



**LA RELACIÓN PERSONAL CON DIOS
AYUDA A SUPERAR LAS PÉRDIDAS**

TESINA

PARA OBTENER EL DIPLOMADO EN:

TANATOLOGÍA

PRESENTA:

FRANCISCO JOSÉ OROPEZA HERNÁNDEZ

ASESOR

DRA. MARÍA TERESA GARZÓN RINCÓN GALLARDO

MÉXICO D. F. NOVIEMBRE 2010



Asociación Mexicana de Educación Continua y a Distancia A. C.

DEDICATORIAS

Expreso mi más profundo agradecimiento:

A mi Señor Jesucristo quien me salvó y me dio la oportunidad de servirle a través de mi prójimo y por darme todo lo que poseo.

A mi esposa, Bety por ser la mano de Dios en la tierra para ayudarme, por ser esa "Ayuda Idónea", que me brinda apoyo incondicional y aliento en los momentos que me faltaban las fuerzas.

A mis hijos:

Itza, por su fortaleza, su corazón compasivo y su tesón que me contagian y me desafían a seguir adelante.

A Paco, por su deseo de servir, por su creatividad y sensibilidad inagotable, por sus verdades, con las que me impulsa para mejorar en mi persona.

A David, por su ejemplo de perseverancia, su voluntad indomable, su visión clara y penetrante de las cosas que me contagia a luchar.

A la Iglesia Cristiana Bautista Eliacim, por darme la oportunidad de servirles, por ser un instrumento de Dios para forjar mi carácter y por darme la oportunidad de prepararme.

A mi asesora, Tere por su corazón ayudador, por su deseo de la verdad y rectitud, por su ayuda y exigencias que son una inspiración para realizar un trabajo de calidad.

ÍNDICE

Justificación.	4
Objetivos.	4
Alcance.	4
Introducción.	5
Estudio de casos:	8
a. Alicia A.	8
b. Silvia Z.	9
I. Cómo tener una Relación Personal con Dios.	10
a. Condición 1: El arrepentimiento.	11
b. Condición 2: Fe.	12
II. Principio de Aceptación.	14
a. Definición de amargura.	14
b. Definición de Aceptación.	15
c. Pasos para lograr la aceptación:	15
i. El problema del apego.	15
ii. Agradecer la pérdida.	16
iii. La pérdida es un instrumento de Dios.	17
iv. La pérdida tiene propósitos.	18
v. Responsabilidad personal y reconciliación con Dios.	21
vi. La pérdida cambia la vida.	23
vii. Utilizar el dolor para ayudar a otros.	26
Conclusión.	29
Bibliografía.	30

JUSTIFICACIÓN

“Ha sido fácil observar hoy en día, que muchas personas han perdido la fe, o tienen una fe pobre o endeble. Una gran parte de ellas viven una religiosidad sin espiritualidad y pocas tienen una espiritualidad que se traduzca en vida diaria y más aún en acción.

La espiritualidad de la persona casi se ha extinguido, la religión si la hay, pero no se practica. El estilo de vida es esencialmente ateo.

Por otra parte, cuando a las personas les toca vivir alguna pérdida, la enfermedad y la muerte en ellas mismas o en sus seres queridos, su actitud se manifiesta por medio de pensamientos y sentimientos negativos en los que creen que lo que sucede es un castigo de Dios por sus pecados, por sus malas acciones. Las personas se alejan día con día de sus raíces religiosas y espirituales y se derrumban emocionalmente ante el no poder superar sus pérdidas.” (Moheno, pp. 3, 4)

Al estudiar el diplomado me parece que un factor sumamente importante es la espiritualidad fundamentada en una relación personal con Dios y la aplicación fiel a sus preceptos para que sea una forma de vida que transforme la manera de enfrentar el sufrimiento y el dolor que provocan las pérdidas.

Se pueden observar algunos casos donde la forma de enfrentar las pérdidas significativas es completamente opuesto al panorama desolador antes mencionado. Estas personas aun cuando sí sufren y se duelen por sus pérdidas, rápidamente procesan sus duelos y llegan a una aceptación y reorganización de su vida.

Eso lo logran al tener una relación personal con Dios, no solo una mera religión, sino, un contacto estrecho y personal con un Dios vivo, real, poderoso y amoroso que está con ellos y que les guía con principios sabios y prácticos en este proceso y les ayuda a encontrar sentido a su pérdida.

OBJETIVOS

1. Clarificar cómo tener una relación personal con Dios que ayude a tener una espiritualidad genuina que moldeé la forma de vida de la persona.
2. Conocer los principios bíblicos y cómo aplicarlos para encontrar sentido y superar las pérdidas de las personas.

ALCANCE

Con este trabajo pretendo compartir las enseñanzas obtenidas de la Escritura y cómo aplicarlas en la vida diaria para que las personas que lean este trabajo puedan tener una relación personal con Dios y que al aplicar y someterse a los sabios principios de Dios, puedan superar sus pérdidas de tal forma que encuentren un nuevo significado a su vida.

INTRODUCCIÓN

Hay un cuadro en el museo de Stedelijk en Amsterdam titulado “El Hombre”. Se trata de un lienzo muy grande y está pintado con trazos infantiles. La alta figura, semejante a un palo y acabada en un enorme cabeza cuadrada, está pintada con colores oscuros que comunican una sensación de frialdad y dureza. La nariz corva y los prominentes brazos hacen sentir como si se estuviera ante la presencia de un monstruo.

El guía de museo dice que el título original de este cuadro obra de Karel Appel era “Mi Padre”. ¿Qué clase de relación tuvo Appel con su padre?

La mayor parte de las personas no conocen a Dios como un Padre amoroso. No piensan en Él como alguien a quien amar y en quien confiar; alguien digno de fidelidad y entrega absoluta.

Muchas personas anhelan conocer a Dios personalmente, pero se lo imaginan como un ser remoto e impersonal que no puede ser conocido. Otros se aferran a la ida equivocada de Él sentado en el cielo, vestido con una túnica y buscando la oportunidad de castigar al que cometa el mínimo error.

Esta es la visión que se tiene de Dios, pero en realidad Él no es así. Es un Padre amoroso que continuamente está buscando al hombre para abrazarlo y cubrirlo de su amor, le brinda instrucciones sabias que, si las sigue, evitará el sufrimiento, busca restaurar al que ha caído; sanar al herido, como dice Lucas en su Evangelio *“El Espíritu de Dios está sobre mí, porque me ha elegido para dar buenas noticias a los pobres. Dios me ha enviado a anunciar libertad a los prisioneros, a devolver la vista a los ciegos, a rescatar a los que son maltratados y a decir: “¡Este es el tiempo, que Dios eligió para dar salvación!”* (Lucas 4:18, 19).

Lamentablemente el ser humano se ha alejado de Dios, esto le impide ver y recibir las bendiciones que Él tiene para la humanidad. El hombre tiene que enfrentar solo sus problemas, necesidades, pérdidas, dolores y sufrimientos. No hace uso del recurso poderoso de esa relación personal que puede tener con su Creador.

El dolor que vive el hombre al enfrentar pérdidas significativas puede abatirlo y dejarlo sumido en una depresión y le cambiará la vida de forma negativa. ¿Habrá alguna forma de cambiar eso?

El dolor se puede convertir en sufrimiento y éste puede desarticular por completo una vida y sumirla en un abatimiento y desesperanza que difícilmente se supera.

Hay un soneto de José Luis Martín Descalzo que expresa como vivir un dolor sin caer en el sufrimiento y desesperanza:

Nunca podrás dolor, acorralarme.
Podrás alzar mis ojos hacia el llanto,
Secar mi lengua, amordazar mi canto,
Sajar mi corazón y desguazarme
Podrás entre tus rejas encerrarme,
Destruir los castillos que levanto,
Ungir todas mis horas de espanto.
Pero nunca podrás acobardarme.
Puedo amar en el potro la tortura.
Puedo reír cosido por tus lanzas.
Puedo ver en la oscura noche oscura.
Llego, dolor, a donde tu no me alcanzas.
Yo decido mi sangre y su espesura.
Yo soy el dueño de mis esperanzas

¿Cómo logró Martín Descalzo tener tal osadía de confrontar al sufrimiento de esa manera? Comprender que por más fuerte que sea el dolor, jamás podrá quebrantar un alma fortalecida con la relación estrecha con Su creador. La fuerza interna de un espíritu inquebrantable.

Se plantearán, para empezar 2 preguntas que serán respondidas con este trabajo.

Las dos preguntas son:

- a) ¿Por qué el tener una relación personal con Dios puede cambiar la forma de enfrentar el sufrimiento?
- b) ¿Seguir los principios bíblicos puede ayudar a enfrentar el sufrimiento de forma diferente?

