

## **Dra. May Young, Propósitos del lamento bíblico, a través de un ejemplo – Salmos 42-43, Sesión 3**

Les presento a la Dra. May Young en su enseñanza sobre los propósitos del lamento bíblico, con un ejemplo en la tercera sesión. Bienvenidos de nuevo. En esta conferencia, hablaré sobre los propósitos del lamento bíblico y mostraré un ejemplo práctico de cómo podemos comprender las Escrituras y abordar el lamento en una situación específica.

Al reflexionar sobre esto y profundizar en este tema, quiero comenzar, como saben, al hablar de los propósitos del lamento bíblico, para contextualizar cómo vivimos en un mundo caído. Incluso como cristianos, como creyentes, sabemos que, mediante la cruz, Jesús nos dio esperanza más allá de la muerte. Así que nuestra esperanza no reside necesariamente en este mundo.

Pero al mismo tiempo, vivimos en este mundo presente. Y, por lo tanto, experimentamos la vida con Dios en la naturaleza imperfecta del mundo, con el sufrimiento, las cosas y la naturaleza caída del mundo. Y así, a veces, si somos honestos, podemos ver que incluso nuestra esperanza futura de fe no siempre nos brinda el consuelo que deseamos en este momento particular .

Y entonces, estamos pasando por algo en términos de sufrimiento, ya sabes, leemos las Escrituras y sabemos que la alegría viene por la mañana. Pero a veces ese dolor en nuestra alma no se satisface. Entonces , ¿cómo pensamos en eso? Creo que aquí es donde entra el papel del lamento y nos ayuda, y por lo tanto nos ayuda a relacionarnos con Dios ahora.

Así que aquí, en lugar de esperar esta esperanza futura, podemos avanzar hacia ella al lamentarnos aquí y ahora. En la práctica, el lamento es un medio multifacético que Dios nos ha proporcionado generosamente para ayudarnos a procesar la fragilidad y la caída del mundo en el que vivimos. Así, ya sea que la experimentemos a través del dolor, la pérdida o la injusticia, sea cual sea, Dios nos ha proporcionado esta herramienta y este medio para conectar con él mientras vivimos en un mundo difícil, caído y lleno de sufrimiento.

Y entonces Creo que el lamento tiene varias funciones. Esto nos ayudará a avanzar hacia la plenitud y una mayor esperanza. Más específicamente, en este momento , me gustaría hablar sobre tres categorías generales en cuanto a los propósitos del lamento que quiero explicarles .

Así que lo primero aquí es expresar nuestro dolor. Y hablaré de eso en un momento. Y luego, brindar una vía para conectar con Dios y, finalmente, guiarnos hacia una mayor esperanza.

Y esto es lo que pienso, al pensar en el lamento, sobre algunos de los propósitos que podemos buscar de esta manera. El primero es dar voz a nuestro dolor. Y esto es, de nuevo, un reconocimiento de nuestro dolor.

Así que no podemos lidiar con lo que no reconocemos. De nuevo, lo compararía con el primer paso hacia la sanación. Muchas veces, no podemos encontrar la sanación a menos que exponamos nuestra herida o mostremos con qué estamos lidiando.

Y muchas veces, si lo piensas desde una perspectiva física, vas al médico, sabes, a veces tienes que dar ese primer paso, ver a un médico para averiguar qué está pasando. Y a veces, si dejamos que algo se agrave por un tiempo, puede empeorar bastante. Pero tenemos que ser vulnerables, mostrarle al médico lo que está sucediendo para reconocer nuestro dolor, para reconocer que algo anda mal, para poder encaminarnos correctamente hacia cómo lidiar con ese dolor.

Y así, muchas veces pensamos en Dios como el gran médico. En ese sentido, es nuestro sanador. Y así, nos acercamos a él para reconocer el dolor que sentimos.

Y por alguna razón, los cristianos hemos equiparado la espiritualidad con la felicidad o estar bien, de modo que creemos que ser feliz a veces honra más a Dios. Quizás ni siquiera nos demos cuenta de que pensamos eso, pero a veces es algo subyacente que nos lleva a pensar que ser feliz honraría más a Dios, en lugar de ser realmente auténticos y reconocerlo de esta manera. Lo que no... Nos damos cuenta de que, irónicamente, cuando silenciamos nuestro dolor y nuestras dudas, en realidad debilitamos nuestra fe en lugar de fortalecerla.

Y entonces, en lugar de afrontarlo, estamos debilitando nuestra fe. Esta cita dice que la fe no se manifiesta en un alma que no lucha. De hecho, la fe bíblica se fortalece más con las pruebas que con el bienestar.

El sufrimiento suele ser un proceso de refinamiento que nos purifica y saca a la superficie nuestras verdaderas emociones, pecados, miedos y dudas. En lugar de reprimirlas o encubrir las, necesitamos aprender a ser honestos. Y aquí, como saben, no se trata de una fe que no tenga dificultades, sino que se fortalezca de esta manera.

Así que tenemos que ser personas que digan que estamos bien para vivir auténticamente ante Dios, ante nosotros mismos y ante los demás. Y por eso tenemos que estar dispuestos a lamentar las pérdidas y el dolor. Y así... Es muy bíblico.

Y aquí, incluso en este ejemplo de Hechos 8, se habla de muchos ejemplos en las Escrituras donde se dice que un hombre devoto enterró a Esteban e hizo gran

lamentación por ellos. Así que hay una verdadera sensación de mostrar emociones. No se trata de aceptarlo y aceptarlo, sino de expresar emociones, lamentar la pérdida y afrontarla.

Y así, las Escrituras nos dan ejemplos de eso. Y cuando reconocemos nuestro dolor, aunque sea temporal, creamos un espacio para que Dios y los demás participen en la sanación con nosotros. Así que aquí, cuando reconocemos estas cosas, estamos... realmente abriéndonos a relacionarnos con Dios así como a relacionarnos con los demás.

Así que, parte de expresar nuestro sufrimiento es darnos el permiso de sentir. Sin embargo, tendemos a silenciar nuestro dolor y a reprimir nuestras emociones por diversas razones. Así que aquí, estamos aprendiendo a dar a nuestras emociones el permiso de sanar.

Así, Kathleen O'Connor, en su trabajo sobre Lamentaciones y las Lágrimas del Mundo, afirma que la primera condición para la sanación es reconocer el dolor y el sufrimiento. Solo entonces podrán ser examinados, aceptados y se les dará lo que les corresponde. Exijan lo que les corresponde, y lo harán.

No disminuirán ni desaparecerán hasta que los enfrentemos cara a cara. El dolor, si no se habla, si se reprime y se niega, se retuerce y se adentra como un hurón hasta que crece en esos espacios sin luz hasta convertirse en un monstruo violento e irreconocible. Y así, aquí, en cierto modo, lidiando con el dolor en lugar de dejar que crezca y se encone, así como queremos hacerlo desde un punto de vista físico, tampoco queremos lidiar con él desde un punto de vista emocional.

Así que, amable de tu parte, al expresar tu dolor, dejas de quedarte en esta cámara de resonancia. Muchas veces, al lidiar con emociones o dolor, también te aíslas, y tienes dentro de tu mente, o cámara de resonancia, estas emociones o situaciones con las que lidias. Así, al expresar tu dolor, permites que el Señor hable a través de esa cámara de resonancia y que también hable a lo más profundo de nuestro corazón.

Y eso también es importante al pensar en ello. No es casualidad que la psicoterapia cognitiva haya vinculado la sanación del trauma con la narración verbal y escrita. Eso también es interesante.

Incluso cuando pensamos en el trauma, en las personas que lo enfrentan, cuando pensamos en la psicoterapia, vemos que la narración verbal y escrita tiene un poder poderoso. A modo de lamento, una versión extendida. June F. Dickey señala que el terapeuta cognitivo ayuda a sus pacientes a reconstruir su memoria traumática mediante la narración, ya sea escrita o verbal, y luego elimina las emociones negativas asociadas, integrándolas en la biografía personal de la persona.

