

# LIBRES PARA DESCANSAR



Sábado 14 de agosto

**LEE PARA EL ESTUDIO DE ESTA SEMANA:** Marcos 2:1–12; 1 Reyes 18; 19:1–8; Mateo 5:1–3; Isaías 53:4–6; 2 Reyes 2:11.

## PARA MEMORIZAR:

“Jehová es mi luz y mi salvación; ¿de quién temeré? Jehová es la fortaleza de mi vida; ¿de quién he de atemorizarme?” (Sal. 27:1).

**M**uchos de los que se encontraron con Jesús en su ministerio terrenal eran enfermos, a veces incluso enfermos terminales. Acudían en masa a Jesús en busca de salud y descanso de sus sufrimientos. Y siempre los obtuvieron.

A veces, Jesús solo decía una palabra, y se recuperaban por completo. A veces tocaba a los enfermos, y se sanaban milagrosamente. A veces los despedía, y la curación se producía yendo de camino. Jesús sanó a hombres, mujeres, niños, judíos, no judíos, ricos y pobres, y a gente sencilla. Los peores casos de lepra y ceguera no quedaban fuera de su alcance. Por cierto, incluso sanó a los que padecían la peor “enfermedad” de todas: la muerte.

Esta semana, analizamos dos ejemplos de curación muy diferentes. En uno, la persona estaba tan enferma que ni siquiera podía acercarse a Jesús por sus propios medios. Sus síntomas eran bien visibles para todos. En el otro caso, no había síntomas visibles ni obvios. En ambos casos, la sanidad llegó a la manera de Dios y a su tiempo.

Al explorar el tema del descanso del dolor y el sufrimiento, también consideraremos la pregunta que todos, en algún momento u otro de nuestra experiencia cristiana, nos hemos planteado: ¿Qué sucede cuando oramos por sanidad y no recibimos respuesta?

¿Cómo hallar descanso entonces?

## DESCANSO CURATIVO

Si hay un momento en el que necesitamos descansar, es cuando estamos enfermos. Necesitamos descanso físico para que nuestro cuerpo pueda reactivar el sistema inmunológico.

Ya menudo también necesitamos descanso mental. A veces simplemente son situaciones en las que no hay peligro de vida, como un resfriado o una migraña. Nos quedamos ahí y tratamos de no pensar en todo lo que deberíamos estar haciendo, pero no podemos.

A veces, cuando se trata de algo potencialmente mortal, nos desvelamos y nos preocupamos por los resultados de las pruebas médicas. Y luego muchas veces comenzamos a preguntarnos por qué. Ese estilo de vida poco saludable, ¿finalmente nos ha pasado factura? ¿Serán las drogas que tomamos hace veinte años? ¿Será el exceso de peso que hemos estado acarreado durante los últimos años? Dios ¿nos estará castigando por ese pecado secreto que nadie más conoce?

### Lee Marcos 2:1 al 4. ¿Qué ocurre aquí?

---

Para el paralítico de esta historia, este era un caso obvio. En *El Deseado de todas las gentes* (pp. 232-237), captamos el trasfondo. El paralítico había hecho algunas cosas de las que no estaba muy orgulloso. Su vida pecaminosa le causó esta enfermedad, y los expertos espirituales trazaron una línea directa de causa a efecto. Había acarreado esta enfermedad sobre sí por sus pecados, y no había cura.

Esta actitud puede ser muy común. Al parecer, muchas veces nos obsesionamos con *quién lo hizo*. Si se ha cometido algún delito, alguien debe pagarlo. Si hay un accidente en alguna parte, hay que demandar a alguien. Pero, echar la culpa a alguien no produce sanidad ni plenitud en el enfermo.

El diseño original de Dios no incluía el dolor, la enfermedad ni el sufrimiento. La enfermedad llegó a este planeta solo con la entrada del pecado. Por eso, Dios nos da pautas de salud, para que podamos disfrutar de una mejor calidad de vida ahora. Pero, mientras estemos en este mundo enfermo de pecado, no habrá garantías de salud, aun cuando sigamos los principios de salud.

Lo bueno es que Dios puede darnos descanso, ya sea que estemos enfermos o sanos; ya sea que nuestra enfermedad sea resultado de nuestras propias acciones o del descuido de otra persona, de nuestros genes, o simplemente una consecuencia de vivir en este mundo pecaminoso.

