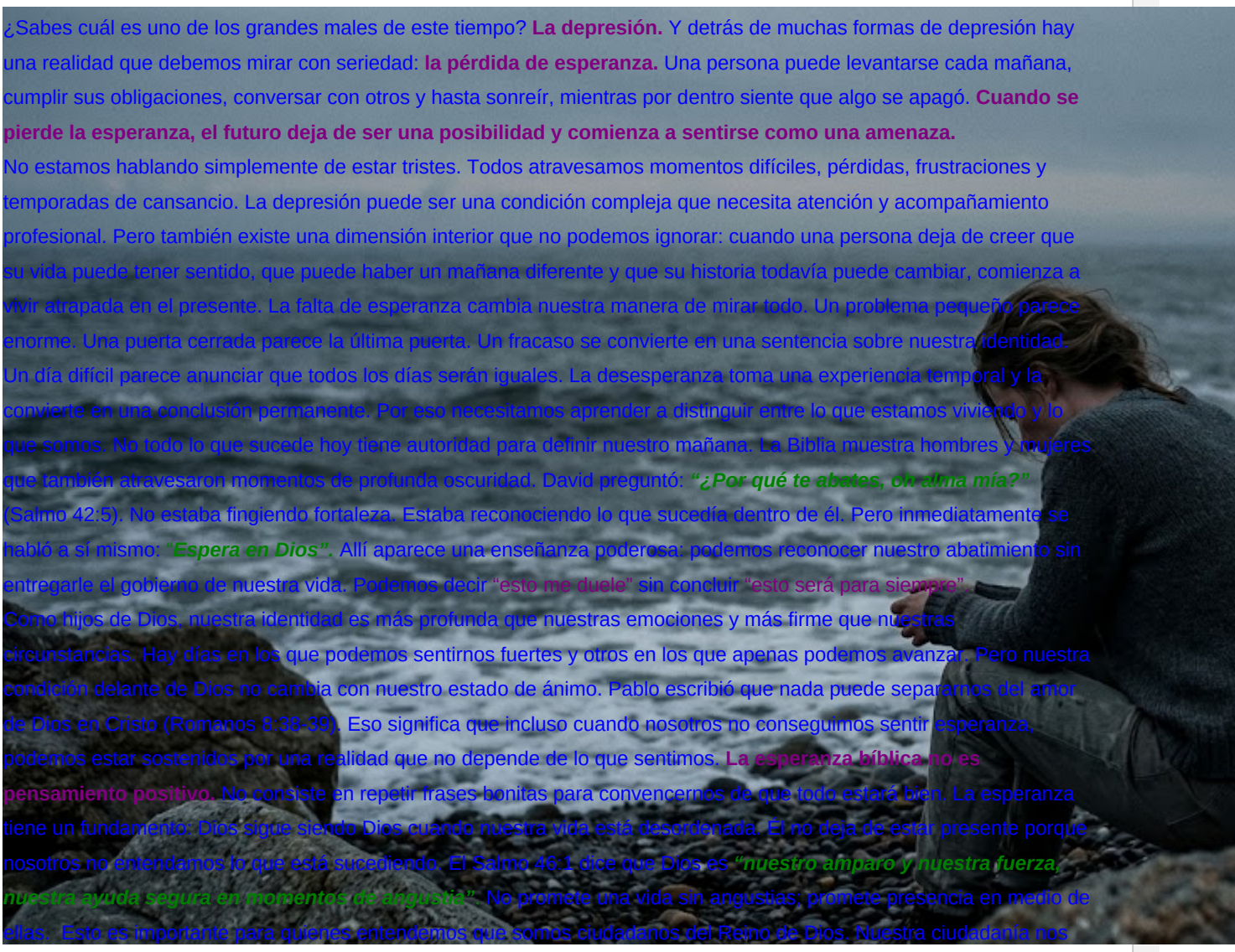
33 – Cuando Perdemos la Esperanza

Posted on ***January 01,1970*** *by* ***Néstor Martínez***



¿Sabes cuál es uno de los grandes males de este tiempo? **La depresión.** Y detrás de muchas formas de depresión hay una realidad que debemos mirar con seriedad: **la pérdida de esperanza.** Una persona puede levantarse cada mañana, cumplir sus obligaciones, conversar con otros y hasta sonreír, mientras por dentro siente que algo se apagó. **Cuando se pierde la esperanza, el futuro deja de ser una posibilidad y comienza a sentirse como una amenaza.**