Y entonces aquí, pensando en eso, hay... El poder de la narración y de las cosas que nos contamos a nosotros mismos, en lugar de simplemente resonar en nuestras cámaras de eco, ayuda a la víctima del trauma a recuperar su narrativa. Hay algo de sentido de autonomía en esto.

Y así, dándoles voz. En lugar de enterrar los recuerdos y causar estragos inconscientemente, la víctima puede afrontar el dolor, el duelo y avanzar hacia la transformación. Así, en lugar de reprimirlo y no saber cómo seguir adelante al narrar, al dar voz a este dolor, realmente tener agencia y realmente permitirte ser capaz de procesar y avanzar de esta manera.

Por lo tanto, crear el relato del trauma no solo sirve para restaurar la autonomía de la víctima, sino que también reduce la sensación de aislamiento, brindándole la oportunidad de ser escuchado. Y así... Hay algo poderoso aquí, tener a alguien que sea testigo de tu dolor y que también lo reconozca. Así, este proceso nos permite recuperar el control o la autonomía.

Visto así, el lamento también es un acto de resistencia. Y cuando pensamos en el lamento y en expresarlo, también es un acto de resistencia. Así, cuando las personas sufren, a menudo se sienten impotentes.

Muchas veces, las personas se sienten impotentes cuando sufren. Se sienten sin voz. Y entonces, a través del lamento, estás... En realidad, darle voz a ese dolor para poder quitarle esa falta de voz o esa impotencia que uno siente.

Pero entonces, lamentarse, es reclamar nuestras emociones en lugar de darle la última palabra a nuestro dolor y sufrimiento. Y eso es importante para nosotros aquí, mientras reflexionamos sobre un gran avance hacia una mayor esperanza y, de alguna manera, también sobre cómo reclamarla en ese sentido. Esta cita es solo de Judith Herman, quien, en su trabajo con víctimas de trauma, observa que recuperar la capacidad de sentir toda la gama de emociones, incluido el duelo, debe entenderse como un acto de resistencia, más que de sumisión a la intención del perpetrador.

Y esto también es importante en este caso. En su trabajo, descubrió que cuando las víctimas de trauma, ya sea por abuso u otras formas de violencia, podían lamentarse y sentir sus emociones, podían seguir adelante incluso sin que sus agresores les dieran un cierre, lo cual es asombroso. Señala que, a medida que avanza el proceso de duelo, la paciente llega a visualizar procesos de restitución más sociales, generales y abstractos, lo que le permite ejercer sus derechos sin cederle al agresor ningún control sobre su vida actual.

Así pues, la restitución no exonera en absoluto al perpetrador de sus crímenes. Más bien, reafirma el derecho del sobreviviente a la elección moral en el presente. Así, en

lugar de quedarse atrapado en el ciclo de autolesiones, resentimiento, vergüenza y depresión, los sobrevivientes pueden sanar y progresar sin resignarse a una continua sujeción a todo lo que tuvieron que soportar.

Creo que eso es También es muy importante , porque a veces, cuando no lidiamos con esto, el sufrimiento , el abuso y todo lo demás tienen la última palabra. Así que, en lugar de darle ese poder, lamentarse y reiterarlo es una especie de acto de resistencia, una forma de liberarse y no dar la última palabra al sufrimiento que también se tuvo que soportar. Otra forma de expresar el dolor es que el lamento da voz a quienes lo sufren.

Así que no solo da voz a la persona que sufre y lidia con estas situaciones y dolores, y en cierto modo , un acto de resistencia , encontrando sanación y avanzando, sino que también se puede ver a un nivel más colectivo. Así , se da voz a quienes sufren. Los lamentos ayudan a las comunidades a comprender a quienes sufren y a acompañarlos.

Así que aquí, como hemos visto antes, aunque no hayamos sufrido ni nos haya afectado esa situación, podemos ver y reconocer a quienes sufren, porque el dolor puede ser muy aislante. Cuando las personas pasan por eso, puede ser aislante, ya sea que se sientan aisladas o se aislen aquí. Así que quienes sufren pueden sentirse aislados en cierto sentido.

Así que, cuando estamos en comunidad y reconocemos y vemos a otros, y ellos se solidarizan con ellos, esto realmente consuela al que sufre. Y aquí es donde, en el Libro de las Lamentaciones —creo que esto es instructivo al reflexionar sobre esto—, en el primer capítulo, tenemos a esta sufriente Señora Sión o Jerusalén. Y lo que encontramos en ese primer capítulo es que ella llama a alguien para que sea testigo de su dolor.

Así que, hay De hecho, este tipo de precedencia de alguien que vería el dolor que ella experimenta. Así que en Lamentaciones 112 se clama: "¿Hay dolor como el mío?". Ella pide que quienes pasan vean. Y además, hay un estribillo en este primer capítulo que se repite cinco veces.

Dice que no hay consolador. Así que aquí, como cuatro veces en este capítulo, se describe aún más el aislamiento que siente Lady Zion. Y así es.

Siente que no hay consuelo. Nadie ve su dolor de esta manera. Y por eso reconocemos que cuando reconocemos el dolor de otras personas y las vemos en su dolor, nos ayuda a apoyarlas.

Y, de hecho, podría ampliar nuestra perspectiva de los demás, así como del mundo. Así lo vemos. De nuevo, Kathleen O'Connor dice que las voces de Lamentaciones

instan a los lectores a afrontar el sufrimiento, a hablar de él, a ser proclamadores peligrosos de la verdad que las naciones, las familias y los individuos prefieren reprimir.

Luego nos invitan a honrar el dolor que se esconde en nuestros corazones, ignorado en nuestra sociedad y que clama por nuestra atención en otras partes del mundo. Así, el lamento colectivo nos recuerda que vivimos en un mundo lleno de sufrimiento, pero no estamos solos. Podemos sufrir junto a quienes están aquí y nos ayuda a comprender cómo estar presentes para las personas en momentos de sufrimiento y a sufrir colectivamente de esta manera.

Así que, en lugar de normalizar la injusticia sistémica haciendo la vista gorda, reconocerla mediante el lamento ayuda a la comunidad a dar mayor voz al dolor sufrido . Y aquí es importante para nosotros porque creo que a veces, cuando escuchamos las noticias o estamos pasando por momentos difíciles, o nos enteramos de todo lo que está sucediendo, podemos sentirnos abrumados. Ni siquiera sabemos qué hacer.

Y pensamos, ya sabes, soy solo una persona. ¿Cómo lidio con toda la injusticia que ocurre aquí? Y entonces, siento que aquí es donde, ya sabes, cuando nos lamentamos juntos corporativamente, no estamos normalizando. No estamos diciendo que esté bien.

decimos que la injusticia sistémica esté bien y que hagamos la vista gorda o que simplemente tengamos que insensibilizarnos porque nos resulta demasiado abrumador. Pero lo reconocemos a través del lamento. Pero no se trata solo de reconocer.

Así que aquí no se limita solo al reconocimiento. Este acto de lamento colectivo también es una invitación a generar un cambio. Y así, cuando nos lamentamos colectivamente, no solo decimos que estas cosas son malas, sino que también invitamos al cambio.

Decimos que algo anda mal y que queremos un cambio. Y cuando la comunidad se une para reconocer el dolor colectivamente, se revela la verdad sobre la injusticia, la maldad y el dolor. Así que , ya saben, están con sus hermanos y hermanas.

Dices que esto no está bien. Invitas a un cambio. Le dices la verdad a la injusticia, al mal, al dolor.

Así que el lamento comunitario funciona no solo como un llamado a salir del mal y decir la verdad, sino también como una defensa de quienes sufren. También abre el camino hacia la sanación. Y este es un ejemplo muy poderoso .

En su libro "El mal y la justicia de Dios", habla de esta comisión para la verdad y la reconciliación que se llevó a cabo en Sudáfrica de la siguiente manera. Afirma que , aunque la mayoría de los periodistas occidentales le han prestado poca atención, el hecho de que fuerzas de seguridad blancas y guerrilleros negros confiesen públicamente sus crímenes violentos es en sí mismo un fenómeno asombroso .

