

Capítulo 2: Lidian con el dolor

Idea principal:

Los cristianos de cerca lidian tanto con el dolor propio como con el ajeno.

Objetivos:

- Entender las maneras correctas de hacerle frente al dolor.
- Ser sensibles ante el dolor ajeno.
- Bendecir al prójimo por causa de nuestro propio dolor.

APERTURA

C. S. Lewis escribió: «El dolor no solo es un mal inmediatamente reconocible, sino uno imposible de ignorar [...] El dolor insiste en ser atendido». ¿Estás de acuerdo con estas definiciones? ¿Cuál es tu manera de *atender* el dolor?

El dolor es un sentimiento común de todas las personas porque es parte de nuestra vida terrenal. Sin embargo, hay diferentes maneras de sobrellevarlo. Sebastián nos introduce en el tema a partir de su propia experiencia.

REPASO Y ESTUDIO

Todos asumimos diferentes maneras de hacerle frente al dolor: lo ignoramos, no nos detenemos a reflexionar en él, lo aprisionamos muy profundo para que duela o influya menos, adoptamos un aparente estado de superación. O, como Sebastián, tenemos un fuerte sentido de negación ante el dolor durante muchos años. **¿Qué problemas generó en tu mente y en tus emociones tu manera de tratar el dolor?**

¿Qué consecuencias produjo en tu carácter o en tus rutinas? ¿Cómo repercutió sobre las personas de tu ámbito más cercano?

Sebastián dijo que Dios se encargó de modificar la forma y la actitud de enfrentarse con el dolor. **¿Has aprendido a enfrentar tu dolor sanamente? ¿Qué o quiénes influyeron sobre ti para ayudarte a lidiar con tu dolor?**

¿Por qué Sebastián dice que los cristianos tenemos una falsa concepción triunfalista ante el dolor? ¿Estás de acuerdo con él?

¿Has resuelto el dolor de otro, diciéndole: «Voy a orar por ti»? ¿Has orado pidiendo a Dios insistentemente para que tu propio dolor se termine, como si tú mismo estuvieras «cancelándolo» en el nombre de Jesús? ¿Por qué estas fórmulas resultan insuficientes para nuestros duelos y dolores?

Conversen sobre la equivocada interpretación de que como Jesús venció en la cruz, los creyentes no tienen otra posibilidad que vivir en victoria. Sin embargo, el dolor forma parte de nuestras vidas.

Lee Nehemías 1.4. Nehemías se sentía profundamente angustiado de que las cosas en Jerusalén no habían promovido la causa y la gloria de Dios. **¿Qué acciones realiza Nehemías al enterarse de tan malas noticias?** (Se sentó, lloró, hizo duelo, ayunó y oró a Dios). **¿De qué forma hubieras reaccionado tú?**

Sebastián comenta que «en las iglesias vemos personas que ayunan y oran, pero no gente que llora y hace el duelo». **Si estás de acuerdo con esta afirmación, ¿cuál crees que es la razón de ello?**

Lee Romanos 12.15. **¿Por qué es más fácil cumplir el primer mandato del texto? ¿Qué significa realmente «llorar con los que lloran»?**

¿Alguna vez has sido reconfortado por un creyente que se lamentó contigo? En alguna ocasión, ¿fuiste tú usado por Dios mientras llorabas junto con tu hermano?

Algunos sufren por lo que han hecho; otros, por lo que la gente les hace a ellos. Muchos padecen porque son víctimas de circunstancias que no pueden controlar. **¿Cumples la ley de Cristo expresada en Gálatas 6.2? ¿Cuándo llevaste encima una carga o peso para aliviar a otra?**

Sebastián explica que «el dolor nos fortalece, nos edifica y, principalmente, nos acerca a Dios».

Lee Salmos 34.17-19. **¿Qué promesa hay para el clamor de los justos?** (El Señor oye y los libra de todas sus angustias). **¿Qué conocimiento seguro y claro brinda al creyente la proximidad del Señor?** (Su cercanía: Dios manifiesta a la persona que sufre la sensación de su cuidado y consuelo amorosos).