No estamos hablando simplemente de estar tristes. Todos atravesamos momentos difíciles, pérdidas, frustraciones y temporadas de cansancio. La depresión puede ser una condición compleja que necesita atención y acompañamiento profesional. Pero también existe una dimensión interior que no podemos ignorar: cuando una persona deja de creer que su vida puede tener sentido, que puede haber un mañana diferente y que su historia todavía puede cambiar, comienza a vivir atrapada en el presente. La falta de esperanza cambia nuestra manera de mirar todo. Un problema pequeño parece enorme. Una puerta cerrada parece la última puerta. Un fracaso se convierte en una sentencia sobre nuestra identidad. Un día difícil parece anunciar que todos los días serán iguales. La desesperanza toma una experiencia temporal y la convierte en una conclusión permanente. Por eso necesitamos aprender a distinguir entre lo que estamos viviendo y lo que somos. No todo lo que sucede hoy tiene autoridad para definir nuestro mañana. La Biblia muestra hombres y mujeres que también atravesaron momentos de profunda oscuridad. David preguntó: ***"¿Por qué te abates, oh alma mía?"*** (Salmo 42:5). No estaba fingiendo fortaleza. Estaba reconociendo lo que sucedía dentro de él. Pero inmediatamente se habló a sí mismo: ***"Espera en Dios".*** Allí aparece una enseñanza poderosa: podemos reconocer nuestro abatimiento sin entregarle el gobierno de nuestra vida. Podemos decir "esto me duele" sin concluir "esto será para siempre".

Como hijos de Dios, nuestra identidad es más profunda que nuestras emociones y más firme que nuestras circunstancias. Hay días en los que podemos sentirnos fuertes y otros en los que apenas podemos avanzar. Pero nuestra condición delante de Dios no cambia con nuestro estado de ánimo. Pablo escribió que nada puede separarnos del amor de Dios en Cristo (Romanos 8:38-39). Eso significa que incluso cuando nosotros no conseguimos sentir esperanza, podemos estar sostenidos por una realidad que no depende de lo que sentimos. **La esperanza bíblica no es pensamiento positivo.** No consiste en repetir frases bonitas para convencernos de que todo estará bien. La esperanza tiene un fundamento: Dios sigue siendo Dios cuando nuestra vida está desordenada. Él no deja de estar presente porque nosotros no entendamos lo que está sucediendo. El Salmo 46:1 dice que Dios es ***"nuestro amparo y nuestra fuerza, nuestra ayuda segura en momentos de angustia".*** No promete una vida sin angustias; promete presencia en medio de ellas. Esto es importante para quienes entendemos que somos ciudadanos del Reino de Dios. Nuestra ciudadanía nos enseña a mirar más allá de las circunstancias inmediatas. No significa escapar de la realidad, sino verla desde una perspectiva mayor. Jesús enseñó a sus discípulos a no vivir dominados por la preocupación del mañana (Mateo 6:25-34). No estaba diciendo que los problemas no existen. Estaba enseñando que nuestra vida no puede quedar gobernada por el miedo a lo que todavía no ocurrió. La desesperanza nos hace vivir como si todo dependiera de nosotros. Pensamos que debemos encontrar todas las respuestas, solucionar todos los problemas y controlar todos los resultados. Cuando no podemos hacerlo, nos sentimos derrotados. Pero ser hijos de Dios significa comprender que no somos dueños absolutos de nuestra historia. Podemos tomar decisiones, trabajar, pedir ayuda y hacer nuestra parte, pero también podemos descansar en que Dios continúa obrando aun cuando nosotros no vemos el cuadro completo.