Con esas confesiones, las familias de las víctimas de tortura y asesinato han podido, por primera vez, iniciar un verdadero proceso de duelo y, al menos, contemplar la posibilidad de perdonar y retomar el hilo de sus vidas en lugar de sentirse abrumados por la ira y el odio constantes. Unirse , lamentarse juntos, genera esperanza, reconociendo que podemos avanzar en lugar de quedar atrapados en la maldad y la injusticia que han ocurrido. Por lo tanto, las personas y las comunidades deben unirse para reconocer la fragilidad de nuestro mundo y así avanzar hacia la sanación y el cambio.

Así que aquí, al dar voz a una comunidad para generar ese tipo de cambio que las personas que sufren sufren de esa manera, esto nos lleva al segundo propósito: proporcionar una vía para conectar con Dios. Así que aquí, no solo damos voz a nuestro dolor individual y colectivo, sino también nos brindamos una vía para conectar con Dios.

Así que aquí, el sufrimiento, el dolor, la ira y otras emociones pueden hacernos retroceder. Y entonces... Hemos hablado de eso muchas veces cuando atravesamos momentos de dolor. Lo único que queremos hacer es desconectarnos en lugar de conectar.

Y aquí puede ser muy sutil. A veces, incluso, podría ser, ya sabes, navegar sin parar o, ya sabes, ver Netflix en exceso o simplemente hacer cosas diferentes porque no queremos enfrentarnos a algunos de los problemas que enfrentamos. Y eso puede, de hecho, resultar en apatía.

Así que , mientras hacemos estas cosas, en lugar de avanzar, estamos... Una especie de desconexión y una mayor apatía. Y, de nuevo, aquí es donde James Gross, en su estudio, descubrió que cuando reprimimos nuestras emociones, cerramos nuestras relaciones y nos desconectamos aún más. Por lo tanto, las personas que reprimen sus emociones a menudo son reacias a compartirlas y suelen evitar las relaciones cercanas.

Y eso es importante para nosotros. Reconocer eso en tu interior, ¿te estás cerrando ? ¿Pasas más tiempo en internet, en tu teléfono, navegando o viendo series y series, desconectando de la gente en lugar de conectar con Dios o con los demás? Por eso el lamento bíblico es importante. Tenemos tantos ejemplos de lamentos en el libro de los Salmos que los salmistas no temen clamar a Dios con sus emociones.

Y vemos una variedad de emociones que el salmista está dispuesto a expresar. Así que, en lugar de abordarlo con más apatía, ... realmente conectar con Dios, ya sea a través del arrepentimiento, la ira o la depresión. Están... realmente se muestra en sus oraciones y cómo podemos verlo.

Algunos argumentarían : si Dios nos conoce tan bien, ¿por qué tenemos que lamentarnos? Si lo sabe todo sobre nosotros, ¿por qué tenemos que expresarlo ? Creo que esto es un malentendido sobre el lamento. El lamento es más que simplemente expresar nuestros sentimientos y emociones ante Dios. Es un acto de fe en el que nos volvemos hacia Dios en lugar de alejarnos de él.

Así, el lamento demuestra que no nos estamos alejando de Dios, lo cual suele ser nuestra tendencia cuando atravesamos momentos difíciles . Por eso es importante . Lamentar es, en cierto modo, decir que nos conectamos con Dios y que, de alguna manera, tratamos con Él incluso en medio de nuestro dolor y con el deseo de hacerlo.

Así que aquí también se ofrece esta vía para conectar con Dios en medio de nuestro dolor. Y cómo nos ayuda a recurrir a Dios en lugar de alejarnos de él. Así pues, este acto de fe invita a Dios a nuestra lucha.

Así que aquí, ya sea dolor o duda, esto es exactamente lo que vemos incluso en las Escrituras. Incluso en el ejemplo de Job, él reconoce su dolor y, en lugar de escuchar lo que dice su esposa, maldice a Dios y muere.

Él realmente se conecta con Dios en su angustia, sus emociones y su vulnerabilidad ante Él. Así que, aunque seamos pecadores, podemos acercarnos a Dios. Y esto es fundamental para nosotros al pensar en una vía para conectar con Dios.

Así que aquí podemos venir tal como somos. Así que, aunque seamos pecadores, no tenemos que ponernos una máscara, fingir ni venir de ninguna manera. Pero sí podemos acercarnos a Dios con mucha vulnerabilidad, reconociendo nuestras debilidades y confesándole nuestras necesidades.

Y Jesús, nuestro sumo sacerdote, tras ser tentado en todo, ~~kind of~~ nos asegura y nos reafirma que podemos acudir, que tenemos una invitación a presentarnos ante Dios y que no tenemos que llevar nuestras cargas solos de esta manera. Por eso, no debemos tener miedo de acercarnos a Dios. Y aquí, lo más importante, el lamento es un acto de fe porque nos acercamos a Dios, creyendo que él puede cambiar la situación que enfrentamos .

Esto también es importante porque nos conectamos con Dios, una vía para conectar con Él. Expresamos nuestras emociones sobre quién está con Él, pero no solo porque nos guía en el proceso, sino porque realmente puede arreglar las cosas. Así que es

más que una simple expresión, sino porque comprendemos que el lamento se basa en el hecho de que Dios es quien es, que es poderoso, que es amoroso, que es justo. Nos conectamos con Dios de esta manera y comprendemos quién es al presentarnos ante Él lamentándonos.

Entonces Porque él es quien es, podemos acercarnos a él de esta manera. Así, este aspecto de la fe a través del lamento se destaca especialmente en situaciones de maldad ~~and just, injustice~~, e injusticia. Y aquí, al conectar con Dios, reconocemos con quién nos conectamos, especialmente cuando nos sentimos impotentes, especialmente cuando sentimos que el mal y la injusticia nos impiden actuar, pero que Dios sí puede hacerlo.

Y así, el lamento bíblico confía en Dios lo suficiente como para clamar. Así que no solo nos estamos adormeciendo, sino que... comprender realmente que algo se puede hacer y que quien puede hacerlo es Dios. Y así Vamos a involucrarlo de esta manera.

Y aquí es donde, como saben, en mi libro digo que a veces el lamento es la única y más apropiada respuesta a los horrores que ocurren, porque algunos males son tan atroces que solo la infinita bondad y el poder de Dios pueden lograr su derrota definitiva. El lamento es un clamor por el cambio. Es nombrar el mal y el dolor que nos ha azotado en este mundo.

Es un compromiso sincero y esperanzador con Dios en la fe. Y aquí ~~recognizing who God is, that he is able~~, we recognize who God is and that he is able to do so... Incluso en medio de los horrores, los males y la injusticia que enfrentamos en este mundo, ~~that~~ no tenemos que insensibilizarnos ni cerrar los ojos; podemos realmente conectar con Dios de esta manera.

Así que , al conectar con él de esta manera, experimentamos una profunda comunión que participa en su plan supremo. Así, mientras oramos , mientras nos unimos a Dios en nuestro lamento, podemos orar junto con el Padre Nuestro: « Venga tu reino y hágase tu voluntad en la tierra como en el cielo». Así, nos conectamos profundamente con Dios al reflexionar sobre algunas de las injusticias que azotan nuestro mundo.

Esto nos lleva a este tercer aspecto: el lamento. Uno de sus propósitos es llevarnos a una mayor esperanza. Por lo tanto, el objetivo del lamento no es revolcarnos en nuestro dolor. No se trata de mirarnos el ombligo.

de pensar en lo triste que es el mundo y hundirnos aún más en la depresión. Al contrario , se trata de llevarnos a una mayor esperanza. Y así , al lamentarnos, nos ponemos en una postura de espera y anticipación a la respuesta y la obra de Dios.