¿Por qué puedes decir que Dios no es indiferente ante el corazón quebrantado y el espíritu destrozado de sus hijos? ¿Qué promesas de su Palabra te han sostenido en momentos de profundo dolor? ¿Qué aprendiste sobre la oración en medio del sufrimiento?

A veces, las experiencias de adoración más profundas brotan durante los días más oscuros, cuando el dolor es enorme. Dialoguen cómo a través del sufrimiento aprendemos a pronunciar las oraciones más auténticas y sinceras. Expresa tu experiencia personal al respecto para ayudar al grupo a hacer lo mismo.

Según el versículo 19, ¿cuántas son las dificultades del creyente? (Muchas). ¿Qué garantía tiene él de parte de Dios? (Será librado en toda ocasión).

Dios no promete guardar a todos sus fieles de todo sufrimiento. Pero él ordena nuestros sufrimientos para que nada pueda desvanecer sus propósitos para nuestras vidas. ¿Cómo cambia esto la manera en que vemos las aflicciones que enfrentamos?

Sebastián aprendió que «los cristianos que lidian con el dolor propio son más sensibles al ajeno, menos críticos y más proclives a demostrar a otros la compasión que viene del Señor». **¿Por qué creen que esto es así?** (Porque el registro de nuestro propio dolor nos permite ver al que sufre y compadecemos de él. Una persona es misericordiosa con las demás porque ha podido reconocer el socorro de Dios en su vida).

Lee 2 Corintios 1.3-4. ¿Cómo describe Pablo a Dios Padre en el versículo 3? (Padre de misericordias y Dios de toda consolación).

Según el versículo 4, ¿qué hace Dios por el creyente atribulado? (Lo consuela). **¿Para qué lo hace?** (Para que el creyente pueda consolar a otros).

¿Piensas que tu dolor es solamente tuyo? ¿Por qué Sebastián dice que, en realidad, es de la iglesia de Cristo?

¿Qué sucedió cuando otro creyente consoló tu corazón en un momento crítico?

¿Qué dolor en tu vida te permitió crecer más? ¿De qué maneras Dios completó tu proceso de sanación mientras servías a una persona que estaba atravesando un dolor?

«Necesitamos mirar nuestro dolor de manera colectiva, no individualmente. ¿Cuáles son los momentos difíciles de tu vida en que Dios te ha consolado? Ese es tu nuevo capital», concluye Sebastián.

APLICACIÓN

— Reflexiona si eres el tipo de padre o madre que hace todo lo posible por «salvar del dolor» a sus hijos. Según la edad, piensa en situaciones cotidianas en que puedes enseñar sobre el dolor a tu hijo (por ejemplo, cuando se lastima al caerse de su bicicleta, cuando está triste porque se murió su mascota, cuando llora porque su amigo está muy enfermo). Ayúdalo a aprender las maneras correctas en que el creyente puede enfrentarlo.

— Mira alrededor de ti, más allá de tu círculo de amigos, a las personas que rondan tu mundo cotidiano. Esta semana, pídele a Dios que te haga sensible ante el dolor de alguna persona, cristiana o no. Ora para llevar consuelo a su alma (Pr 12.25). Sin considerar tu propio afán, busca oportunidades para mostrarle la compasión que viene del Señor. Haz preguntas, busca información, sé paciente en escucharla. Anímalas a obtener una perspectiva útil para seguir adelante a través de la palabra de Dios.

— Sintoniza tus emociones con las de una persona que esté atravesando el mismo dolor que tú ya viviste: la pérdida de un ser amado, un divorcio, alguna clase de abuso, una enfermedad, etc. Comparte con ella tu propio dolor. Transmítele cómo Dios te consoló a ti. Observa la manera en que Dios, en su sabiduría, irá completando el proceso de sanación en tu vida mientras sirves a quien está en dolor.

UN PASO MÁS

Escribe en tu diario personal lo que has aprendido en este capítulo. Medita en el texto de Juan 13.35. Pídele a Dios que ponga su amor en ti, para manifestarlo a alguien en necesidad.