

“EL PROCESO DEL DUELO”

(Domingo 22 de mayo de 2016)

(No. 637)

(Por el pastor Emilio Bandt Favela)



“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”
(2 Corintios 1:3-4)

La muerte física ha estado entre nosotros desde el principio. Desde que el hombre es sobre la tierra, la muerte ha estado presente entre la humanidad.



Todos hemos experimentado la partida de un ser querido o de algún conocido y hemos vivido lo que se siente cuando la muerte llega. Sin embargo, todavía no la podemos digerir, todavía no la entendemos y ella siempre nos sorprende y por eso sufrimos.

Al proceso que sigue inmediatamente a la muerte de un ser amado se le llama duelo. La finalidad del duelo es recuperarse de la forma más saludable y en el tiempo más corto posible hasta lograr el equilibrio emocional necesario.

Solo que a algunas personas les cuesta mucho trabajo aceptar la muerte y no logran superar su pesar a tal grado que se convierte en un duelo patológico que requiere la ayuda de profesionales. Para algunos estudiosos de la tanatología, el mexicano siente más la muerte de un ser querido debido a su profundo apego a la familia. Es muy diferente a un anglosajón o a un europeo, quienes casi no sienten, o aparentan no sentir mucho su pena.

Hoy, le quiero compartir lo que la Biblia dice acerca del proceso del duelo, con la esperanza de que nos ayude si llegamos a sufrir la experiencia de la partida de un ser amado o bien, que podamos ayudar a quien lleva sobre sí esa pena tan grande.

1. Considere seriamente que la muerte es inevitable.

Se dice que es un hecho tan natural como el nacimiento.

Usted debe recordar que todos hemos de morir, que nadie puede evadir a la muerte, ni aunque tenga mucha riqueza, ni mucho estudio o juventud. Ciertamente morir es lo más seguro para el ser humano en su porvenir.

Permítame relatarle lo siguiente: La Gran Muralla China fue construida entre los años 228 y 204 a.C. Tiene cerca de 2500 km de extensión, con un espesor de 5 a 9 metros; con torres o atalayas espaciadas a todo lo largo, atravesando ríos y montañas. Pero lo más interesante es que aunque la historia nos dice que fue construida para defender el imperio chino contra las incursiones de las hordas tártaras, lo cierto es que el emperador Shih Huang Ti, tenía tan gran miedo a la muerte que mandó edificar esa muralla para impedirle el paso. Ese mismo emperador tenía un palacio de 365 recámaras y dormía cada noche en una diferente, para que si la muerte lograba penetrar la muralla, no lo encontrara en un mismo cuarto. Él quería evadir a la muerte, pero no lo logró.



La Palabra de Dios dice que la muerte llega a todos. Es muy interesante ver que los personajes antediluvianos eran hombres de gran edad sobre la tierra. Según la narración del Antiguo Testamento el hombre más longevo sobre la tierra fue Matusalén con novecientos sesenta y nueve años; le sigue Jared, el padre de Enoc, con novecientos sesenta y dos años y el tercero más viejo fue Noé con novecientos cincuenta años de edad. Entre los patriarcas del pueblo de Israel Abraham vivió ciento setenta y cinco años; Isaac fue el más viejo con ciento ochenta años; Jacob vivió ciento cuarenta y siete años y José ciento diez años de vida sobre la tierra.

En la Biblia solo hay dos personajes que fueron transportados por Dios y no vieron muerte: Enoc y Elías, pero todos los demás, todos ellos, sin faltar uno solo de ellos, murieron. Aun los más viejos como Matusalén y otros, todos murieron. El hombre es transitorio. Ningún ser humano permanecerá en la tierra para siempre. Aunque se afane por alargar la vida, con la ciencia, con la tecnología, con la medicina, el hombre pasará como dice el profeta, como la hierba del campo.

Es el sabio Salomón el que nos recuerda que: ***“Todo acontece de la misma manera a todos; un mismo suceso ocurre al justo y al impío; al bueno, al limpio y al no limpio; al que sacrifica, y al que no sacrifica; como al bueno, así al que peca; al que jura, como al que teme el juramento. Este mal hay entre todo lo que se hace debajo del sol, que un mismo suceso acontece a todos... y después de esto se van a los muertos”*** (Eclesiastés 9:2-3).