Entonces Reconocemos nuestras emociones y le pedimos a Dios que intervenga y actúe . Y esto es importante al reflexionar sobre esto, especialmente al pensar en el lamento bíblico. Muchas veces, las cosas que nos causan dolor y tristeza son algo que no podemos hacer por nosotros mismos.

Sabes, no tenemos la fuerza para lidiar con estas situaciones. Por eso, nuestro sufrimiento puede provenir de las acciones de otros, de nuestros propios pecados, de cosas que escapan a nuestro control. Y es precisamente por eso que debemos presentarnos ante Dios en lamentación, porque en este sentido, nos supera .

Así que no es sorprendente escuchar innumerables testimonios de personas que sufren profundamente y que encontraron su mayor alegría en momentos de sufrimiento. Para la mayoría, estos fueron momentos en los que se sintieron más cerca de Dios. Y aquí, incluso cuando he enseñado sobre el lamento y he escuchado a diferentes personas hablar de ello, a veces es como el dolor más profundo.

Incluso yo, cuando he experimentado eso, cuando experimentas el dolor más profundo, sientes una verdadera cercanía con el Señor al expresarlo. Así que, a veces, he hablado repetidamente con personas que ~~how they actually after, you know, kind of who, after, you know,~~ encuentran alivio, pero en realidad extrañan esa intimidad que sintieron con Dios en ese momento. Tuve un alumno en mi clase, cuando enseñaba, que compartió ~~of an illness that resulted in like isolation that was an illness that resulted in isolation~~ su dolor y otras cosas vergonzosas relacionadas con esta enfermedad.

alguna manera, estaban un poco aislados y lidiaban con ello. Pasaron mucho tiempo a solas con Dios. Y cuando ella compartió su experiencia conmigo, habló de la profunda alegría que encontró en el Señor a través de esta experiencia.

Así que, es Fue como si, al aferrarse a su dolor y a su soledad, encontrara una alegría más profunda. Y así, la forma en que lo comparo conmigo mismo es que creo que, ya sabes, cuando sientes que tocas fondo, estás... De hecho, de pie sobre la roca, que es el Señor. Y así, aquí encontramos esa esperanza.

Y así, la presencia de Dios se hace real. Y llegó con una intimidad y una alegría que llenaron su corazón. Y así , al lamentarnos y superar estas situaciones, nos conectamos con Dios y, de esa manera, también encontramos una esperanza más profunda.

Y así, como si nos aferráramos a él mientras lidiamos con estos dolores que también tenemos. Así que esta espera no es pasiva. Así que, mientras esperamos , a veces pensamos que esperar es pasivo, pero es... En realidad, una espera y una expectativa.

Así que, basándonos en el carácter de Dios y ~~en who he is,~~ who he is, and en lo que ha hecho, hay esperanza incluso en medio del sufrimiento. Y por eso, aquí ~~kind of, you know, it's a hopeful kind of a,~~ kind of, you know, it's a hopeful kind of esperando. En lugar de mostrar resignación pasiva o mirarnos al vientre, cuando nos lamentamos, mostramos fe en el carácter de Dios y en su acción previa.

Esto nos lleva a una disposición esperanzada a entregarnos a Él, tanto nosotros mismos como nuestras circunstancias. Y es aquí donde , ya sabes, reconocemos lo que Dios ha hecho en el pasado mientras perseveramos, mientras esperamos . Así , vivimos una expectativa activa, no cinismo.

Así que, es Nos trae mayor esperanza en lugar de mayor cinismo. Y así, al expresarnos , al lamentarnos por estas cosas, nos lleva a renovar nuestra disposición a dejar que se haga la voluntad de Dios en nuestras vidas y en las de quienes nos rodean. Y así, una especie de resignación y entrega que nos brinda mayor esperanza al confiar y esperar en Dios de esta manera.

Henry Nouwen escribe que la esperanza no depende de la paz en la tierra, la justicia en el mundo ni el éxito en los negocios. La esperanza está dispuesta a dejar preguntas sin respuesta, futuros sin respuesta e inciertos. La esperanza te hace ver la guía de Dios, no solo en los momentos dulces y agradables, sino también en las sombras de la decepción y la oscuridad.

Y, como saben, esto es importante para nosotros, incluso al pensar en ello, como en nuestra perspectiva sobre la esperanza. ¿Se trata solo de nuestras circunstancias o es más bien un sentido de entrega y de presentarlo ante Dios? Al reflexionar sobre los propósitos del lamento en mi libro, de hecho, como dije, analizo diferentes maneras y ejemplos de lamento que abordan distintas situaciones. Al hacerlo, quería dejar claro que el lamento no es solo una comprensión plana y unidimensional cuando pensamos en las situaciones de nuestra vida.

se trata solo de tristeza o dolor en ese sentido. Pero , de hecho, hay diferentes maneras de aplicarlo a la soledad, la ira y el pecado. Estos son algunos de los temas que se abordan en los capítulos posteriores, con ejemplos prácticos.

Así que, en este momento , quiero repasar un ejemplo particular que tengo en mi libro: el lamento ~~and loneliness,~~ loneliness, y el abandono. Analizaré un ejemplo en los Salmos que aborda este tema y analizaré los diferentes elementos, cómo podemos reconocerlos y cómo pueden ayudarnos y ser instructivos en nuestras oraciones. Algo que hago a menudo cuando enseño sobre esto es pedirles a las personas que escriban sus propios lamentos.

Y entonces , al tratar de reconocer estos elementos individuales presentes, escriben sus propios lamentos y cómo los ven. Les explicaré esto en particular . Pueden escribirlo.

A veces, ya sabes, he... Había incluso , ya sabes, estudiantes que , si no fueran buenos escritores , lo harían . De hecho, extraer esos elementos específicos y, ya sabes, articularlos de esa manera y compartirlos en ese sentido. Y entonces... Lidiar con estos lamentos, estas situaciones o estas emociones de una manera diferente . Y hubo momentos en los que sentí que era muy poderoso. Fue allí donde la gente realmente escribió estos lamentos y los compartieron con otros dentro de la comunidad.

Y luego poder orar unos por otros por eso. Y ha sido muy poderoso verlo . Así que, es como cuando comparten, porque a veces es ... Es muy difícil expresar con palabras algunas de las cosas por las que estamos pasando con los demás.

así, ~~allowing yourself to be vulnerable, to share and then also to cover one another in prayer as well~~, allowing yourself to be vulnerable, to share, and then also to cover one another in prayer as well, después de compartir, si esto te anima, quizás al reflexionar sobre estos elementos, pensando en maneras de escribir tus propios lamentos, puedas compartirlos con alguien cercano y orar unos por otros. Como mencioné, en la segunda sección de mi libro, exploro algunos detalles, principalmente los capítulos cinco al diez .

Entonces, lo que veo aquí es que las Escrituras nos ofrecen una variedad de ejemplos de diferentes lamentos. Y muchos de ellos mencionan, por ejemplo, las oraciones y al salmista. Hay profetas de los que hablo, incluso en el Libro de las Lamentaciones y en otros lugares.

Los temas abordan circunstancias relevantes que requieren orientación práctica. Abordamos un poco más las Escrituras, pero también analizamos la orientación práctica. Así que, para comenzar la conversación, mostramos que el lamento es un concepto bíblico profundamente arraigado.

Y aquí hay algo, aunque no necesariamente lo escuchamos tanto en la iglesia, que el lamento está profundamente arraigado en la Biblia , y que podemos aprender de él. En esta lección , quiero repasar el ejemplo del lamento, la soledad y el abandono, como podemos ver aquí. Para empezar, un estudio de Harvard de 2021 informa que más de un tercio de los estadounidenses, es decir, el 36 %, sienten una soledad grave, lo que significa que se sienten solos con frecuencia o casi todo el tiempo.

Eso es enorme. El 36 % de las personas lo siente. Este estudio también indica que un 37 % adicional de encuestados declaró sentirse solo ocasionalmente.