Se presentarán estudios de casos representativos, aun cuando no se pretende generalizar, se usarán para ilustrar las dos posibilidades de enfrentar las pérdidas. Uno sin espiritualidad y el otro con una espiritualidad fuerte y fundamentada. (Los nombres y las circunstancias se han cambiado por solicitud de las familias)

Aún cuando el ser humano es un ser espiritual, muchas veces apaga su espiritualidad al enfrascarse con los quehaceres diarios, en un afán por conseguir prestigio y cosas materiales, al quedarse sumido en el odio y resentimiento, o dar lugar a las pasiones más bajas de las que el hombre puede ser capaz. Otros, intentan buscar a Dios en una religión. Solo tener una relación nominal e institucional, pero sin un contacto cercano. La religión, ata cuando no hay una espiritualidad, cuando no existe una relación cercana, amistosa y paternal con Dios.

Para hablar de espiritualidad hay que definirla primero. Espiritualidad es gozar de una relación personal con Dios. *“Dios es espíritu”*, cita la Escritura, y continúa *“y los que le adoran, en espíritu y en verdad es necesario que le adoren.”* (Juan 4:24). Hay que acercarse a Dios para tener una relación personal con Él de Espíritu a espíritu.

Es importante encontrarse con Dios, ese Ser Supremo que rige todo el universo, que controla todas las leyes físicas del universo y que rige la vida de cada ser sobre la tierra. Este Dios Todopoderoso tiene un control perfecto en la vida de cada ser humano por ser éste la corona de su creación. El propósito de Dios está expresado en estos dos pasajes de la Escritura. *“Ahora, pues, si diereis oído a mi voz, y guardareis mi pacto, vosotros seréis mi especial tesoro sobre todos los pueblos; porque mía es toda la tierra.”*(Éxodo 19:5). *“...Yo he venido para que tengan vida, y para que la tengan en abundancia.”* (Juan 10:10)

El plan de Dios no es la muerte ni el sufrimiento, estos vienen como consecuencia de la desobediencia del hombre, de la libre decisión, al aplicar el libre albedrío, con el cuál fue creado el hombre. Voluntariamente decide desobedecer sus normas y no aplicar los principios de vida establecidos por Él en su sabia e inescrutable inteligencia y cae en pecado que los separa de su bendición, es por eso que necesita regresar a sus caminos para poder contar con su bendición y protección, además necesita doblegar su voluntad a la de Él, sabiendo que Él espera lo mejor para el hombre y al hacerlo y elegir sus caminos, tendrá éxito, paz y fortaleza en las pruebas. El aceptar los principios de Dios, no implica que los problemas se acaben, pero si se tiene una nueva forma de ver y enfrentar la vida

Los principios de la Biblia son universales, esto quiere decir que abarcan a todas las criaturas morales del mundo (los hombres), sin importar su credo, cultura o condición social; no son opcionales, el quebranto de estos principios traerá consecuencias negativas, tristeza y dolor, que no son un castigo divino, sino, el resultado de la acción de un principio de causa y efecto. Es decir, las consecuencias negativas resultan por no hacer las cosas de forma correcta. Es como cuando un niño recibe una descarga eléctrica por desobedecer a sus padres e introducir un alambre al contacto eléctrico. La descarga fue por desobedecer la instrucción, no fue el castigo de sus padres. Así estos principios son leyes espirituales de causa-efecto que siempre se aplican en la vida del ser humano. La aplicación resulta siempre en un beneficio para la persona que los pone en práctica.

ESTUDIO DE CASOS

CASO 1 “Alicia A.”

Mujer de 45 años enfrenta la muerte inesperada de su hijo al tener un accidente en patineta. Durante este acontecimiento Alicia, enfrenta la noticia con la negación de no creer o no querer aceptar la pérdida de su hijo. Junto con la negación aparece la culpa y el enojo. Ese día en especial, ella había discutido con su hijo porque no le gustaba que anduviera en patineta. Se siente culpable por no haber sido tan fuerte para evitar que su hijo sacara la patineta, se siente culpable por haberle permitido comprarse la patineta, se siente enojada con Dios por no haber cuidado a su hijo. Enfrenta también un profundo dolor por la forma tan terrible del accidente ya que el muchacho quedó destrozado al descender por una prolongada cuesta con una avenida muy transitada al final y por no traer un equipo adecuado de protección. Alicia refiere que sintió que la vida se le iba y que ya no podría seguir viviendo sin su hijo (a pesar de tener otra hija que incluso estaba embarazada y que por motivo de la impresión recibida, se adelanta su alumbramiento). Alicia refiere que su vida ha terminado y se sume en una tremenda depresión que dura 9 años, donde no deja de vestir de negro, no se arregla para el trabajo (no usa maquillaje ni se pinta el cabello), vive triste y siempre se ve su rostro sombrío. La llegada de su nieto no es un motivo suficiente para alegrar su vida. Incluso refiere que su nieto es idéntico a su hijo que murió y empieza a ver actitudes, gestos y formas de ser en su nieto que le recuerdan a su hijo fallecido. Refiere además que puede ver a su hijo y escuchar hasta cuando practicaba en su patio con la patineta. Teniendo a sus dos nietos, el mayor de ellos (nacido dos años antes del accidente) y ahora ya siendo un adolescente, le pide a sus padres que le compren una patineta, a lo cual Alicia, se opone rotundamente y genera un gran pleito en la familia.

CASO 2 “Silvia Z”

Al igual que Alicia, Silvia enfrenta la muerte inesperada de su hijo que muere lejos del estado donde radica su madre. El hijo de Silvia se casa siendo aun muy joven y se aleja de los principios enseñados por su madre y junto con su esposa se encuentra en malos pasos. El decide irse a trabajar a Guerrero, porque dice que allá hay mucho trabajo, se instala y mantiene contacto con su madre. Días después este contacto se pierde y pasa una semana sin tener noticias de su hijo. Ella se encuentra alterada porque dice que presiente que algo malo le ha ocurrido. Se dispone a viajar, pide permiso y comienza los preparativos del viaje. En eso recibe la llamada del SEMEFO de Guerrero que le pide que vaya a identificar un cadáver, acelera su viaje y de inmediato parte a ese lugar. Llega al SEMEFO y reconoce a su hijo, se le informa que fue encontrado torturado y en la cajuela de un auto abandonado y que posiblemente sea un ajuste de cuentas de grupos delictivos. Durante este proceso Silvia solicita ayuda a su Iglesia y a su Pastor para que oren por su hijo que no aparece, al recibir la noticia del Forense vuelve a solicitar apoyo a su comunidad y durante el viaje se comunica frecuentemente con su Pastor. Hace los trámites y regresa con los restos incinerados de su hijo y llega a México, donde ya se tiene preparado todo para realizar un servicio fúnebre en su Iglesia. Durante este proceso Silvia enfrenta valerosamente todo este acontecimiento y dos días después cae en una fuerte depresión. Recibe ayuda personalizada de su Pastor y de un amigo terapeuta de la Iglesia y juntos le dan contención, se da la oportunidad de expresar todo lo que siente, se ora con ella y por ella y se le acompaña durante 3 meses de forma continua 2 veces por semana, Se ven los principios de Dios para esta situación y se trabaja para que encuentre sentido a la pérdida de su hijo. Durante este proceso Silvia enfrenta dos problemas más, la pérdida de su trabajo, del cual es sustituida durante este proceso ya que ella trabajaba por su cuenta, debido a eso implementa un trabajo provisional. En este tiempo Silvia cae en una fuerte enfermedad respiratoria y

es internada. En el hospital, en terapia intensiva, se debate entre la vida y la muerte, los médicos del hospital refieren que Silvia no quiere seguir viviendo. La familia solicita apoyo a la Iglesia, la cual comienza a orar por ella y se le visita. Se habla con ella y se confronta con la situación y se le lleva a reconocer que su hijo ha partido, que su trabajo terminó y que aun su salud también está en las manos de Dios, ella se derrota a si misma ante Dios y logra comprender que puede y debe seguir viviendo y esta dispuesta a aceptar las cosas que ocurran y a encontrar un sentido a todas sus pérdidas, agradece a Dios por sus pérdidas, le pide fortaleza y sabiduría. Empieza a aceptar el tratamiento y recupera su salud después de 3 meses de internamiento. Ahora Silvia, vive sola en un departamento, tiene un trabajo y está haciendo planes para iniciar un negocio. Recibió una indemnización de un seguro que le cubría incapacidad y apoya a su nuera viuda con sus dos hijos, los nietos de Silvia, los ve una vez por semana, y además ahora Silvia comparte con otros enfermos y personas que enfrentan pérdidas y les comparte su experiencia. Fue invitada a un Congreso de Tanatología para compartir su testimonio y ahora su vida tiene un nuevo sentido. Su hijo hace seis meses cumplió un año de muerto.

I. RELACIÓN PERSONAL CON DIOS

¿Qué es lo que hace el cambio entre ambos casos? ¿Qué factores hacen la diferencia? ¿Por qué un duelo agravado se pudo superar más fácilmente y rápido que el otro duelo?

De acuerdo a la experiencia en estos casos, sin pretender generalizar, se puede observar una diferencia significativa. Aunque influyen factores como la personalidad del individuo.