Por eso la esperanza también necesita comunidad. Nadie debería atravesar una temporada oscura completamente solo. Hay personas que necesitan menos explicaciones y más compañía. Necesitan alguien que pueda sentarse a su lado sin intentar arreglarlas en cinco minutos. Necesitan ser escuchadas sin juicio. Necesitan saber que pueden decir “no estoy bien” sin convertirse en una carga para los demás. Muchas veces la primera señal de esperanza llega cuando alguien descubre que todavía hay otro ser humano dispuesto a caminar con él. Tenemos que abandonar una idea dañina: que pedir ayuda demuestra falta de fe. No es así. Si una persona está profundamente deprimida, si no puede funcionar normalmente, si lleva mucho tiempo sin encontrar alivio o si aparecen pensamientos de hacerse daño o de morir, necesita ayuda profesional inmediata. Un psicólogo, psiquiatra o médico puede formar parte del camino de recuperación. **Buscar atención no significa alejarse de Dios. Puede ser precisamente una manera responsable de cuidar la vida que Él nos confió.** Jesús nunca trató a las personas como problemas que había que resolver rápidamente. Miraba su dolor, escuchaba sus historias y se acercaba a quienes otros evitaban. Cuando dijo: ***“Vengan a mí todos los que están cansados y cargados”*** (Mateo 11:28), estaba abriendo un espacio para quienes ya no podían sostenerlo todo. Hay una invitación profundamente humana allí: no tienes que llevar solo aquello que te está destruyendo por dentro. También debemos recuperar el sentido de propósito. La desesperanza pregunta: “¿Para qué seguir?”. La respuesta no siempre aparece de inmediato, pero la Biblia afirma que nuestra vida tiene significado. Efesios 2:10 dice que somos obra de Dios, creados para hacer cosas buenas que Él preparó de antemano. No fuimos diseñados únicamente para producir, ganar dinero, alcanzar metas o demostrar nuestro valor. Fuimos creados para amar, construir, servir, crear, cuidar y dejar algo bueno en la vida de otros. Quizá alguien piense que su vida perdió el rumbo porque cometió errores. Pero un error no es una identidad. Pedro negó a Jesús y creyó que todo había terminado, pero su historia no terminó allí. El fracaso puede convertirse en una estación, no en un destino. La gracia de Dios tiene la capacidad de escribir futuro después de capítulos que nosotros habríamos preferido borrar. Por eso nunca debemos confundir una página dolorosa con el final de toda la historia. La resurrección de Jesús es, desde esta perspectiva, la mayor declaración contra la desesperanza. Los discípulos vieron morir aquello en lo que habían puesto sus expectativas. Pensaron que el final había llegado. Pero la muerte no tuvo la última palabra. Pedro habló después de una “esperanza viva” (1 Pedro 1:3). No una esperanza basada en que las cosas siempre salen como queremos, sino en que Dios puede traer vida donde nosotros solamente vemos final. Tal vez hoy no puedas imaginar un futuro diferente. No pasa nada por reconocerlo. La esperanza no siempre comienza con una gran emoción. A veces comienza con una decisión pequeña: levantarse, hablar con alguien, aceptar ayuda, salir a caminar, volver a dormir mejor, abrir el corazón, hacer una llamada, pedir una cita profesional. No necesitas solucionar los próximos diez años. Necesitas encontrar la fuerza suficiente para dar el siguiente paso. Como hijos de Dios y ciudadanos de su Reino, no estamos llamados a negar el dolor del mundo, sino a llevar esperanza dentro de él. Hay personas cerca de nosotros que necesitan descubrir que todavía tienen valor. Necesitan escuchar que su vida no quedó definida por su fracaso, su pérdida, su enfermedad, su divorcio, su deuda o su pasado. Necesitan encontrar personas que no las condenen por estar heridas, sino que las acompañen mientras vuelven a ponerse de pie. Romanos 15:13 expresa un deseo hermoso: que “el Dios de la esperanza” llene de alegría y paz a quienes confían en Él, para que puedan abundar en esperanza. Observemos el nombre: **el Dios de la esperanza**. No es solamente alguien que nos da cosas que esperamos. Él mismo es la fuente. Por eso nuestra esperanza no depende exclusivamente de que cambien las circunstancias. Puede comenzar a crecer incluso antes de que cambie la situación. No sabemos todo lo que traerá el mañana. Y quizá allí esté parte de nuestra dificultad: queremos certezas absolutas. Pero podemos vivir sin conocer todos los detalles. Podemos avanzar sin tener todo resuelto. Podemos descansar sin controlar cada resultado. La fe madura no dice “sé exactamente qué ocurrirá”. Dice algo más sencillo y más profundo: **“No sé todo lo que viene, pero sé que no estoy solo y que mi vida sigue teniendo sentido”.** Por eso, frente a la depresión y la falta de esperanza, necesitamos una respuesta diferente. No más frases vacías. No más presión para aparentar que todo está bien. Necesitamos verdad, compañía, cuidado, tratamiento cuando sea necesario y una visión más grande de la vida. Necesitamos recordar que somos hijos, no abandonados; ciudadanos de un Reino, no prisioneros de nuestras circunstancias; personas con una historia todavía abierta.

Si hoy la esperanza es apenas una pequeña chispa, no la desprecies. Protégela. Háblale a alguien. Busca ayuda. Descansa. Vuelve a empezar tantas veces como sea necesario. Una chispa puede parecer pequeña frente a una noche completa, pero sigue siendo luz. Y mientras exista luz, aunque sea mínima, todavía podemos caminar. La noche puede ser larga, pero no tiene autoridad para declarar que nunca llegará el amanecer. La esperanza no significa que mañana desaparecerán todos nuestros problemas. Significa que nuestros problemas no tienen derecho a definir para siempre nuestra historia. Significa que Dios sigue presente, que nuestra vida conserva dignidad, que podemos recibir ayuda, que podemos volver a amar, volver a construir y volver a mirar hacia adelante. Y quizá esa sea una de las verdades que más necesita escuchar nuestro tiempo: **todavía hay futuro, todavía hay propósito y todavía hay esperanza**.

Posted in:Blog,Sin Categoría | | With 0 comments