Hablamos de un 75 % de personas que la experimentan constantemente o que ocasionalmente la experimentan. La soledad era generalizada en todos los grupos demográficos principales. Por lo tanto „ no hay una diferencia significativa en cuanto a la tasa de soledad según la raza, la etnia ~~or gender or levels of education, income, religion, or gender, or levels of education, income, religion,~~ o el lugar de residencia.

Y entonces, pensando en este lamento y la soledad, la soledad es algo que todos enfrentamos en algún momento, aunque no siempre la sentimos. Así que, si vivimos lo suficiente, la mayoría experimentaremos al menos una o más temporadas de soledad, incluso en nuestras propias vidas. Las Escrituras incluso nos dicen que Jesús experimentó esto cuando sus discípulos, a quienes dedicó su vida durante tres años, huyeron y lo abandonaron en su momento de mayor necesidad.

Y aquí, en la cruz, pueden ver que sus propios discípulos lo abandonaron . Lo depositaron allí. Lo dejaron solo para afrontar el camino a la cruz.

Así que incluso Jesús tuvo momentos de esta experiencia. ¿Podría ~~how can we walk through seasons of loneliness with the Lord and how can we,~~ how can we walk through seasons of loneliness with the Lord, and how can the el proceso del lamento ser instructivo al reflexionar sobre esto? Y eso es lo que queremos abordar aquí. Para reflexionar sobre ello, quiero examinar los Salmos 42 y 43.

Si bien existen varios salmos de lamento que hablan de la soledad y la lucha, estos dos me resultaron especialmente útiles. Por eso, aquí suelen verse como una unidad porque comparten muchos temas similares y ambos salmos repiten este estribillo casi palabra por palabra. Pueden encontrarlo en esos versículos.

Varios manuscritos antiguos presentan estos dos Salmos como uno solo. Así que, aunque aparecen dos en nuestra Biblia, podemos verlos como una unidad. Por lo tanto, ambos son Salmos de lamento individual que expresan la lucha contra la soledad y el abandono .

Y no solo de los demás, sino también de Dios. A menudo, nuestra lucha contra la soledad implica distanciarnos de Dios y preguntarnos si siquiera nos ve. Y entonces, como que, ya sabes, pensamos no solo en la soledad de los demás, sino incluso de Dios mismo, y nos preguntamos: ¿estamos solos en esta situación ? Y entonces, en momentos como estos, encontramos que el salmista... tenemos preguntas.

El salmista plantea la cuestión de la cercanía de la presencia de Dios. Y aquí lo vemos planteando la pregunta: ¿dónde está Dios? En medio de todo esto. Algunos comentaristas creen que estos dos Salmos podrían haber sido escritos en el contexto de la destrucción de Jerusalén y el exilio de Judá.

Pero no sabemos lo suficiente como para comprender el contexto de eso. Pero sí sabemos que el salmista simplemente lucha con el abandono, derivado de sentimientos de abandono por parte de Dios, y que no proporciona detalles lo suficientemente específicos como para demostrar que ese era el contexto. Por lo tanto, lo que está claro es que se trata de la soledad y el abandono.

En lugar de buscar detalles específicos sobre esta situación, el salmista se centra más en la naturaleza general. De esta manera, es más aplicable a cualquier circunstancia. Claramente, hay una lucha en su corazón por su deseo de presentarse ante Dios, pero también en su situación actual.

Y aquí es donde encontramos relevancia, incluso al intentar reflexionar sobre el contexto. Aquí están los dos salmos de la traducción NVI. No los leeré ahora, pero al señalar los diferentes elementos, leeré también algunos versículos de estos dos salmos.

Si también desean analizar los Salmos 42 y 43 por su cuenta, pueden consultarlos con su Biblia. Lo que quiero hacer aquí es repasar los siguientes cinco elementos característicos de los lamentos. Como mencioné, no todos los elementos estarán presentes en cada lamento y no siempre seguirán este orden.

Pero aquí veremos lo que está presente en estos dos Salmos, cómo difieren, cómo se sitúan, cómo se presentan en estos Salmos. Así, la dirección o invocación, la lamentación, la petición o queja, las motivaciones, la confesión de confianza, la seguridad de ser escuchado y el voto de alabanza. Y así... Vamos a repasarlos juntos aquí.

que aquí, cuando pensamos en la dirección o invocación, el salmista comienza dirigiéndose a Dios mediante el llamado vocativo, Elohim en lugar de Yahvé. Esto es característico del Libro Dos de los Salmos o del Salterio.

Así pues, los Salmos contienen más salmos que usan la palabra Elohim para referirse a Dios. Pensando en los cinco libros que componen el Libro de los Salmos, esto es típico de lo que vemos en el Libro Dos. Lo que destaca es el uso de imágenes, como un recurso poético, para expresar su deseo de estar con Dios.

la sed. Y, más específicamente, su sed es como la de un ciervo que jadea por una corriente de agua. Volviendo al tema, analizaremos este versículo.

Entonces, donde dice: «Como el ciervo anhela las corrientes de agua, así mi alma anhela por ti, Dios mío». Y así, mi alma tiene sed de Dios, del Dios vivo, ¿dónde puedo ir y encontrarme con Dios? Y así, aquí, de esta manera, me dirijo a Dios. Y así... Lo que es interesante aquí es que muchas veces pensamos en esta imagen como en este ciervo tranquilamente en el arroyo, ya sabes, bebiendo agua.

Y es algo muy pacífico. Pero en realidad, esta es una imagen de desesperación. Es una imagen bastante más... No lo es, no lo es En realidad bastante feo.

es tan sereno y hermoso como lo imaginamos. Así que... Es el ciervo el que no busca agua tranquila y elegantemente. En realidad, sobre Un ciervo jadeante de un día caluroso con la lengua fuera para refrescarse.

Así que aquí está. Es como si, a diferencia de los humanos, que sudan, se sobrecalentaran. Por ejemplo, un ciervo tiene que jadear para excretar calor corporal. Así que, si alguna vez has sentido síntomas de sobrecalentamiento, sabrás que va acompañado de agotamiento, debilidad, fatiga y deshidratación.

En casos extremos, puede provocar el bloqueo de órganos vitales, lo que puede incluso causar la muerte . es Una especie de lugar de desesperación. No es solo este silencio, esta serenidad, ya sabes, mi corazón anhela, ya sabes, mi alma anhela al Señor.

Es Aquí, de hecho , hay desesperación, una situación de vida o muerte. Esta persona está sintiendo una deuda. Este ciervo está lidiando con sobrecalentamiento, agotamiento, debilidad y fatiga.

Así, el salmista muestra cómo desea recurrir a Dios en momentos de desesperación. Esto, en cierto modo, pinta un panorama de que este no es solo un momento de serenidad, sino un momento de desesperación para él.

Así que sabe que Dios es el único que puede ayudarlo. Y como vemos más adelante en el salmo, este es un grito desesperado que expresa soledad, dolor, abandono, debilidad y desesperación en su alma. Y aquí comienza con esta imagen que podemos encontrar.

Y luego pasa a la lamentación, la petición ¿ y la queja. Y entonces, ~~se~~ lo que quiero destacar es que este salmo... De hecho, exhibe esta alternancia entre desesperación y esperanza. Así que no es solo una trayectoria ascendente.

Así que eso tiene que ver con el lamento. No es algo que a veces suceda, es un proceso que va subiendo y subiendo ¿ y todo va a ir bien. A veces se manifiesta donde hay alternancia.

Así que, podrías tener días mejores, días más esperanzadores, y luego volverás y te sentirás un poco más desesperanzado . Y esta es una imagen muy realista que encontramos en los salmos de quienes lidian con sentimientos de soledad y abandono, porque es casi como una alternancia entre sentirte bien un segundo y al

siguiente estar, ya sabes, luchando de nuevo. Así que, después de todo, el lamento es un proceso.

Así que, como lo vemos, no se trata solo de una trayectoria ascendente . No siempre es tan consistente, un avance así. Hay momentos en los que nos sentimos más esperanzados, momentos en los que sentimos un poco más de desesperación.