De acuerdo a la opinión personal del autor y en base a los principios bíblicos y las experiencias de millones de creyentes en Cristo a través de la historia se puede encontrar que la diferencia radica en la espiritualidad. En esos momentos tan difíciles cuando el dinero, estudios, posición social no son suficientes para enfrentar la pérdida, solo la fortaleza interior, la espiritualidad real, la relación personal y estrecha con el Creador, es lo que puede ayudar a las personas a enfrentar sus pérdidas de forma adecuada y procesar sus duelos de tal forma que se llegue a la aceptación y se supere el dolor.

“No hay un paciente en fase terminal, no hay familiares de moribundos, que no busquen la paz y el consuelo en lo profundo de su espiritualidad. No hay persona que se esté enfrentando ya a su muerte inminente que no busque a Dios, a su Dios personal, a su Dios verdadero.” (Reyes Zubiría, 1997, p. 184).

Es importante ver que esta espiritualidad, esta cercanía con el Creador es lo que hace falta para ser fortalecidos en el trago amargo.

Cabe entonces hacer una pregunta ¿cómo se puede tener una relación personal y estrecha con Dios?

Hay que partir del principio, cuando Dios creando al hombre a su imagen y semejanza lo pone en el huerto del Edén y el hombre haciendo uso de su capacidad irrenunciable de decidir, decide desobedecer a Dios.

“La prueba del hombre era absolutamente esencia para la expresión y ejercicio completo de su libertad intelectual y moral” (Bancroft pp. 287). Este acto provoca la separación del hombre con su creador, la muerte espiritual entre Dios y el hombre, *“porque la paga del pecado es muerte...”* (Romanos 6:23)

Cuando el hombre decide voluntariamente desobedecer a Dios, ya no está dispuesto a hacer las cosas de acuerdo al Plan de Dios. Decide hacerlo a “su manera” y hace a un lado la manera de Dios. Esto es a lo que la Biblia llama pecado.

El pecado separa al hombre de Dios y por lo tanto no puede relacionarse libremente con él porque hay un abismo entre Dios y el hombre que se llama pecado.

No solamente hay esta separación, sino que junto con la muerte espiritual el hombre tiene que enfrentar el dolor, la enfermedad y la muerte física. Las consecuencias de este pecado afectan a toda la raza humana.

“Desde el momento en que la jefatura federal de la raza estaba conferida a Adán, su acción era representativa. Por lo tanto, el pecado fue tanto racial como individual. En consecuencia, hubo resultados que afectaron a toda la especie humana como fruto del pecado de Adán” (Bancroft pp. 293).

El hombre en su condición de pecador, no puede salvarse por méritos propios, *“si las obras por sí mismas son insuficientes y si los sufrimientos por sí mismos también lo son, no se necesita argumento para demostrar que las obras y los sufrimientos, combinados, también son insuficientes. Se sigue que los obstáculos morales que hay en el camino de la salvación del hombre, no pueden removerse por el hombre. Está bajo la condenación de la ley, y así permanecerá siempre, si no hay para él más libramiento que el propio”* (Pendleton pp. 177)

Es por esta condición de condenación que el hombre no puede hacer nada para ayudarse a sí mismo. Necesita la indispensable intervención de Dios. Dios mismo tiene que buscar al hombre, *“porque el hijo del hombre vino a buscar y a salvar lo que se había perdido.”*(Lucas 19:10). Dios envía a su Hijo Jesucristo como el medio para que el hombre sea salvo. Si la consecuencia del pecado es morir, Jesús decide morir expiatoriamente por la raza humana. Así como por un hombre entró el pecado, por un hombre (Jesús) entró la salvación. *“Porque así como en Adán todos mueren, también en Cristo todos serán vivificados.”* (1 Corintios 15:22)

La Biblia establece los requisitos para acceder a la salvación: *“Testificando a judíos y a gentiles acerca del arrepentimiento para con Dios, y de la fe en nuestro Señor Jesucristo.”* (Hechos 20:21).

El arrepentimiento

Es un acto del alma donde intervienen los tres elementos que la componen. Interviene un factor intelectual al reconocer que se está mal, que se es pecador y que no puede hacer nada para solucionarlo. Interviene un factor emocional, es decir, hay el dolor por las cosas que se han hecho, por esos actos aberrantes y de mal juicio que se han cometido, es reconocer el fracaso ante Dios y sentir la frustración y el dolor de haber fallado. Y el tercer factor que interviene es el volitivo. Es el deseo de cambiar, el genuino arrepentimiento involucra el compromiso de no volver a hacer lo malo.

Este es un verdadero punto de transición, si se permanece solo hasta este punto, se llegará a una condición de impotencia, porque ningún ser humano puede cambiar por si mismo. Si pudiera cambiar, no sería necesario Jesucristo y su muerte sería en vano. El hombre no puede cambiar por si mismo, porque el ser humano es esclavo del pecado, *“Jesús les respondió: de cierto, de cierto os digo, que todo aquel que hace pecado, esclavo es del pecado.”* (Juan 8:34)

Tampoco puede perdonarse a si mismo, ningún ser humano puede perdonar pecados, *“y en ningún otro hay salvación; porque no hay otro nombre bajo el cielo, dado a los hombres, en que podamos ser salvos.”*(Hechos 4:12). Porque no hay ningún ser humano que viva sin pecado *“como está escrito: no hay justo, ni aun uno...”* (Romanos 3:10)

La Fe

Debido a que no hay nadie que pueda cambiar su vida, es necesario este segundo requisito. El apóstol Juan establece dos dimensiones de fe, *“mas a todos los que le recibieron, a los que creen en su nombre, les dio potestad de ser hechos hijos de Dios.”* (Juan 1:12).

La primera dimensión, es creer como un acto intelectual de aceptar algo como un hecho. Es decir, aceptar que Cristo nació, vivió, murió y resucitó. La mayoría de las personas tienen este grado de fe mental, pero esta fe es insuficiente para salvar, solo abre el camino que lleva al perdón de los pecados.

La segunda dimensión de fe es creer con el corazón. Juan dice “recibir” lo que implica un abandono a Su voluntad, es invitar a Jesús a que entre en la vida para que él tome el control, para que perdone y para que cambie la naturaleza pecaminosa y dar una nueva naturaleza con la que pueda vivir esta nueva espiritualidad. Es permitir que Jesús tome el control y que lleve la vida del creyente a una nueva dimensión, a una nueva relación personal con Dios.

Cuando una persona acepta a Cristo tres cosas ocurren para transformar por completo al ser humano.

Primero, hay una regeneración, *“Respondió Jesús y le dijo: de cierto, de cierto te digo, que el que no naciere de nuevo, no puede ver el reino de Dios.”* (Juan 3:3). Es decir, hay un nuevo nacimiento espiritual donde cambia la naturaleza del hombre, en vez de estar caído y esclavizado al pecado ahora es libre. Una nueva esperanza de vivir la vida. Tener la capacidad para afrontar la vida desde un punto de vista diferente. Da la fuerza para vivir, para vencer las tentaciones, da un nuevo deseo de vivir para agradar a Dios.

En segundo lugar, hay una justificación. Esto significa que Jesús presenta al creyente como justo ante el Padre. El hombre como pecador, ahora es cubierto con la justicia de Cristo ante Dios. La pureza de Jesús cubre al creyente. Además es una nueva oportunidad porque los pecados pasados son perdonados, los pecados presentes también son perdonados y se tiene la esperanza que los pecados futuros serán perdonados.

Y por último, se inicia la santificación, donde el Espíritu de Dios comienza a cambiar el interior del hombre y lo lleva a una nueva estatura espiritual. Transforma al hombre a la imagen de Cristo. Este proceso, transforma la conducta, la sustancia y logra que la persona desarrolle el carácter de Cristo en su vida.

Para poder gozar con la ayuda de Dios primero se tiene que reestablecer la relación con Dios. Cuando se dan los dos pasos anteriores se nace de nuevo. Ahora se está preparado para ocupar la ayuda de Dios.

El Principio de aceptación que se mencionará a continuación, funciona en cualquier persona, pero, tendrán mayor éxito si primero se restablece la comunión con Dios. Esto se debe porque se cuenta con la ayuda sobrenatural de Dios ya que interviene en todos los aspectos de la vida. La persona se encarga de lo posible y Dios se encarga de lo imposible. Al creyente le corresponde ocuparse en aplicar el principio.

Estos puntos que a continuación se presentan, son los pasos que se emplearon para trabajar con Silvia y también se aplicaron con Alicia para ayudarles a superar sus duelos.

II. EL PRINCIPIO DE ACEPTACIÓN

Cuando se tienen pérdidas, se produce el dolor, pero también se genera un sufrimiento que es realmente lo que afecta profundamente a las personas y las lleva a un estado de desolación y no aceptación y pueden quedarse viviendo en el sufrimiento sin llegar a superar y aceptar su pérdida. Cuando una persona enfrenta una pérdida, inevitablemente va a sufrir, pero cuando no hay un correcto entendimiento de esta pérdida, se corre el riesgo de que la persona se llene de amargura y viva un duelo prolongado, que al no ser procesado y superado, genera grandes males.