- Cuando alguien se enferma, no es bueno comenzar a culpar. Al mismo tiempo, ¿por qué entender la causa de una enfermedad puede ser, en algunos casos, un paso crucial hacia la curación y la recuperación?

## TRATAMIENTO DESDE LA RAÍZ

Habían bajado al paralítico ante la presencia de Jesús y todos los ojos estaban puestos en Jesús. ¿Decidiría sanar a un pecador ostensible? ¿Diría algo para reprender la enfermedad?

**¿Qué hace Jesús para curar al paralítico? ¿Qué es lo primero que Jesús hace por él? Lee Marcos 2:5 al 12.**

---

---

Como a menudo no nos damos cuenta de una enfermedad hasta que notamos los síntomas, muchas veces asumimos que la enfermedad simplemente son los síntomas. Creemos que deshacerse de los síntomas implica curarse. Jesús aborda la enfermedad de manera diferente. Él conoce la raíz de todo sufrimiento y enfermedad, y quiere tratar esto en primer lugar.

En el caso del paralítico, en lugar de tratar inmediatamente los efectos obvios de la enfermedad, Jesús va directo a la raíz de lo que más le molesta al hombre. El paralítico siente el peso de la culpa y la separación de Dios con más intensidad que su enfermedad. Y así, Jesús va directo a la raíz y primeramente le ofrece el perdón.

Los dirigentes religiosos se sorprenden cuando escuchan a Jesús pronunciar el perdón. En respuesta a sus acusaciones tácitas, Jesús plantea una pregunta.

**Lee Marcos 2:8 y 9. ¿Qué desafío presenta Jesús a los escribas? ¿Cuál es el tema que aborda realmente?**

---

---

Generalmente hablar es fácil, pero no cuando Dios habla. Por la poderosa palabra de Dios, todas las cosas llegaron a existir (Gén. 1). Aunque el perdón no es algo que se pueda ver, es costoso. El perdón le costó la vida al Hijo de Dios en la Cruz; todo lo demás es secundario. Para demostrar el poder y la realidad del perdón, Jesús decide curar al paralítico.

Dios anhela curarnos por dentro en primer lugar. Y luego, a veces, decide brindarnos sanidad física inmediata, como con el paralítico; o a veces tendremos que esperar a la mañana de la resurrección para experimentar la sanidad física. De cualquier manera, nuestro Salvador quiere que podamos descansar en la seguridad de su amor, su gracia y su perdón ahora mismo, incluso en medio de nuestro sufrimiento.

■ ¿Cómo podemos hallar descanso y paz, aunque no recibamos respuesta al orar por sanidad, al menos por ahora?

## HUIR

Según datos de la Organización Mundial de la Salud (OMS), la enfermedad más común en todo el mundo, que afecta a más de trescientos millones de personas cada año, no siempre presenta síntomas visibles. La depresión es la principal causa de discapacidad en todo el mundo y es uno de los principales contribuyentes a la carga mundial de morbilidad.

Lamentablemente, no se habla de depresión con frecuencia en el cristianismo, por considerarla una señal de falta de fe. Después de todo, ¿no se supone que los cristianos siempre deben estar llenos de gozo y felicidad, y cosas por el estilo? Entonces, la depresión, ¿no es una señal de que algo anda mal en nuestra relación con Dios?

La mayoría sabe que esto no es cierto. Incluso los cristianos, los cristianos fieles, a veces pueden luchar contra la depresión, especialmente después de un hecho traumático, y esto no es una señal de falta de fe ni de confianza en Dios. Una vez más, uno puede leer los Salmos y ver el dolor, el sufrimiento y la angustia que sufrió el pueblo fiel de Dios.

A veces, la depresión se apodera de nosotros en forma lenta y silenciosa, y la reconocemos solo cuando se afianza y ejerce control. A veces ataca rápidamente, después de un acontecimiento físico o emocional especialmente agotador. Por ejemplo, el fiel profeta de Dios, Elías, estaba completamente agotado, emocional y físicamente, después del evento del Monte Carmelo.

**En 1 Reyes 18, Elías acaba de ver el milagro del fuego de Dios que descendió del cielo. En respuesta a su oración, vio caer lluvia y poner fin a una sequía de tres años. ¿Por qué Elías sale huyendo en reacción a la amenaza de Jezabel? Lee 1 Reyes 19:1 al 5.**

Elías ha tenido 24 horas muy agotadoras. Esta experiencia, junto con un brusco despertar y una amenaza de muerte, sirve como desencadenante de depresión para Elías.