2. Exprese abiertamente su dolor.

Busque a alguna persona apropiada para que usted pueda hablar con ella de su pérdida y de sus sentimientos al respecto. Es sano tener dolor y aflicción. Se trata de una experiencia humana universal por la que debemos pasar todos. Alguien dijo que la aflicción es “un don de Dios” porque es lo que nos ayuda a vencer el duro y tremendo golpe de la muerte y sus consecuencias emocionales.

Además de hablar es también saludable llorar. El llanto por un periodo conveniente ayuda a descargar todo lo que tiene adentro. Aunque usted sea cristiano, debe llorar. Es bueno hacerlo. Recuerde que ante la muerte de su amigo Lázaro, Jesús lloró (Juan 11:35).



Igualmente, también es bueno expresar otros sentimientos que van asociados con el duelo, tales como el sentido de culpa, de ira, de frustración, confusión o desesperación. Todas estas emociones no deben ser reprimidas, porque luego van al cuerpo, allí se procesan y enferman a las células, las cuales se vuelven cancerígenas. Quienes se dedican a estudiar el tema de las emociones nocivas nos dicen que el sentimiento almacenado provoca estrés que es la enfermedad moderna, pero también destres que es una tensión mucho mayor y ésta puede provocar muchos males en el cuerpo como diabetes, hipertensión, embolias, infartos, diversos tipos de cáncer y otras muchas enfermedades.

3. Confíe en Dios.

Algunas personas, ante el impacto de la muerte, se llenan de indignación y buscan culpables. De la negación se pasa a la ira, al enojo, a veces contra los demás, en ocasiones contra sí mismo; pero la mayoría de las veces es contra Dios. La gente piensa que si Dios es Todopoderoso bien pudo evitar que el ser amado muriera y como no impidió el deceso entonces arremeten contra ÉL.

Quiero decirle que Dios no tiene culpa alguna cuando alguien muere. Dios no quiere la muerte para ninguno. La Biblia dice a través de los profetas: **“Porque no quiero la muerte del que muere, dice Jehová el Señor...” (Ezequiel 18:32)**. También lo dice a través de los apóstoles: **“El Señor... es paciente para con nosotros, no queriendo que ninguno perezca...” (2 Pedro 3:9)**.

De hecho, Dios ve a la muerte como un enemigo a vencer. Mire lo que dice la Biblia por medio del apóstol Pablo: **“Y el postrer enemigo que será destruido es la muerte” (1 Corintios 15:26)**.

Así que, cuando alguien parte de este mundo, no ha sido porque Dios esté en contra de la familia y por gusto les cause este gran dolor, al contrario, Dios está a favor de los deudos y les ofrece su gracia, su amor, su misericordia, su paz, su consolación.



Permítame compartirle algunas Santas Escrituras que nos dicen que Dios trabaja en el corazón de los dolientes para sanarlos: **“ÉL sana a los quebrantados de corazón, Y venda sus heridas” (Salmo 147:3)**. Otro texto aquí mismo en el libro de los Salmos dice: **“Cercano está Jehová a los quebrantados de corazón; Y salva a los contritos de espíritu” (Salmo 34:18)**. Deseo que observe que ÉL está cerca y sana a los quebrantados de corazón.

Otro texto en los profetas dice: **“Porque así dijo el Alto y Sublime, el que habita la eternidad, y cuyo nombre es el Santo: Yo habito en la altura y la santidad, y con el quebrantado y humilde de espíritu, para hacer vivir el espíritu de los humildes, y para vivificar el corazón de los quebrantados” (Isaías 57:15)**.

Nuestro Señor Jesucristo dijo que había sido enviado por el Padre con investidura del Espíritu



Santo precisamente para sanar los corazones dolientes. Dice así una cita del Santo Evangelio: **“El Espíritu del Señor está sobre mí, Por cuanto me ha ungido para dar buenas nuevas a los pobres; Me ha enviado a sanar a los quebrantados de corazón; A pregonar libertad a los cautivos, Y vista a los ciegos; A poner en libertad a los oprimidos” (Lucas 4:18)**.