La falta de entendimiento del sufrimiento producirá amargura en lugar de aceptación.

La definición y consecuencias de la amargura.

La amargura es un resentimiento arraigado, lo cual en realidad es odio hacia otra persona o situación que nos provoca un daño. La palabra griega para “amargura” es (*pic-ría*), que significa “fijar, atar, afianzar, construir mediante amarres”; (Strong pp. 36, 67), de allí, armar un caso, y sostenerse contra alguien por venganza y para su destrucción.

La palabra originalmente significó “*incisivo, cortante, cruel*”.

La mayoría de las personas amargadas no reconocen la amargura como tal. En lugar de reconocer que están amargadas, dicen simplemente que han sido lastimadas, desilusionadas u ofendidas por otra persona o situación.

Las consecuencias destructivas son las mismas, sea que la persona reconozca su propia amargura o no.

1. Enfermedad física.

Si se permite que haya amargura en la vida, sufrirá daño el sistema inmunológico, y aumentará la susceptibilidad ante una multitud de padecimientos físicos. Frecuentemente los médicos pueden relacionar el inicio de trastornos físicos serios, con el tiempo en que se inició la amargura.

2. Trastornos emocionales.

La amargura ocasiona un agotamiento continuo de la energía emocional el resultado es una depresión destructiva. Además, la persona o situación contra quien se está amargado empieza a controlar la vida, incluyendo los pensamientos, las metas y las actitudes.

El resultado de este control es que se empiezas a parecer a aquél contra el cual se siente amargura. (Texto del Seminario Básico, página 87).

3. Engaño y esclavitud espiritual.

Es muy común que una persona amargada contra otra piense que él ama a Dios. De allí la necesidad de la reprección: “*si alguno dice: yo amo a Dios, y aborrece a su hermano, es mentiroso. Pues el que no ama a su hermano a quien ha visto, ¿cómo puede amar a Dios a quien no ha visto?*”. (1 Juan 4: 20)

Definiendo El Principio

Se ha visto hasta aquí el problema y que lo provoca junto con las consecuencias que resulta de no tener una adecuada aceptación al sufrimiento. No se debe entender que se debe amar el sufrimiento, sino más bien, como enfrentar el sufrimiento de un pérdida de forma adecuada para evitar que se transforme en amargura y traiga las consecuencias antes mencionadas.

El principio que ayudará a enfrentar las pérdidas es la Aceptación. Cuando se aceptan las adversidades de la vida, sean provocadas por personas o situaciones que lastiman la integridad del individuo en lo físico, moral, espiritual, social, etc. La palabra aceptación tiene origen en el término latino “*acceptatio*”, el concepto de aceptación hace referencia a la acción y efecto de aceptar. Este verbo, a su vez, designa a aprobar, dar por bueno o recibir algo de forma voluntaria y sin oposición. Aplicado a la Tanatología es recibir y dar por buena la adversidad que se enfrenta y sacar el máximo beneficio para la vida a través de la experiencia aprendida con la pérdida.

A continuación se darán pasos de acción para transformar el sufrimiento y la amargura en una aceptación total.

Siete pasos para cambiar el sufrimiento en aceptación.

1. EL GRAN PROBLEMA DEL APEGO

¿Qué es apego? Es una vinculación afectiva intensa, duradera, que se desarrolla y consolida entre dos personas o cosas, por medio de su interacción recíproca, y cuyo objetivo más inmediato es la búsqueda y mantenimiento de proximidad. En psicobiología es la relación "afectiva" con otro ser vivo o un objeto material que se transforma en un fenómeno de "dependencia".

El apego es lo que hace sufrir cuando se enfrenta el dolor de una pérdida. La misma presencia del sufrimiento y la amargura demuestra que la persona tiene apego por lo material (personas o cosas). Tener este apego es preocuparse más por cosas que duran poco tiempo, que por cosas eternas, "... *Pues las cosas que se ven son temporales, pero las que no se ven son eternas*" (2 Corintios 4: 18).

Mucho más importante que las posesiones, son las cualidades de carácter piadosas, que determinan la paz interior del hombre, y la medida de la libertad que tiene Dios para bendecirle. ¿Cómo cambiar este apego? ¿Cómo lograr amar, cuidar y valorar sin apegarse?

Cuando la persona tiene apego a personas o cosas y vive "adorándolos" enfrentará un gran dolor cuando se pierdan. Por eso es necesario cambiar estos "apegos" o "valores temporales" en "valores eternos" que no pueden ser perdidos. Para lograr este cambio hay una cosa que se debe hacer y la ilustra el Apóstol Pablo explica cómo está dispuesto a perder todo lo que era con tal de tener el conocimiento de Cristo (Filipenses 3:4-10)

El apóstol Pablo enseña como no caer en la amargura al ver sus pérdidas como cambios. La clave está en ver las pérdidas como un "intercambio". Él decidió perder todo su pasado glorioso (humanamente hablando) por un presente de comunión con Dios a través de Cristo, y esto era realmente más valioso (espiritualmente hablando) que lo anterior. Generalmente los bienes materiales son susceptibles de perderse, no solamente las cosas, sino incluso las personas y algunos intangibles como el amor y la amistad. A los bienes materiales no hay que darles el corazón porque se roban la paz.

La base de toda utilidad es el intercambio sensato. Como ejemplo: Un joven cambia su tiempo por el aprendizaje de destrezas valiosas. Luego cambia sus destrezas por dinero. Luego cambia el dinero por artículos que tienen mayor valor para él que el dinero.

Cuando se enfrenta una pérdida, hay que contemplarla como un intercambio. La vida se ve fortalecida cuando alguien enfrenta una pérdida, una vez superado el duelo, el ser humano se vuelve más fuerte, más maduro, más pleno.

Como actividad práctica en este intercambio se pueden tener dos listas, por un lado las cosas malas que ocurren con la pérdida y por otro lado el mismo número de cosas buenas de esta pérdida. Cuando se tiene un equilibrio entre lo bueno y lo malo de la pérdida se caerá en cuenta que en realidad la pérdida no fue tan mala.

El apóstol Pablo podría haber tenido muchas razones para amargarse; pero se regocijó ante la pérdida de "todo" para poder ganar realidades eternas. (*Filipenses 3:7-8*).

2. AGRADECE A DIOS EL SUCESO

Es extremadamente difícil dar gracias a Dios por permitir las cosas que hacen sufrir. Sin embargo, esto es precisamente lo que Dios pide que se haga: "*Dad gracias en todo, porque esta es la voluntad de Dios para con vosotros en Cristo Jesús.*" (1 Tesalonicenses 5:18).

Hay que recordar que no se le agradece a Dios las pérdidas, sino sus buenos y soberanos propósitos al permitir que ocurran.

Dios no es responsable por la maldad que lastima, pero Él ha prometido que usará la ira de ellos para beneficiar la vida: "*ciertamente la ira del hombre te alabará...*" (*Salmo 76:10*), aun las circunstancias o pérdidas que provocan ese dolor y sufrimiento están bajo el control perfecto de Dios. Por estas razones se puede dar gracias, aún cuando no se sienta gratitud. ¿Cuáles son las causas de ingratitud?

a. Suponer que Dios debe algo.

Existe la actitud generalizada de que Dios le debe a cada persona una vida de 70 u 80 años, feliz, plena y próspera. Si algo sucede para acortar la vida de una persona, se le culpa a Dios, y se pregunta, "¿por qué permitió Dios que sucediera esto?"

En la Biblia se presenta la historia de un hombre piadoso llamado Job, que pierde a sus diez hijos y posesiones en un mismo día. Después de un tiempo también pierde la salud. La mujer de Job no entendía el propósito del sufrimiento, y se amargó contra Dios. Cuando ella vio la miserable condición de su esposo, le dijo, "...*maldice a Dios, y muérete*" (*Job 2:9*). La respuesta de Job es significativa: "...*¿recibiremos de Dios el bien, y el mal no lo recibiremos? En todo esto no pecó Job con sus labios*" (*Job 2:10*). Después de sufrir aún más él dijo, "*aunque él me matare, en él esperaré...*" (*Job 13:15*).

Si Dios le diera al hombre lo que merece, ninguno estaría vivo, porque todos han pecado, y la paga del pecado es la muerte (*Romanos 6: 23*).

Jeremías tenía razón cuando dijo, "*por la misericordia de Jehová no hemos sido consumidos, porque nunca decayeron sus misericordias. Nuevas son cada mañana; grande es tu fidelidad*" (*Lamentaciones 3: 22-23*).

b. Fijar la atención sobre lo que se cree que se debería haber recibido, y no se recibió.

Los padres de un niño de 10 años se amargaron cuando su hijo murió. Su amargura estaba dirigida contra el médico que lo había atendido, y contra Dios por haberlo permitido. Estos padres sabían que su amargura era mala, pero no habían podido aceptar la pérdida hasta que escucharon esta ilustración.

La ilustración era acerca de una madre que se amargó contra Dios cuando su yerno mató a su hija de 30 años de edad.