Y así, el salmo refleja esto también en este cambio de emociones. Así , del ~~verse~~ verses 2 al 4, dice: «Mi alma tiene sed de Dios, del Dios vivo. ¿Cuándo podré ir a encontrarme con Dios? Mis lágrimas han sido mi alimento día y noche, mientras la gente me dice todo el día: ¿ Dónde está tu Dios?». Recuerdo estas cosas al desahogarme, cómo solía ir a la casa de Dios bajo la protección del Poderoso con gritos de alegría y alabanza entre las multitudes festivas.

Y entonces aquí, aquí se presenta a un hombre que lucha con su deseo de presentarse ante Dios, pero se siente solo y abandonado. Y entonces aquí está. Una especie de lucha con sus pensamientos. El hebreo ~~is literally~~ literally means para presentarse ante el rostro de Dios.

Esta imagen se refiere a presentarse ante Dios en su templo, lo cual se explica más explícitamente en el capítulo 43. Presentarse ante Dios en su templo también indica la ~~psalmist~~ psalmist's presencia dentro de la comunidad y el disfrute de la presencia de Dios con los demás. Como pueden ver , no se trata solo de presentarse ante Dios, sino también dentro de la comunidad, y cómo contrasta su pasado con la soledad actual, lejos de su comunidad y del Señor.

Aquí lo vemos lamentando su pasado, lidiando con su reflexión y reflexionando sobre su situación actual. Y luego dice que las lágrimas han sido su alimento día y noche. Así, esta expresión literaria pinta un cuadro de duelo que lo abarca todo.

Entonces, el salmista expresa cómo todo su ser ha sido absorbido por el dolor, y quienes experimentan un dolor tan profundo no comen porque están consumidos por la tristeza. Y aquí, en cierto modo, habla de cómo él ... Aquí, el dolor lo absorbió . Y así, el salmista procede a recordar días mejores del pasado mientras se abre en oración.

Recuerda las ocasiones en que dirigió al pueblo de Dios con gritos de alegría y alabanza en las celebraciones festivas en el versículo cuatro. Así, este recuerdo lo impulsa a hablar a su propia alma en el versículo cinco, que es el estribillo que se repite. Varias veces más en estos dos versos. Y así, incluso en medio de su reflexión y lucha, llega a expresar este estribillo.

Este estribillo se repetirá de esta manera. En el versículo cinco dice: "¿Por qué te abates, alma mía ? ¿ Por qué te turbas? Pon tu esperanza en Dios, porque aún he de

alabarle, mi Salvador y mi Dios". Esto, de nuevo, se presenta en momentos de mayor esperanza , ya que él ve eso , reflexiona y habla a su alma en ese sentido.

Entonces, el sufrimiento puede hacernos añorar tiempos pasados más agradables. Como viste antes. En fin, hubo días mejores en el pasado.

Ya sabes, la gente parece rápida en ese sentido. Sin embargo, en lugar de hundirse en esta depresión, y cuando recuerda el pasado, en realidad es... Como si lo impulsara a hablarle a su alma. Así que, esta es la primera vez que vemos esta alternancia entre la desesperación y el deseo de seguir adelante.

Y aquí, este tipo de reconocimiento. Y así, tras el estribillo y una breve exhortación, el salmista vuelve a su lamentación. Presenta otra imagen relacionada con el agua.

De nuevo, esto es una alternancia. Habla de su desesperación. Habla de algunas de las cosas que ha experimentado, de cómo eran las cosas en el pasado.

Y luego vuelve a otra imagen que expresa su dolor. Y esta vez , en lugar de sed o lágrimas interminables, como las que se ocupan del agua, presenta otra imagen que describe sus sentimientos de estar abrumado por la tristeza. Es muy pintoresco, ya que reflexiona y describe lo que está viviendo.

Así, si bien la imagen del mar profundo en el salmo a menudo remite a sus imágenes primordiales del caos, presente también aquí, la frase «lo profundo llama a lo profundo» también podría expresar metafóricamente los sentimientos de caos del salmista, que llama al único que comprende la profundidad de su dolor. Por lo tanto, la soledad puede llevarnos a anhelar la comprensión profunda de los demás. Y así ocurre aquí, cuando lo profundo llama a lo profundo.

Así que, cuando experimentamos el abismo del dolor en nuestros corazones, Dios es el único que puede llenarlo. Así, nuestros corazones se acercan al único que es lo suficientemente profundo como para llenar ese abismo de soledad. Y aquí, el versículo siete dice: «Un abismo llama a otro abismo; en el rugido de tus cascadas, todas tus olas y tus rompientes me han azotado».

Y aquí, el salmista continúa describiendo imágenes de inundaciones y olas. Estas imágenes se interpretan prácticamente como la sensación de olas y rompientes que azotan al salmista.

Entonces Describe cómo las aguas embravecidas continúan como olas que lo mantienen sumergido. Si alguna vez has experimentado quedar atrapado bajo las olas, muchas veces es difícil incluso salir a la superficie, como respirar. Sientes que no tienes equilibrio.

Sientes que has perdido el equilibrio. Ni siquiera puedes respirar. Con tantas olas.

Así que, esta es la imagen que él describe aquí para que reconozcamos la soledad, la forma en que se siente abrumado, incluso en su propio corazón. Sin ningún punto de apoyo, las olas siguen viniendo y pasando sobre tu cabeza. De igual manera, el profundo dolor emocional y la tristeza pueden manifestarse en sensaciones físicas de falta de aire o palpitaciones, dejándonos también con ganas de recuperar el aliento.

Y aquí, una especie de descripción del dolor abrumador que a veces también podemos sentir. Y aquí, en otras ocasiones, el llanto intenso también puede dejarnos sin aliento. Estas imágenes representan a alguien que reconoce sus verdaderos sentimientos.

Así que no intenta evitarlos, sino afrontarlos de frente, aunque no sea fácil. Por eso, lo más difícil del lamento es superar estos sentimientos dolorosos en lugar de superarlos rápidamente. Así que lo que se encuentra aquí es que el salmista regresa con imágenes diferentes.

No se limita a seguir adelante y decir: "Bueno, estoy triste o me siento solo ". De hecho, está procesando algunas de estas emociones y reflexionando sobre ellas, incluso de diferentes maneras y con diferentes imágenes, con diferentes palabras, y reconociendo cómo está pasando por esto. Y así, después de una breve afirmación del amor de Dios, continúa preguntándose por qué Dios lo ha olvidado.

Y aquí, describiendo esto. Y luego, de alguna manera , vemos de nuevo esta alternancia mientras llora bajo la opresión de los enemigos. Y así, esta es la primera vez que el salmo habla de enemigos.

Así que frases y preguntas similares se repiten también en el capítulo 43. De modo que estos versículos enmarcan la experiencia del salmista con sus enemigos. Y así... Es significativo porque la ausencia de Dios y nuestra soledad se sienten más agudamente a veces cuando vemos la presencia de nuestros odiadores o enemigos.

Entonces, cuando no tenemos a nadie que nos apoye, nos sentimos aún más aislados y sin un defensor. Sentimos que no hay nadie que nos cuide las espaldas. Y esto crea un marco.

Así que, en 42.9, le digo a Dios, mi roca, ¿por qué te has olvidado de mí? ¿Por qué debo andar de luto, oprimido por el enemigo? Y luego, en 43.2, es... Muy similar . Eres mi fortaleza. ¿Por qué me has rechazado? ¿Por qué debo andar de luto, oprimido por el enemigo? Y aquí, sintiéndome como si no hubiera quien me defendiera.

Me siento muy solo. ¿Dónde está Dios? ¿~~Where's~~Where isLa gente, la gente del pasado? Y así... De alguna manera, expresa todo eso también. Así que da una descripción del sufrimiento que refleja su dolor.

Y lo siente hasta los huesos. Y así es Aquí hay un mensaje muy gráfico. Es una imagen acompañada de burlas verbales, que representan aún más gráficamente la agonía que siente en el versículo 10 .