La Biblia nos presenta a Dios como el Dios de toda consolación. El apóstol Pablo escribe: **“Bendito sea el Dios y Padre de nuestro Señor Jesucristo, Padre de misericordias y Dios de toda consolación” (2 Corintios 1:3)**.

Pablo nombra aquí al Padre: Dios de toda consolación. La consolación nace en el corazón de Dios. Toda consolación viene de Dios y nuestras consolaciones más dulces están en ÉL. Da paz a las almas otorgando remisión gratuita de pecados, y las consuela por la influencia vivificante del Espíritu Santo, y por las ricas misericordias de su gracia. ÉL es capaz de vendar el corazón roto, de sanar las heridas más dolorosas y de dar esperanza y gozo en las aflicciones más pesadas. ÉL envía consuelo suficiente para sostener a los que simplemente confían en ÉL.

Es interesante observar que uno de los nombres de Dios es Consolador. El Señor mismo así se llama: **“Yo, yo soy vuestro consolador...” (Isaías 51:12)**. El Dios nuestro tiene toda la capacidad para consolarnos y levantarnos del lugar donde nos encontremos. ÉL ciertamente puede solucionar toda clase de aflicción. ÉL quiere vernos perseverar con gozo en nuestra vida.

En medio de su dolor, usted hará bien en acudir a Cristo. ÉL dijo estas hermosas palabras: **“Venid a mí todos los que estáis trabajados y cargados, y yo os haré descansar” (Mateo 11:28)**. Quien viene a Cristo, recibirá toda su misericordia y compasión, ya que la Biblia dice que ÉL es misericordioso y compasivo (Santiago 5:11). Quien viene a Cristo, recibirá su infinita ternura, ya que la Biblia dice que ÉL es tierno (2 Corintios 10:1). Quien viene a Cristo, recibirá su inmenso amor, ya que la Biblia dice que ÉL ama a los suyos y los ama hasta el fin (Juan 13:1). Quien viene a Cristo, recibirá su bondad, ya que la Biblia dice que Dios nuestro Salvador está lleno de bondad y amor (Tito 3:4). Quien viene a Cristo, recibirá su perfecta paz, ya que la Biblia dice que ÉL nos da su paz, no la del mundo, sino la mismísima paz de Cristo (Juan 14:27).

ÉL venda las heridas, vendar es curar, curar es sanar, sanar es quitar lo malo y poner lo bueno. Si hay tristeza en el corazón, el Señor se compromete a llenarlo de gozo; si hay inquietud, lo llenará de paz; si hay odio o resentimiento, lo colmará de amor; si hay congoja, pesar, pena, lo saturará de su divina consolación.

Estamos hablando del Poderosísimo Salvador quien quiere que le traigamos todas nuestras cargas, entendiendo por éstas, todos nuestros pecados, todas nuestras dudas, todas nuestras congojas, todas nuestras preocupaciones, todos nuestros pendientes, apuros, angustias, dolores, desilusiones, frustraciones y fracasos.

¡Usted acuda al Salvador y descanse en ÉL!

Con sincero aprecio
Pastor Emilio Bandt Favela



RINCÓN PASTORAL:

“JESUCRISTO JAMÁS PREDICÓ SERMONES FÚNEBRES”

Al examinar los sermones de Jesús no encontraremos un solo sermón fúnebre. Lo cierto es que ÉL suspendió todos los funerales a los que asistió. Los muertos oyeron su voz y se levantaron. ¡Qué maravilloso poder! ÉL dijo: **“Yo soy la resurrección y la vida; el que cree en mí, aunque esté muerto, vivirá. Y todo aquel que vive y cree en mí, no morirá eternamente. ¿Crees esto?” (Juan 11:25-26)**.

**“Gustad, y ved que es bueno Jehová;
Dichoso el hombre que confía en él”
(Salmo 34:8)**