A esta madre se le preguntó “Qué pensaría ella de unos vecinos que, después de recibir un regalo de cien dólares cada día por treinta días, se amargarán cuando los regalos pararan.” La madre naturalmente veía a los vecinos como malagradecidos. Entonces se le preguntó, “¿no tienes tú la misma actitud de ingratitud para con Dios?”

“Tu hija fue la herencia que Dios te confió. Dios te dio treinta años para estar con ella. Tu amargura se debe a que fijas la atención sobre los cuarenta años adicionales de vida que tú crees que Dios le debía a tu hija, para que pudieras estar con ella”.

Cuando la pareja empezó a dar gracias a Dios por los diez años que les dio con su hijo, su amargura se convirtió en gratitud.

3. CONSIDERAR LA PÉRDIDA COMO UN “INSTRUMENTO DE DIOS”.

Una base importante para aceptar las pérdidas y sus daños, es verlos, no como situación independientes que lastiman, sino como permitidos especialmente por Dios para lograr su propósito particular en la vida.

Esta perspectiva hizo posible que los siguientes personajes bíblicos aceptaran sus pérdidas y no tuvieran amargura:

- ◆ Job era un hombre pacífico y respetado en toda su región, pero sus diez hijos murieron todos en un mismo día en una reunión que celebraban. Un fuerte viento golpeó la casa y cayó sobre ellos dejando solo un sirviente como sobreviviente para darle la noticia a Job.

Job pudo haberse amargado por su pérdida, pero él vio la mano de Dios actuando al permitir esta tragedia. *“Entonces Job se levantó, y rasgó su manto, y rasuró su cabeza, y se postró en tierra y adoró, y dijo: desnudo salí del vientre de mi madre, y desnudo volveré allá. Jehová dio, y Jehová quitó; sea el nombre de Jehová bendito” (Job 1:20-21).*

- ◆ José vino a sus hermanos en paz, conforme a las instrucciones de su padre. Cuando sus hermanos celosos lo vieron venir, conspiraron para matarlo. Al acercarse echaron mano de él, lo lanzaron a una cisterna, y para no matarlo, lo vendieron como esclavo a un grupo de mercaderes madianitas.

José pasó largos años como esclavo en Egipto. Allí fue falsamente acusado, preso y sujetado por cepos que hirieron sus pies. Podría haberse amargado, meditando en lo que sus hermanos malvados le habían hechos.

Pero él los vio como instrumentos en las manos de Dios. Años más tarde, después de traer a sus hermanos al arrepentimiento, él pudo asegurarles de su perdón al decir, *“vosotros pensasteis mal contra mí, más Dios lo encaminó para bien, para hacer lo que vemos hoy, para mantener en vida a mucho pueblo” (Génesis 50:20).*

- ◆ El Señor Jesucristo vino al mundo como Príncipe de Paz. Vivió sin pecado, y trajo bendición a donde quiera que iba. Los escribas y fariseos celosos observaban alarmados su creciente popularidad. En la mente de ellos había una sola solución ¡matarlo!

Así que concibieron un plan inicuo, reunieron falsos testigos, y lo trajeron a juicio. Después de mofarse de la justicia, golpearlo cruelmente, y de ultrajes indecibles, lo clavaron en una cruz.

Él podía haber visto a sus acusadores como meros hombres realizando una trama malvada. Pero, más bien los vio como agentes utilizados por Dios para lograr un propósito más grande. Por tanto podía decir, *“...Padre, perdónalos, porque no saben lo que hacen...” (Lucas 23:24).*

Implícito en sus palabras está lo siguiente: *“...Pero tú sabes lo que estás haciendo a través de ellos, para lograr tu propósito supremo de proveer redención para la humanidad”.*

¿Qué sucede cuando se ven las pérdidas como un instrumento de Dios?

- a. Cuando se ve la pérdida simplemente como un instrumento bajo el control de un Padre Celestial amoroso y sabio, se elimina la posibilidad de sentir amargura. Si hubiera cualquier amargura, tendría que estar dirigida contra Dios, ya que él está “en control”.
- b. El segundo resultado, es una nueva confianza de que Dios tiene planes especiales para la vida. Él, como un cirujano sabio, no prepara un instrumento que no piensa utilizar. La preparación de José es un ejemplo clásico de este punto.

4. APRENDER QUÉ PROPÓSITOS TIENE DIOS EN EL SUFRIMIENTO.

Dios tiene muchos beneficios para la humanidad, pero sólo se experimentan al pasar por el sufrimiento, y responder correctamente a él. A continuación solo se mencionan algunos de esos propósitos que podría traer el sufrimiento.

a. Con el sufrimiento Dios consigue atención

Los “afanes de este siglo” son los que más fuertemente compiten con Dios por la atención, tiempo y afecto. Ahogan la palabra de Dios, y asfixian la voz del Espíritu Santo de Dios (*Mateo 13:18-23*). Mientras se esté ocupado con los planes propios, metas, proyectos y amistades, Dios pacientemente trata de enseñar: *“...yo os he hablado a vosotros desde temprano y sin cesar, y no me habéis oído” (Jeremías 35:14).*

Cuando viene el sufrimiento, nos enfrentamos súbitamente con problemas y presiones demasiado grandes para resolverlos nosotros mismos. Nuestra reacción interior debe ser, *“a ti, Jehová, levantaré mi alma, Dios mío, en ti confié; no sea yo avergonzado, no se alegren de mí mis enemigos” (Salmo 25: 1-2).*

Conforme continua el sufrimiento, y la fuerza humana se agota, se vuelve más y más atractiva la invitación de Cristo: *“venid a mí todos los que estáis trabajados y cargados, y yo os haré descansar” (Mateo 11: 28).*

El propósito final de Dios al llamar nuestra atención es conformarnos a la imagen de Cristo. En base a esto, todo sufrimiento obra para nuestro bien (*Romanos 8:28-29*). Mediante el sufrimiento aprendemos de Cristo, quien es manso y humilde, y cuya carga es ligera.

b. El sufrimiento nos asegura el amor de Dios

“Porque el Señor al que ama, disciplina, y azota a todo el que recibe por hijo. Si soportáis la disciplina, Dios os trata como a hijos; porque ¿qué hijo es aquel a quien el padre no disciplina? Y aquéllos, ciertamente por pocos días nos

disciplinaban como a ellos les parecía, pero éste para lo que nos es provechoso, para que **participemos de su santidad**. Es verdad que ninguna disciplina al presente parece ser causa de gozo, sino de tristeza; pero después da fruto apacible de justicia a los que en ella han sido ejercitados” (Hebreos 12:6-7; 10-11).

c. El sufrimiento es el llamado de Dios al auto-examen

“Si, pues, nos examinásemos a nosotros mismos, no seríamos juzgados; mas siendo juzgados, somos castigados por el Señor, para que no seamos condenados con el mundo” (2 Corintios 11:31-32).

“Yo reprendo y castigo a todos los que amo; sé, pues, celoso, y arrepíentete” (Apocalipsis 3: 19).

Cuando se enfrenta el sufrimiento de una pérdida bien cabría el realizar un auto-examen sobre la situación de la vida actual y cómo sería sin lo que se perdió. Se pueden reconocer cosas que se han hecho mal, otras que se han dejado de hacer y otras que deben ser fortalecidas.

El auto-examen debe realizarse ante la palabra de Dios. Por ejemplo, si las cosas no van bien, pudiera ser que se haya deshonrado a los padres: “honra a tu padre y a tu madre... Para que te vaya bien...” (Efesios 6:2-3).

d. Mediante el sufrimiento Dios conquista el orgullo

El sufrimiento de la contienda revela el orgullo: “Ciertamente la soberbia concebirá contienda...” (Proverbios 13:10).

El sufrimiento de la destrucción es la consecuencia del orgullo: “Antes del quebrantamiento es la soberbia, y antes de la caída la altivez de espíritu” (Proverbios 16:18).

La soberbia impide ver las cosas buenas que rodean a la persona, no le permiten valorar ni agradecer lo que otros han hecho en beneficio del individuo. No da la oportunidad de reconocer los errores y cambiarlos.

Al enfrentarse a una pérdida, se revela la debilidad y fragilidad que el ser humano tiene y esto obliga a, que con humildad, se busque a Dios, se pida ayuda, se valore lo que se tiene.

e. El sufrimiento es un recordatorio de las debilidades.

A pesar de la grandeza del hombre, hay que reconocer que es de los seres más frágiles de la creación. Muchos animales al momento de nacer pueden valerse casi por sí mismos, en cambio, el hombre requiere de muchos años de cuidado, enseñanza y protección de los padres para poder enfrentar la vida. Esto es un reflejo de esa fragilidad.

En muchas ocasiones, el hombre no se da cuenta de lo que tiene hasta que el dolor de la pérdida le hace consciente que lo poseía.

“Este (el cuerpo) ya no es el compañero silencioso y obediente con el que el enfermo estaba acostumbrado a contar cuando estaba sano, sino una especie de intruso molesto y rebelde que muestra aspectos amenazadores y desconocidos antaño, y que exigen al enfermo que le preste mucha más atención que cuando disfrutaba de salud...Y a partir de ahí, el enfermo comienza a añorar la salud perdida” (Jesús Conde en “10 Palabras Claves en Humanizar la Salud” pp. 303).