Y es aquí donde repite el estribillo anterior de su alma. Como se mencionó, estos Salmos oscilan entre el duelo y el anhelo de esperanza. Y aquí anhela estar en la presencia de Dios, incluyendo a su comunidad.

Pero también se siente abandonado y rechazado por Dios en medio de un enemigo. Así que aquí, es donde dice: «Mis huesos sufren una agonía mortal mientras mis enemigos me atormentan, diciéndome a cada día : ¿Dónde está tu Dios? ¿Por qué te abates, alma mía? ¿Por qué te turbas dentro de mí? Pon tu esperanza en Dios, porque aún he de alabarlo, mi salvador y mi Dios». Y así , de nuevo, vemos esta alternancia, este tipo de trato, hablando de lo que él también está tratando de esta manera.

Así , a medida que la oración continúa en el capítulo 43, el salmista ahora da a conocer su deseo de un defensor . Pide un defensor. Anhela que Dios lo reivindique y defiende su causa contra los impíos.

~~Se~~So. Pide liberación del engaño y de los malvados, reconociendo que Dios tiene su fortaleza. Y de nuevo vacila, como antes. Así, aquí usa palabras muy similares para cuestionar el abandono de Dios y lamenta la opresión de sus enemigos.

Sin embargo, en lugar de hundirse en su dolor, sigue pidiendo a Dios que le envíe luz, verdad y fidelidad para guiarlo a un monte santo. Por lo tanto, esta petición es importante porque demuestra que el salmista sabe que solo en la presencia de Dios encontrará la paz que realmente desea. Es interesante reflexionar sobre esto y cómo podemos verlo.

Así que, oh Dios mío, defiéndeme y defiende mi causa contra una nación infiel. Rescátame de los que son engañosos y perversos . Y aquí, pide un abogado, pues él también lo ve.

Esas son algunas de las descripciones de la lamentación, la queja, las experiencias que experimenta . Se puede apreciar ese elemento en el Salmo y todas esas imágenes y la forma en que se expresa, la forma en que siente la soledad. Es muy honesto en sus descripciones y en las experiencias que experimenta .

Él presenta eso ante Dios y, de hecho, también le pide y solicita que haga algo. Entonces, tenemos ~~here the motivation~~ the motivation here... Así que aquí, las razones que se dan para que Dios actúe o se mueva se basan principalmente en su carácter, como se muestra en su petición de vindicación.

Entonces, le pidió a Dios que actuara porque sus enemigos son engañosos e injustos. Y aquí, las motivaciones que mencionamos. ¿Por qué el salmista le pide a Dios que haga esto? Él está diciendo esto aquí .

También apela a su relación íntima con Dios. Así que En medio de su lucha y sus dudas, sigue llamando a Dios su Dios, su fortaleza, su salvación, su roca, su inmensa alegría. Y aquí también hay una especie de apelación a su relación con Dios.

Así que, esta clase de motivación al pensar en esto... También apela a Dios, quien lo salva y lo protege, porque reconoce su propia impotencia ante sus enemigos. E invoca a aquel en quien confía.

Así que aquí, incluso en sus dudas y su sensación de distanciamiento de la presencia de Dios, él reconoce la realidad de su relación con el Señor. Y eso es importante. Así que, aunque se pregunta: "¿Dónde está Dios en medio de esto?", "¿Qué está ~~what's~~pasando?" , al mismo tiempo reconoce que todavía existe una relación .

~~So~~So, Está recordando la forma en que lo describo. Está recordando en la oscuridad lo que vio a la luz. Y aquí, es un aspecto importante del lamento, porque podemos perder fácilmente de vista nuestra realidad cuando las emociones nos dominan.

Así que a veces, ya sabes, realmente no reconocemos aquí. ~~So~~So, La oscuridad y la soledad a veces pueden, ya sabes, colorear nuestra visión de tal manera que no podemos ver con claridad de esta manera. ~~So~~So, Lo que tenemos es que vemos al salmista aquí mirando más allá.

~~So~~So, Es en estos momentos que reconocemos que él puede ver más allá y que podemos orar y aún así saber que Dios sigue siendo nuestro Dios. Y aunque sentimos que nos ha olvidado, él ejemplifica bien aquí que reconoció quién es Dios y la relación que tiene con él, incluso en eso. Así que no abandona lo que sabe que es verdad sobre Dios y su relación con él.

que , aunque siente eso, también se lo recuerda de esta manera. Y aquí es donde, ya saben, está la confesión de confianza y la seguridad de ser escuchado . A diferencia de otros salmos, aquí es donde es diferente.

Esta transición de la desesperación a la seguridad de ser escuchado o a la confesión , ya sabes , es fluctuante. Así que, de nuevo, no es una trayectoria sencilla, sino entre la depresión y la confesión de confianza. La confesión más obvia se ve en ese

estribillo que vemos una y otra vez : "¿Sabes por qué te abates ? ¿Por qué te turbas en mí? Pon tu esperanza en Dios y yo lo alabaré".

Así que, nuevamente, este estribillo es instructivo para nosotros en términos de confesión de confianza o seguridad de ser escuchados, ya que ejemplifica cómo podemos realmente hablar con nuestras propias almas, incluso en medio del lamento. Y así, aquí podemos hablar con nosotros mismos. Y así... Está aquí, incluso cuando no hay nadie alrededor.

Así que, incluso cuando luchas contra la soledad, incluso cuando te sientes abandonado por la gente o por Dios, aún podemos hablar a nuestra alma, como nos mostró el salmista . Podemos expresar palabras de aliento o esperanza. SeSo. Son estos momentos en los que necesitamos hablar con nuestras propias almas cuando sentimos que no hay nadie alrededor y necesitamos animarnos con lo que sabemos que es verdad acerca de Dios.

Así que, de nuevo, lo que sabemos en la luz aquí, también podemos expresarlo en la oscuridad. Así que estar solo no significa que debamos ceder a la desesperación ni a la desolación. Aún podemos expresar esperanza, en contraste con las voces que escuchamos.

SeSo. Es fácil caer en una espiral descendente de desesperanza porque la voz de la autocompasión se refuerza cuando sentimos que nadie se preocupa por nosotros. Pero aquí es donde necesitamos hablar con nuestras propias almas, donde tenemos que usar la palabra de Dios. Y así, ya sea a través del salmo o hablando la palabra de Dios a nuestras propias almas, creo que eso es... Es muy poderoso para nosotros realmente traernos esperanza de esta manera.

Así que Dios es un Dios que aún salva. Dios es un Dios que aún libera. Podemos pensar, incluso en el libro de Romanos, que nada puede separarnos del amor de Dios.

Así que aquí, pronunciar palabras de verdad y esperanza de las Escrituras, incluso en medio de nuestra soledad, es importante al reflexionar sobre ello . Lo interesante también es que este estribillo no es María hablándole a su propia alma. En realidad, le ordena a su alma que espere y espere en Dios.

Eso también es importante, porque el verbo hebreo para esperar o esperar aquí es un mandato . Está en forma imperativa. No es solo una afirmación.

se trata solo de, vale, ya sabes, haz esto para animarte. Es En realidad, es dominante . Por lo tanto, aquí no se trata de una sugerencia entre varias opciones, ni siquiera de un deseo o una declaración.

Es una orden. **SeSo**, Es un recordatorio importante de que debemos decir la verdad . Así que No es sólo una manera sugestiva de pensarlo.

Es un mandato para que confiemos y esperemos en Dios incluso cuando no tengamos ganas. Y así, incluso en medio de la lucha con nuestras emociones y nuestro dolor, podemos hablar con sinceridad también en ese sentido. Así pues, el proceso del lamento es precisamente eso.

Es un proceso. Reconocemos nuestro dolor y nuestros anhelos ante Dios, pero también llega un momento en que necesitamos ordenar a nuestras almas que también presten atención a la verdad de las Escrituras. Y, por lo tanto, necesitamos desear avanzar y fijar nuestra mirada en lo que Dios ha prometido y sigue prometiendo para sus hijos.

