y que pueden encontrar entre ellas un refugio, un lugar donde nos podemos sentir protegidos o resguardados, o bien, una representación de la colectividad.

Sin embargo, a lo largo de la historia, hemos encontrado también comunidades quebrantadas, aquellas en la que solo unos miembros son favorecidos, lo cual es común encontrar en representaciones de dioses que favorecen a aquellos que consideran privilegiados o poderosos. Zeus, el dios más importante de la mitología griega, tenía por misión el equilibrio del mundo, pero esto se lograría manteniendo los privilegios de los otros dioses; los dioses egipcios favorecían el esquema social en el que los faraones tenían poder absoluto sobre el pueblo, los dioses nórdicos favorecen a los más fuertes y hábiles en batalla, los dioses romanos permitían el infanticidio para preservar a aquellos que son capaces de sobrevivir, y así en cada una de las grandes culturas. Por tanto, una persona que no es lo suficientemente fuerte para esos dioses, o sociedades, no merecía vivir, era aislada del resto.

Consciente de esta situación, el salmista nos recuerda que nuestro Dios es padre de huérfanos y defensor de viudas, quien logra que los desamparados habiten en familia (Salmo 68:5-6),

el plan de para las personas se centra en la creación de una gran comunidad, en la que al compartir los mismos intereses podamos cuidarnos los unos a los otros, encontrarnos en la diversidad, y mantenernos unidos en la comunidad.

Claro está que, para poder forjar estas relaciones de una comunidad sólida, somos los creyentes los responsables de crear las relaciones, y mantenerlas, somos responsables de nuestras acciones, y eso incluye no causar la soledad de algunas personas que se encuentran heridas o en situación de crisis. Es ahora cuando tenemos que dejar de lado el egoísmo, los intereses personales y los prejuicios, para convertirnos en una congregación que restaura.

Hagámoslo paso a paso, tomemos siempre en cuenta que Jesús conoció en carne propia el aislamiento de una sociedad que lo rechazó, y no hagamos lo mismo con nuestros semejantes. Comencemos por ser verdaderos hermanos de aquellas personas que integran nuestra congregación, integremos a aquellas personas que comienzan a reunirse con nosotros. Busquemos estar para levantarnos entre nosotros, si puedes extender la mano al prójimo hazlo, si necesitas ayuda, es momento de confiar en nuestros hermanos (Eclesiastés 4:9-10).

Si queremos ser una iglesia que restaura, tenemos que sanar cada una de nuestras debilidades, trabajemos como familia para resolverlas, mantengámonos firmes y seamos una digna representación de nuestra propia colectividad en este mundo caótico.

APLICANDO LA PALABRA

Si bien la soledad sucede por múltiples factores, uno de ellos es nuestra constante búsqueda del

éxito, un éxito mundano que se basa en quién llegará primero a la cima, llámese dinero o fama, cosas efímeras que desaparecen en un abrir y cerrar de ojos, pero que nos mantienen en un estado de constante vértigo.

«Aquel que quiere permanentemente llegar más alto tiene que contar con que algún día le invadirá el vértigo. ¿Qué es el vértigo? ¿El miedo a la caída? Pero ¿Por qué también tenemos vértigo en un mirador provisto de una vaya segura? El vértigo es algo diferente del miedo a la caída, el vértigo significa que la profundidad que se abre ante nosotros nos trae, nos seduce, despierta en nosotros el deseo de caer, del cual nos defendemos espantados» (Kundera, 2010, p.65).

Esa seducción por la caída, provocada por los placeres que nos ofrece la vida terrenal, es un deseo insuperable de caer, un vértigo permanente. Si no logramos el tan afamado éxito nos dejamos llevar a la caída, y en ese proceso nos encontramos solos, porque así lo decidimos -aunque no en toda ocasión de manera consciente-.

Cuando alguien se cae, está diciendo levántame, voltéame a ver, ayúdame y, es aquí donde podemos recordar lo que leímos en Eclesiastés, si uno cae, el otro estará ahí para levantarlo. Asegurémonos de establecer relaciones fuertes, en las que nos levanten pacientemente cada vez que tropecemos y, por supuesto, seamos una mano de confianza para aquellos que necesitan ayuda.

MANOS A LA OBRA

Recordemos que para ser verdaderos hermanos es importante compartir intereses comunes, encontremos algunos otros que no creeríamos encontrar en los que nos rodea.

Dinámica: Sueños

Material: Globos

Desarrollo:

- Se sientan en círculo lo más cerca que puedan;
- Cada participante escoge su mayor sueño;
- Estiren el globo y comience a materializar el globo (qué color es, cómo es, texturas...);
- Imaginen que depositan el sueño en el globo, que cada vez que soplas e inflas el globo es un paso más para lograr tu sueño;
- Las personas comienzan a compartir cuál es el sueño;
- Lancen su globo lo más alto que puedan, imaginen que ese es un paso más para lograrlo, entre más alto más cerca están. Si algún globo se sale del círculo otra persona deberá explotarlo, así que tengan cuidado de no salirse del círculo.

DESAFÍO PARA VALIENTES

Cuida de un hermano de tu congregación, preocúpate por algo que esté ocurriendo, puedes hablar con los hermanos más grandes y tratar de ayudarles tanto como puedas.



MEDITACIÓN FINAL

Echa sobre Jehová tu carga, y él te sustentará; no dejará para siempre caído al justo (Salmo 55:22).