Al reconocer las debilidades, flaquezas, vulnerabilidades, hay que aprender a valorarlas y a enfrentarlas con el poder de la ayuda Divina. Esto es “Gloriarse en la debilidad”

Solamente cuando se aprende a gloriarse en las “debilidades” se puede experimentar el poder de Cristo: “...Me fue dado un aguijón en mi carne, un mensajero de Satanás que me abofetea, para que no me enaltezca sobremanera; respecto a lo cual tres veces he rogado al Señor, que lo quite de mí. Y me ha dicho: bástate mi gracia; porque mi poder se perfecciona en la debilidad. Por tanto, de buena gana me gloriaré más bien en mis debilidades, para que repose sobre mí el poder de Cristo. Por lo cual por amor a Cristo me gozo en las debilidades, en afrentas, en necesidades, en persecuciones, en angustias; porque cuando soy débil, entonces soy fuerte” (2 Corintios 12:7-10).

f. Por medio del sufrimiento se purifica la fe

“Pero sin fe es imposible agradar a Dios...” (Hebreos 11:6). Por eso es necesario probar la fe con los fuegos del sufrimiento.

La fe es esencial para vivir una vida espiritual, porque los caminos de Dios son contrarios a las inclinaciones naturales del hombre.

Dada esta dicotomía, el sufrimiento puede venir de parte de los que se mofan de los principios de Dios, o puede venir porque se violan los principios de Dios. En cualquier caso, el sufrimiento fortalecerá la fe.

Otro resultado de que la fe sea purificada por el fuego del sufrimiento, es la paciencia: “sabiendo que vuestra fe produce paciencia” (Santiago 1:3).

Con esta clase de fe y paciencia, se pueden obtener las promesas de Dios: “[sed] imitadores de aquellos que por la fe y la paciencia heredan las promesas” (Hebreos 6:12).

g. Con el sufrimiento Dios escoge las amistades

El sufrimiento siempre pone a prueba las amistades. Revelará cuáles amigos piensan en recibir y cuáles en dar.

Un amigo verdadero ama en todo tiempo especialmente durante un tiempo de sufrimiento (Proverbios 17:17). Jesús explicó esta clase de amistad en su parábola del Buen Samaritano. El compromiso del samaritano con su prójimo continuó hasta que todas las necesidades del prójimo habían sido suplidas (Lucas 10:30-37).

En contraste con esto está el relato del Hijo Pródigo. Mientras estuvo gastando su herencia, tuvo muchos amigos; pero, cuando el dinero se acabó y vinieron las dificultades, se encontró sin amigos (Lucas 15:12-16).

h. El sufrimiento capacita para consolar a otros.

Cuando no se ha enfrentado una pérdida significativa, es difícil sentir empatía por lo que sí la han enfrentado. Es por eso que cuando se tiene “la fortuna” de pasar por una pérdida que provoca un gran daño, es una capacitación para ayudar a otros.

Incluso cuando se pasa por este dolor, algo que ayuda a superar el dolor propio es levantar los ojos y ver el sufrimiento de otros y a partir de ese sufrimiento propio, ayudar a los demás a superar sus propios duelos. Ver el dolor propio como

instrumento de ayuda, hace crecer al individuo a estaturas espirituales impresionantes que se pueden comparar con la estatura del Salvador. *“Bendito sea el Dios y Padre de nuestro Señor Jesucristo, Padre de misericordias y Dios de toda consolación, el cual nos consuela en todas nuestras tribulaciones, para que podamos también nosotros consolar a los que están en cualquier tribulación, por medio de la consolación con que nosotros somos consolados por Dios. Porque de la manera que abundan en nosotros las aflicciones de Cristo, así abunda también por el mismo Cristo nuestra consolación”* (2 Corintios 1:3-5).

5. ACEPTAR LA RESPONSABILIDAD PERSONAL Y RECONCILIARSE CON DIOS.

Cuando se sufre una pérdida se inicia un proceso que concluye con una aceptación total y una reestructuración de la vida a la nueva situación que se vive. Durante este proceso que se llama duelo, uno de los pasos es el enojo. Una de las personas contra las cuales se enoja el doliente es contra Dios. Se le culpa de todo lo malo y se resienten contra Él por la situación que se vive.

¿Es Dios culpable de todo lo que ocurre a las personas? ¿Es Dios culpable de toda la maldad en el mundo?

Si bien es cierto que Dios es soberano y tiene el control de todo, es importante distinguir entre lo que Dios quiere hacer y lo que Dios permite que se haga. Esto es la voluntad permisiva y la voluntad absoluta de Dios. La voluntad absoluta es lo que Dios hace a pesar de todo lo que el hombre quiera o no quiera que se haga. La voluntad permisiva es lo que Dios permite que ocurra dando al hombre la oportunidad de tomar sus decisiones en base a su capacidad de razonar.

Se culpa a Dios de la muerte, siendo que al principio de la creación, el plan de Dios era que el hombre creciera en santidad y que viviera para siempre y que tuviera una relación personal con Él. Como se vio en el capítulo anterior, Adán, decide desobedecer a Dios y come el fruto prohibido y “muere” espiritualmente. Junto con esa muerte espiritual, entra el dolor, la enfermedad, el cansancio, la obligación y la muerte. Es pues el ser humano el que decide morir.

La muerte ahora se vuelve necesaria y todo ser humano debe morir como parte de un ciclo: Nace, crece, se desarrolla, y muere. Entonces si la muerte es parte del ciclo ¿Por qué enojarse con Dios al cumplirlo?

Dentro de esa normalidad, está incluido el desgaste del cuerpo y sus funciones, la enfermedad provocada por agentes externos que interrumpen el correcto funcionamiento del cuerpo, pero la enfermedad es parte normal de la vida del hombre. En muchas ocasiones la enfermedad es el camino para concluir el ciclo de vida del hombre.

Hoy en día los seres humanos son responsables de la gran mayoría de las cosas que le aquejan. Hay una ley física que también es una ley espiritual, la ley de “La siembra y cosecha”. Esta ley dice que todo lo que se siembre, se cosechará, todo lo que haga, traerá consecuencias. Una buena parte de las cosas que lastiman al hombre son cosecha de lo que sembró. Esto incluye algunas enfermedades, que por negligencia o malos hábitos, provocan que el cuerpo se vea afectado y enfrente una enfermedad.

Las relaciones rotas, los maltratos, el dañar a otras personas, los robos, homicidios, adulterios, inmundicias, etc., proceden del corazón del hombre. De todas estas cosas Dios no es culpable, solo permite que ocurran porque el hombre, así lo hace. Si Dios impidiera estas cosas iría en contra de lo que Él mismo hizo, hacer al hombre un ser racional y con una libre capacidad de decisión.

La Escritura expresa lo anterior así: *“La insensatez del hombre tuerce su camino, Y luego contra Jehová se irrita su corazón.”* (Proverbios 19:3)

No es la negligencia o la perversa intervención Divina la que tuerce el camino del hombre, sino la insensatez de él mismo. El problema es que a pesar de la responsabilidad personal, el hombre busca a quien culpar y en demasiadas ocasiones es Dios.

Esto ocurre desde muy temprano al inicio de la creación cuando Adán desobedece a Dios y luego en vez de aceptar su responsabilidad, culpa a su esposa y a Dios de algo de lo que solo él era culpable. (Génesis 3:12)

A pesar de la responsabilidad humana Dios sigue perdonándolo y dándole otra oportunidad para que también el hombre pueda reconocer sus faltas e incluso pueda “perdonar” a Dios. El Señor Jesucristo estando en la cruz del Calvario después de ver y sufrir todo lo que habían hecho con Él, clama y dice *“Padre, perdónalos, porque no saben lo que hacen”* (Lucas 23:34).