**SeSo**, Mandamos a nuestras almas a esperar activamente y tener esperanza en el Señor también. Y aquí, de nuevo, aquí es donde el término hebreo para esperar también significa tener esperanza. Así que No nos quedamos sentados pasivamente, esperando y revolcándonos en nuestras emociones.

No, somos nosotros Esperando , esperando activamente y confiando en que Dios obrará. En la práctica, esto significa que avanzaremos con fe, poniendo un pie delante del otro. Haremos lo que Dios nos ha encomendado con fidelidad, confiando en que Él traerá el cambio que anhelamos .

Entonces, Vamos a lavarnos la cara , vestirnos, salir a caminar, llamar a ese amigo, servir en ese ministerio y mirar hacia adelante para conectar con los demás incluso en medio de nuestro propio dolor. Y aquí es donde , ya sabes, cuando estás procesando estas cosas, también llega un momento en que, ya sabes, necesitamos decirnos la verdad a nosotros mismos. Necesitamos ser fieles.

Necesitamos esperar en Dios con esperanza y dedicación, y ser fieles en ello, en lugar de simplemente quedarnos donde estamos . De nuevo, es un proceso. No siempre es a nuestro ritmo, pero es algo que podemos reconocer al reflexionar sobre ello.

Pasemos entonces a este voto de alabanza. Pensemos en ese reconocimiento de que Dios está ahí, nos escucha o nos habla, este voto de alabanza. Se encuentra principalmente en 43:4, donde el salmista declara que se presentará ante el altar de Dios, quien es su gozo y deleite , para alabarlo.

Y así podemos ver esto aquí. Envíame tu luz y tu fiel cuidado. Que me guíen.

Que me lleven a tu santo monte, al lugar donde moras . Entonces iré al altar de Dios. Dios, mi alegría, mi deleite.

alabaré con un mentiroso. Oh Dios mío, Dios mío. Y así aquí, reconociendo aquí este voto de alabanza.

Por lo tanto, se basa en que Dios envía su luz y verdad para guiar al salmista. Así, el salmista no solo se compromete a dejar que la luz y la fidelidad de Dios lo guíen, sino también Él también vendrá a alabarlo. Y así, cuando Dios venga y traiga su luz, él se presentará de esta manera.

Entonces, hay una orientación hacia el futuro y eso es importante. Él está mirando hacia adelante con la expectativa de poder ofrecer alabanzas a Dios. Así que No es sólo la final, aunque, ya sabes, hay un elemento más esperanzador aquí.

Además, estos versículos no son la última palabra. De hecho, la última palabra la tiene usted, ese estribillo repetido en el salmo. Así que lo que demuestra aquí es que refuerza la inconstancia de nuestras emociones.

Así que aquí, aunque hay momentos de esperanza que nos permiten mirar más al futuro, también hay momentos en los que podemos decirnos la verdad a nuestro corazón. Podemos llenarnos de esperanza en un momento, pero debemos seguir hablándonos al alma porque fácilmente podemos caer en la desesperación. Así que aquí, cuando lamentamos las dificultades, las enfrentamos con honestidad.

En realidad, no lidiamos solo con nuestros sentimientos, sino que también mantenemos la esperanza en medio de la desesperación. Y no tenemos por qué permanecer en la desesperación. Así que este es un ejemplo, al observar los diferentes elementos que encontramos en el libro de los Salmos.

Y así, especialmente en los Salmos 42 y 43. Algunas observaciones finales que tengo, incluso después de analizar un ejemplo en particular, es que recuperar el lamento bíblico es más que simplemente comprender el concepto. No se trata solo del concepto de lamento.

Se trata de aprender de las Escrituras y dejar que el lamento guíe nuestra práctica. Así que, al examinar las Escrituras, al observar el lamento, al enfrentarnos a la incertidumbre y el sufrimiento que nos rodea, recordemos que podemos aprender de las Escrituras, que nos ayudan a conectar con lo que nos rodea. Algunos de los puntos importantes que quería traer a colación aquí es que el lamento es una parte necesaria del proceso de duelo y sanación.

Y aquí, es importante que no lo dejemos de lado, que no nos ocupemos de las cosas, que simplemente las ignoremos o que simplemente pensemos en cómo lidiamos con el dolor. En realidad, es importante que lamentemos, para que así podamos sanar. Y también reconocer que, si bien los vecinos de Israel, las antiguas culturas del Cercano Oriente, practicaban el lamento, nosotros tenemos un lamento bíblico diferente

porque apela a Dios, quien nos conoce, se preocupa por nosotros y actúa en nuestro favor. muy diferente de lo que encontramos en las Escrituras que de lo que encontramos en el mundo del antiguo Cercano Oriente.

Por eso es importante que veamos esas diferencias, las reconozcamos, las apreciemos y reconozcamos que no debemos dar esto por sentado, sino presentarnos ante Dios, que nos ha ofrecido este camino y estos ejemplos para orar en momentos difíciles. Así que el lamento no es algo que hagamos solos. Podemos hacerlo solos, pero también podemos hacerlo colectivamente, como cuerpo de Cristo.

Y eso es importante para nosotros al reflexionar sobre este concepto. El lamento no es solo una emoción ni una respuesta uniforme. Aquí hay una variedad de cosas por las que podemos lamentar, diversas maneras en las que las Escrituras nos han dado ejemplos.

Así que aquí no se trata solo de un concepto unidimensional . Creo que es multifacético y muy profundo, lo que nos permite profundizar en las Escrituras al reflexionar sobre ello. Incluso cuando Dios no actúa en este lado de la eternidad, el lamento nos ayuda a vivir la vida con esperanza.

Y entonces, lo que quiero decir aquí es que el lamento no es una solución milagrosa. No está aquí para resolver todos tus problemas ni nada por el estilo, pero es... Está aquí para ayudarnos a salir de la desesperación, las luchas y las dificultades de la vida y llevarnos a una mayor esperanza. En realidad, para ayudarnos aquí, incluso mientras vivimos en este mundo y luchamos con estas cosas, a acercarnos a la presencia de Dios, a comprometernos con él en la fe y a ser capaces de avanzar con mayor resiliencia y esperanza.

Y espero que, ya sabes, durante este tiempo juntos puedas apreciar esto y hasta escribir, tal vez incluso ... Algunos de tus propios lamentos se manifiestan de esta manera. Y hay situaciones que enfrentamos en la vida que son inalterables. Como la pérdida de seres queridos, hay otros momentos en que la práctica del lamento no se resuelve con la intervención de Dios para lograr el cambio que deseábamos.

Así que , en estas situaciones, el lamento puede acercarnos a Dios, pues nos recuerda que la esperanza definitiva no se encuentra necesariamente aquí y ahora, sino que Dios nos da la gracia y la fuerza que necesitamos cada día. Y así, incluso al pensar en el Nuevo Testamento y en el ejemplo de Pablo con su espina, Dios no la quitó, pero dijo que su gracia era suficiente. Y así, Pablo aprendió a ver la fuerza de Dios en su propio sufrimiento, incluso en su propia debilidad.

Así que, aunque Dios no siempre responda como deseamos, podemos estar seguros de que nos dará la fuerza necesaria al presentarle nuestra petición mediante el

lamento. Así sabemos que nuestras pequeñas dificultades momentáneas nos traen la gloria eterna que las supera con creces. Dios nunca promete darnos todo lo que deseamos, pero sí promete darnos todo lo que necesitamos en esta vida y aún más en la venidera.

Así, el lamento nos lleva a comprender que lo que realmente necesitamos es a Él. Y quizás por eso tantos han experimentado mayor intimidad y esperanza en medio del dolor y las circunstancias extremas, de lo que deberían haberlos desesperanzado . Y así, al acercarnos a Dios, no nos vencerá, sino que también nos dará una mayor esperanza.

Genial. Gracias.