Así que, Elías comienza a correr en un intento por escapar. A veces nosotros corremos al refrigerador y tratamos de recuperar la felicidad comiendo. A veces intentamos sosegar nuestro agotamiento emocional. A veces buscamos una nueva relación, trabajo o lugar en nuestro afán por escapar. Y a veces nos sumergimos en más trabajo, más fechas de entrega y reuniones, mientras nos concentramos en huir de algo sin nombre que agota nuestra alegría y nuestro descanso. Y, por supuesto, muchos utilizan “medicamentos” de algún que otro tipo en un intento de aliviar el dolor. Sin embargo, al final, estas cosas solo disfrazan los síntomas; no resuelven el problema y, a menudo, solo lo empeoran.

## DEMASIADO CANSADO PARA CORRER

Elías está demasiado cansado para seguir corriendo. Y entonces vuelve a orar. Esta oración es muy diferente de la oración llena de fe que Dios respondió en el Monte Carmelo (1 Rey. 18:36, 37). Esta es una oración de desesperación, simple y corta.

**En 1 Reyes 19:4, Elías declara que no es mejor que sus padres. ¿De qué estaba hablando?**

---

Cuando Elías finalmente se tranquiliza, la culpa se apodera de él. Se da cuenta de que su rápida huida se ha robado lo que podría haber sido una gran oportunidad para la reforma de Israel. Comprende que ha decepcionado a quienes lo necesitaban. Y no puede hacer nada al respecto. Por ende, en un doloroso momento de autorreflexión, conociendo muy bien la historia de su pueblo, se ve a sí mismo como lo que realmente es.

Eso puede ser una revelación dolorosa para cualquiera, ¿verdad? Es decir, vernos como somos realmente. Cuán agradecidos debemos estar por la promesa de que, por más pecaminosa que haya sido nuestra vida, en Cristo, Dios nos verá como ve a Jesús. ¿Qué mayor esperanza podemos tener que, mediante la fe, podamos reclamar la justicia de Cristo? (Ver Fil. 3:9.)

No obstante, la depresión tiene una manera de arrastrarnos a un oscuro torbellino de autoaversión. Y a veces empezamos a pensar que la muerte es la única salida.

Este parece ser el caso de Elías. Es demasiado para él. Dice: “Basta ya, oh Jehová, quítame la vida, pues no soy yo mejor que mis padres” (1 Rey. 19:4).

Lo bueno es que el gran Médico no condena a Elías. Dios comprende mejor que nosotros a qué nos enfrentamos mientras luchamos contra la depresión.

“Quizá no tengamos en el momento ninguna evidencia notable de que el rostro de nuestro Redentor se inclina hacia nosotros con compasión y amor; pero esto es así a pesar de todo. Quizá no sintamos su toque visible, pero su mano está sobre nosotros con amor y ternura compasiva” (CC 83).

Dios sabe y entiende que “largo camino [nos] resta” (1 Rey. 19:7), pero a veces tiene que esperar hasta que dejemos de correr. Recién entonces puede intervenir.

A veces, aquellos que se están ahogando se confunden tanto que luchan contra un socorrista. El socorrista entonces tiene que retroceder y esperar para realizar el rescate hasta que la víctima realmente quede inconsciente.

■ ¿Qué esperanza y consuelo puedes encontrar en los siguientes textos: Salmo 34:18; Mateo 5:1-3; Salmo 73:26; Isaías 53:4-6?

## DESCANSO Y MÁS

Dios sabe que Elías se cansó de tanto correr. Dios sabe que, más que estar físicamente cansado, Elías está emocionalmente agotado y carga con un tremendo peso de culpa. Como Jesús hizo con el paralítico muchos años después, Dios hace borrón y cuenta nueva, y le da descanso a Elías. Finalmente, este puede dormir bien y reanimarse.

Cabría esperar que este fuera el final de la historia; pero, no. El descanso de Dios no ocurre una sola vez. Entrar en el reposo de Dios tiene que ver con sanar; con desaprender lentamente los patrones de pensamiento negativos y los hábitos destructivos. Dios no cura precipitadamente.