No solo perdona al hombre sus ofensas, sino que también le ayuda en su aflicción y siempre tiene los brazos abiertos para consolarlo en sus problemas, porque Él sabe como es el ser humano y sabe lo frágil y efímero que es. El Salmista expresa esto de una forma excepcional:

*“Bendice, alma mía, a Jehová,
Y no olvides ninguno de sus beneficios.
Él es quien perdona todas tus iniquidades,
El que sana todas tus dolencias;
El que rescata del hoyo tu vida,
El que te corona de favores y misericordias;
El que sacia de bien tu boca
De modo que te rejuvenezcas como el águila.
Jehová es el que hace justicia
Y derecho a todos los que padecen violencia...
Misericordioso y clemente es Jehová;
Lento para la ira, y grande en misericordia.
No contendrá para siempre,
Ni para siempre guardará el enojo.
No ha hecho con nosotros conforme a nuestras iniquidades,
Ni nos ha pagado conforme a nuestros pecados.
Porque como la altura de los cielos sobre la tierra,
Engrandeció su misericordia sobre los que le temen.
Cuanto está lejos el oriente del occidente,
Hizo alejar de nosotros nuestras rebeliones.*

*Como el padre se compadece de los hijos,
 Se compadece Jehová de los que le temen.
 Porque él conoce nuestra condición;
 Se acuerda de que somos polvo.
 El hombre, como la hierba son sus días;
 Florece como la flor del campo,
 Que pasó el viento por ella, y pereció,
 Y su lugar no la conocerá más.
 Mas la misericordia de Jehová es desde la eternidad y hasta la eternidad sobre los que le temen,
 Y su justicia sobre los hijos de los hijos;
 Sobre los que guardan su pacto,
 Y los que se acuerdan de sus mandamientos para ponerlos por obra.”
 (Salmo 103:2-18)*

6. RECONOCER QUE LA PÉRDIDA CAMBIA LA VIDA.

Al enfrentar una pérdida se tiene que reconocer que con la misma hay consecuencias inevitables que se tienen que enfrentar. Las pérdidas cambian la vida. Si es alguna enfermedad, se deteriora el cuerpo y en algunos casos no se puede recuperar la función del miembro afectado. Si es la muerte de un familiar, su pérdida es irremplazable, nadie podrá ocupar el lugar del que partió. Su ausencia dejará un “hueco en el corazón”. Si es la amputación de un miembro, jamás se podrá recuperar, aun con prótesis o trasplantes, nunca será igual, el cuerpo mutilado tendrá marcas, las funciones del miembro faltante jamás se recuperan al mismo nivel que antes. Si se pierde un trabajo o alguna buena oportunidad, la vida no será igual. Las pérdidas dejan marcas en la vida. Pero hay dos formas de vivir con esas marcas:

a) Con amargura, renegando y atrapado en el pasado, pensando en lo que era. Esta forma de vivir con las marcas produce amargura, frustración y además impide vivir plenamente la vida que se tiene. Incapacita más que la pérdida misma. Una mente mutilada, un ánimo enfermo, un valor perdido, dañan más porque afectan el espíritu del hombre. Un hombre puede moverse sin piernas, pero no podrá moverse sin voluntad. Nuevamente la Escritura describe esta situación “...El espíritu triste seca los huesos.” (Proverbios 17:22). Lo grave de este espíritu triste es que no solo impide que se supere el problema, sino que lo agrava. Si no se acepta la pérdida y se vive llorando y lamentándose, no se logra recuperar lo perdido y además se vive amargado.

b) La otra forma es descrita en la primera parte de la cita anterior “El corazón alegre constituye buen remedio; Mas el espíritu triste seca los huesos.” Se habla de un corazón alegre. Es enfrentar el dolor con valor, es superar la crisis con entereza. Hay una frase popular que dice “Si la vida te da limones, haz limonada.” Enfrentar las pérdidas con un “corazón alegre,” no logra que se recupere lo pedido, pero si permite dar un nuevo sentido a la vida, impulsa a nuevos retos, ayuda a descubrir lo que no se había usado antes, desarrolla los sentidos, desafía la vida y permite alcanzar alturas que antes no se imaginaba. Es entender que la pérdida no se recuperará, o se vive amargado y empeorando la situación, o se acepta la nueva situación y se le saca provecho.

Nuevamente es una decisión personal del hombre. ¿Cómo se puede cambiar la forma de ver la pérdida? Hay varios puntos que se deben considerar para tener este cambio.

- a. Hay que darse la oportunidad de sentir el dolor, hay que aprender a sentir y a manejar los sentimientos. Si hay enojo, darle el cause correcto y vivirlo. Si hay tristeza, llorar y lamentar la pérdida. Si hay frustración, reconocer la limitante que se tiene. Es importante decir que nunca las emociones deben controlar la vida del individuo.
- b. Hay que ver el problema en su dimensión real, hay que salirse del problema. Esto se logra cuando se verbaliza lo que la persona está viviendo y también cuando piensa del problema como si fuera de otra persona. Esto ofrece una perspectiva diferente. Se debe tener cuidado en ser fatalista y pensar del problema como “algo insuperable”, “que nadie en la vida sufre como yo”, “nadie me comprende”, “nunca saldré de esto”. Esta visión solo agrava el problema y no da la oportunidad de enfrentarlo. Hablando de las pruebas el Apóstol Pablo establece “No os ha sobrevenido ninguna tentación que no sea humana; pero fiel es Dios, que no os dejará ser tentados más de lo que podéis resistir, sino que dará también juntamente con la tentación la salida, para que podáis soportar.” (1 Corintios 10:13) Hay que ver lo que se perdió, pero también ver lo que aún se conserva y aprovecharlo al máximo. Bien se pueden establecer nuevas metas y proyectos para aprovechar la experiencia del pasado y los recursos que se tienen actualmente. Es un nuevo desafío luego de perder la zona de confort que se tenía, es un reto a vivir mejor.
- c. Hay que pensar de uno mismo como persona completa (aun con las pérdidas). El hombre fue hecho a la imagen de Dios y eso lo hace valioso. Dios entabla relaciones personales. Se sigue siendo valioso a los ojos de Dios aun a pesar de las pérdidas. Las cosas más valiosas que el hombre posee están dentro de él y nadie las puede afectar a menos que él decida que se afecten. Comparado con la creación, el hombre parece como nada, pero a los ojos de Dios es muy valioso:

*“Cuando veo tus cielos,
 obra de tus dedos,
 La luna y las estrellas que tú formaste,
 Digo: ¿Qué es el hombre, para que tengas de él memoria,
 Y el hijo del hombre, para que lo visites?
 Le has hecho poco menor que los ángeles,
 Y lo coronaste de gloria y de honra.
 Le hiciste señorear sobre las obras de tus manos;
 Todo lo pusiste debajo de sus pies...”
 (Salmo 8:3-6)*

Esto debe ser una motivación para desarrollar los dones, capacidades y habilidades que se tienen.

- d. Hay que aprender de los errores y de las situaciones del pasado para mejorar en el presente. Si la pérdida fue provocada por una mala decisión, hay que aprender de eso. El pasado no se puede arreglar o cambiar, pero el presente y por lo tanto el futuro sí. Es importante no tratar de ocultar los errores o fracasos o las heridas dejadas por las pérdidas. Estas heridas o marcas deben ser vista como “una marca de victoria”. Las heridas de guerra, por graves que sean, muestran triunfo, porque se sigue vivo, el enemigo murió. Hay que darles un nuevo sentido a esas marcas, hay que usarlas para ayudar a otros.
- e. Fortalecer las relaciones significativas. Es importante no pasar el trago amargo solos. Hay que construir o fortalecer redes que ayuden en las pruebas. Hay varios pasajes en la Escritura que muestran el beneficio de esto *“Sobrellevad los unos las cargas de los otros, y cumplid así la ley de Cristo.” (Gálatas 6:1); “Mejores son dos que uno; porque tienen mejor paga de su trabajo. Porque si cayeren, el uno levantará a su compañero; pero ¡ay del solo! que cuando cayere, no habrá segundo que lo levante. También si dos durmieren juntos, se calentarán mutuamente; mas ¿cómo se calentará uno solo?” (Eclesiastés 4:9-11)*. Siempre es más fácil llevar la carga entre varios. El amor de otros siempre ayuda a hacer más fácil el paso de las dificultades.
- f. Tres factores también son importantes para este cambio de visión y actitud. Tolerancia, que ayuda a aceptar las cosas que se enfrentan. Flexibilidad, poder ajustarse a los cambios sin “romperse” en desesperación. Y finalmente el humor que permite reírse de si mismo y de las situaciones adversas. Esto ayuda a tener una visión menos negativa y fatalista de los problemas.
- g. El último factor que ayuda a enfrentar los cambios producidos por las pérdidas es tener una relación estrecha y cercana con Dios. Es decir una espiritualidad sólida que fortalezca en los momentos de prueba. Tener la confianza puesta en Dios ayuda a ver los problemas desde la perspectiva de Él y no en la propia. Se entiende que Él tiene el control de todas las cosas y siempre traerá cosas buenas *“Y sabemos que a los que aman a Dios, todas las cosas les ayudan a bien,” (Romanos 8:28)*. Las cosas que se enfrentan ayudarán a la persona a moldear su carácter, esto es verdad incluso en el mismo Señor Jesucristo *“Y aunque era Hijo, por lo que padeció aprendió la obediencia;” (Hebreos 5:8)*

7. UTILIZAR EL DOLOR PARA AYUDAR A OTROS QUE SUFREN.

Este último paso frecuentemente se descuida por quienes están buscando una aceptación plena de su dolor. Sin embargo, es clave para convertir la amargura en aceptación. El siguiente relato debe explicar el porqué:

“Una joven de unos 12 años de edad fue violada. Durante algunos meses vivió un infierno. Se sentía sumamente enojada con Dios, con sus padres, con ella misma y por supuesto con el agresor. Sentía que su vida perdía todo valor, se sentía sucia y pensaba que nada bueno le pasaría jamás. Pensaba que su vida había terminado, que sería mejor morir o vivir una vida sin sentido como castigo por lo que le había pasado.

Esta fue su vida por varios meses, hasta que un día alguien platicó con ella y le ayudó a dar los pasos antes mencionados. La adolescente logró superar su pérdida y tuvo una completa aceptación.

A pesar de lograr perdonar a su agresor, no logró una vida plena ni satisfactoria, hasta que después de varios años, conoció a una mujer que acababa de pasar lo mismo que ella pasó. Al principio fue difícil, porque fue revivir su agresión. Al ver el profundo dolor y sufrimiento que enfrentaba la otra mujer, su corazón fue movido a misericordia y sintió una profunda empatía y compasión. Comenzó a platicar con ella. Al principio la otra mujer rechazó las palabras. Cuando la chica compartió su experiencia y relató todo lo que había pasado, sus temores, sus enojos, su negación, la otra mujer se sintió comprendida y se estableció un puente de comprensión. Al sentirse comprendida, permitió que le ayudara y después de un trabajo arduo también logró superar su pérdida. Este fue el inicio de un Centro de Ayuda a Mujeres.

Una vez que se dedicó a ayudar a otros a superar sus sufrimientos, logró una vida completa, plena y realizada. Incluso pudo ver que habría cosas extremadamente buenas en la difícil experiencia que había pasado ya que con esto, pudo ayudar a muchas mujeres víctimas de violencia. Cambió sus cicatrices en marcas de victoria.”

Esto sucedió porque voluntariamente habían invertido un “tesoro” de tiempo, energía, y comprensión en la vida de esa mujer. Cuando se bendice a otros a través de la experiencia propia, las heridas encuentran un propósito redentor en la vida de otros. Se puede ver, incluso, como una bendición el daño recibido ya que de otra forma, nunca se habría hecho nada por los otros que sufren.

En términos generales una persona sana no visita un hospital, pero cuando hay una enfermedad ya sea propia o de un ser querido, se ve obligado a andar en hospitales, a convivir con el dolor de otros, se puede dimensionar el dolor propio al ver los otros dolores. Se puede entrar en un mundo no conocido antes. Cuando se recibe el consuelo de Dios, se está capacitado para entender el dolor ajeno y se puede consolar a los no consolados.

El Señor Jesús cuando devuelve la cordura a un hombre endemoniado le dice que vaya a los suyos y que les cuente las grandes cosas que Dios había hecho con él (Lucas 8:26-39). El mejor consejo es el que se da desde la experiencia propia. Cuando se hace esto resultan varios beneficios.

- a. La pérdida duele menos. Si se ocupa el dolor propio para ayudar a otros, el dolor se convierte en herramienta y “duele menos”. Esto es debido a que se deja de pensar en los propios males y se pone la atención en el sufrimiento de otros.
- b. Crecer como persona. Al ayudar a otros, se deja de ser una persona común y se convierte en una persona especial. Ayuda a trascender, a dejar huella en la vida. Ayudar a otros hace que la vida propia encuentre sentido y sea bendición para otros.
- c. Se abre un nuevo panorama de vida. Las grandes instituciones de ayuda se formaron cuando las personas que las fundaron vivieron una honda pena y para superarla, ayudar a otros. El dolor toma un nuevo significado y se abre la posibilidad incluso de un cambio de vocación, de tal forma que se puede dedicar la vida para ayudar a otros.

- d. Ser más como Dios. Dios es el ser más bondadoso, amoroso, altruista y compasivo que existe. Al tener compasión de otros, se llega a parecer al Padre de la compasión.
- e. Recompensa eterna. Aun cuando las obras buenas son ineficientes para alcanzar el favor de Dios y ser salvos, cuando ya se tiene una relación personal con Dios, las obras sirven para mostrar la propia fe y confianza en Dios. Esto trae recompensas eternas ya que la Escritura establece: *“Y cualquiera que os diere un vaso de agua en mi nombre, porque sois de Cristo, de cierto os digo que no perderá su recompensa.”* (Marcos 9:41)
- f. Correspondes a Dios por lo que ha hecho por ti. Nunca se le podrá pagar a Dios por lo que ha hecho, pero si se puede corresponder a tanto amor que Él ha mostrado. Una forma de servir a Dios es servir al prójimo *“Entonces el Rey dirá a los de su derecha: Venid, benditos de mi Padre, heredad el reino preparado para vosotros desde la fundación del mundo. Porque tuve hambre, y me disteis de comer; tuve sed, y me disteis de beber; fui forastero, y me recogisteis; estuve desnudo, y me cubristeis; enfermo, y me visitasteis; en la cárcel, y vinisteis a mí. Entonces los justos le responderán diciendo: Señor, ¿cuándo te vimos hambriento, y te sustentamos, o sediento, y te dimos de beber? ¿Y cuándo te vimos forastero, y te recogimos, o desnudo, y te cubrimos? ¿O cuándo te vimos enfermo, o en la cárcel, y vinimos a ti? Y respondiendo el Rey, les dirá: De cierto os digo que en cuanto lo hicisteis a uno de estos mis hermanos más pequeños, a mí lo hicisteis.”* (Mateo 25:34-40)

Usar la vida, la experiencia, el dolor propio para ayudar a otros es la culminación del duelo y permite enfrentar lo que venga adelante con un nuevo valor y una nueva forma de ver las cosas.

CONCLUSIÓN

Cuando la espiritualidad es parte de la vida, cuando realmente se vive una relación personal con Dios a través de la salvación proporcionada por Jesucristo y la presencia del Espíritu Santo en la vida del creyente, resulta más fácil tener la fortaleza para enfrentar las pérdidas y los sufrimientos que estas conllevan.

Cuando esta relación personal con el Creador transforma la forma de ver la vida y el mundo; cuando sus principios rigen la forma de vivir y el cristianismo no es una religión, sino una verdadera forma de vida, la capacidad que se tiene para

enfrentar las pérdidas se potencializa y se puede enfrentar cualquier pérdida, cualquier dolor, cualquier sufrimiento y transformarlo en una bendición para la vida. Este pensamiento expresa más claramente esta conclusión:

LO QUE EL CÁNCER NO PUEDE HACER:

No puede invadir el alma.
No puede paralizar el amor.
No puede hacer añicos la esperanza.
No puede destruir la paz.
No puede corroer la fe.
No puede matar la amistad.
No puede reprimir los recuerdos.
No puede silenciar el valor.
No puede robar la Vida Eterna.
No puede aturdir mi confianza en Dios.
No puede conquistar el espíritu.
Anónimo

Al estar en relación estrecha con el Creador, el espíritu toma tal fuerza que se vuelve inquebrantable y no hay nada externo que pueda robar esa paz que solo Dios puede traer al hombre.

De igual forma cualquier persona que puede relacionarse con Dios y pone en práctica los principios de su palabra tendrá la fuerza suficiente para hacer de sus pérdidas, dolores y sufrimiento, independientemente de su causa, una bendición en su vida que traerá grandes éxitos en su camino.

BIBLIOGRAFÍA

- Bancroft, Emery **“Fundamentos de Teología Bíblica”** Ed. Publicaciones Portavoz Evangélico, Grand Rapids, Michigan, 1896.
- Biblia, **“Reina-Valera Revisión 1960”** Ed. Sociedades Bíblicas Unidas, México, 1989.
- García Férez, J y Alarcos F. J. **“10 Palabras Clave en Humanizar la Salud”** Ed. Verbo Divino, Navarra, España, 2002.
- Gothard, Bill, **“Basic Seminar Follow-up Course”**, Institute in Basic Life Principles, Oak Brook, Illinois, 1996.
- Gothard, Bill, **“Basic Seminar Textbook”** Institute in Basic Life Principles, Oak Brook, Illinois, 1981.
- Gothard, Bill, **“Effective Counseling Course”**, Institute in Basic Life Principles, Oak Brook, Illinois, 1996
- Gothard, Bill, **“Manual del Reconstructor”** Institute in Basic Life Principles, Oak Brook, Illinois, 1981.
- Harrison, Everett (editor), **“Diccionario de Teología”**, Ed. T.E.L.L., Jenison, Michigan, 1990.
- McClung Jr., Floyd, **“El corazón paternal de Dios”** Ed. Betania, Minneapolis, Minnesota, 1988.
- Madoz, Vicente, **“10 Palabras Clave Sobre los Miedos del Hombre Moderno”** Ed. Verbo Divino, Navarra, España, 2001.
- Moheno, Cristina **“La Trascendencia de la Muerte en la Espiritualidad Cristiana Católica”**, Asociación Mexicana de Tanatología a. C., México. <http://www.tanatologia-amtac.com/biblioteca.html>
- Pendleton, J. M., **“Compendio de Teología Cristiana”**, Ed. Casa Bautista de Publicaciones, El Paso, Texas, 1950.
- Reyes, Zubiría Alfonso, **“Acercamientos Tanatológicos al Enfermo Terminal y su Familia”** Ed. Triple Diseño, México, 1999.
- Strong, James, **“Nueva Concordancia Exhaustiva Strong”**, Ed. Caribe, Miami, Florida, 2002.