---

### **Lee 1 Reyes 19:5 al 8. ¿A dónde va Elías ahora y por qué?**

---

Después de descansar, Elías vuelve a correr. Pero esta vez Dios reorienta su marcha. Dios comprende que la vida en este mundo pecaminoso puede causar depresión. Él comprende nuestro impulso de “correr”, pero quiere redirigir nuestra marcha. En vez de todos los mecanismos autodestructivos de afrontamiento que probamos en ocasiones, quiere que corramos hacia él. Y, una vez que empezamos a correr hacia él, quiere enseñarnos a escuchar el “silbo apacible y delicado” (1 Rey. 19:12) que nos dará descanso.

Elías no tenía fuerzas para levantarse y hacer el viaje para encontrarse con Dios. Dios provee la energía para la reunión, y el Señor promete un mañana mejor.

Mientras Elías estaba acostado debajo de su enebro y deseaba morir, creía que sus mejores días habían quedado atrás.

---

### **Lee 1 Reyes 19:15 y 16; y 2 Reyes 2:11. ¿Qué le esperaba a Elías todavía?**

---

Dios sabía que le esperaban días mejores a Elías. El profeta sanaría cuando aprendiera a regular su vida con los ritmos de Dios y a aceptar su descanso. Todavía quedaban reyes por ungir y un sucesor por elegir. Dios ya sabía acerca de Eliseo, que llegaría a ser tan unido como un hijo para Elías. Dios sabía que con fe Elías volvería a hacer descender fuego del cielo (2 Rey. 1:10). Para el profeta, no habría ninguna muerte desesperada bajo un enebro, sino más bien un paseo en carro de fuego hacia el descanso celestial.

■ ¿Qué podemos aprender de la historia de Elías? ¿Por qué, sin importar lo mal que nos sintamos, con el poder de Dios debemos tratar de no rendirnos?

## PARA ESTUDIAR Y MEDITAR:

“Con los continuos cambios de las circunstancias, se realizan cambios también en nuestra experiencia, y por ellos somos o exaltados o deprimidos. Pero el cambio de circunstancias no tiene el poder de cambiar la relación de Dios hacia nosotros. Él es el mismo ayer, y hoy y por los siglos, y nos pide que tengamos una confianza inquebrantable en su amor” (ELC 122).

“Sigán contemplando a Jesús, continúen orando con fe silenciosa, prosigan apoderándose de su fuerza, ya sea que experimenten algún sentimiento o no. Sigán avanzando sin vacilación, como si cada oración ofrecida hubiese sido colocada en el Trono de Dios y contestada por aquel cuyas promesas nunca fallan. Prosigan adelante, cantando y entonando melodías a Dios en vuestros corazones, aunque os encontréis deprimidos por una sensación de peso y de tristeza. Les digo, como alguien que sabe, que la luz vendrá, que tendremos gozo y que la niebla y las nubes serán rechazadas. Y así pasaremos del poder opresivo de las sombras y las tinieblas al sol brillante de su presencia” (MS 2:298)

## PREGUNTAS PARA DIALOGAR:

1. A menudo es muy difícil ayudar a alguien que sufre de trastornos mentales o de depresión. ¿Cuál sería una buena estrategia para que tu iglesia aprenda a atender de manera más eficaz las necesidades de los afectados por la depresión?
2. Muchas veces nos esforzamos para ser abiertos y honestos ante Dios. Analicen algunos Salmos, y vean cuán abiertos y honestos fueron los autores bíblicos ante Dios. ¿Cómo podemos fomentar una atmósfera de franqueza y honestidad en nuestra congregación local?
3. Orar a veces es difícil cuando nos enfrentamos a la depresión. Analicen el poder de la oración intercesora en favor de quienes no pueden orar por sí mismos.
4. ¿Por qué es tan importante que recordemos que la fe no es un sentimiento? El hecho de que estemos deprimidos, desanimados, con miedo y preocupados no significa que nos falte fe o confianza en Dios. Solo significa que, por el momento, estamos deprimidos, desanimados, con miedo y preocupados, como todos, en algún momento u otro. ¿Cómo podemos asimilar que, en momentos como ese, es fundamental aferrarnos a la fe, sin importar cuán difícil pueda parecer?
5. ¿Qué gran esperanza puedes extraer de la historia del paralítico, especialmente si un estilo de vida pecaminoso te ha acarreado enfermedades y dolencias?