

Contratiempos:

Cómo los tiempos difíciles pueden acercarnos a Dios

Nigel, un loro gris africano, tenía acento británico. Lo había aprendido de su dueño nacido en Gran Bretaña, quien le enseñó saludos como "¡Cheerio!". Su inteligencia y extenso vocabulario lo convirtieron en una mascota amada y sociable.

El día que Nigel voló de su hogar en el sur de California, su dueño, Darren Chick, quedó desconsolado. Darren temía no volver a ver a su mascota. Darren lo buscó con la mirada durante meses, esperando que encontrara el camino de regreso. Pero, a medida que pasaba el tiempo, Darren temió lo peor y supuso que el alegre y domesticado Nigel probablemente había muerto.

Imaginen la sorpresa de Darren cuando, cuatro años después de que Nigel se fuera volando, recibió una llamada telefónica de un veterinario local. Nigel había sido encontrado, vivo y bien. Gracias al microchip del ave, el veterinario pudo identificar al dueño.

Darren lloró de alegría cuando se reencontró con su mascota. Era como en los viejos tiempos, excepto por una cosa: Nigel ya no tenía acento británico. De hecho, ya no hablaba inglés. En los cuatro años que había estado desaparecido, Nigel había aprendido español.

Resulta que, después de que Nigel voló de la casa de Darren, fue capturado por un desconocido y vendido en una venta de garaje por cuatrocientos dólares. Una familia guatemalteca que vivía en California compró a Nigel y le dio un nuevo hogar. Le arrullaron con cariño frases en español hasta que el loro adoptó su idioma y acento.

Después de un tiempo, Nigel se soltó de nuevo y voló de su familia guatemalteca. Fue entonces cuando un extraño preocupado lo encontró y lo llevó a un veterinario, donde revisaron el microchip y lo devolvieron a Darren.¹

Durante esos años que Nigel estuvo ausente, Darren asumió que el loro carecía de las habilidades de supervivencia y el instinto para mantenerse con vida. Pero Nigel no solo sobrevivió, sino que prosperó. Se adaptó a su nuevo entorno, incluso aprendiendo un nuevo idioma.

Como Nigel, algunas personas tienen las probabilidades en su contra. Parece que no podrán superar los desafíos que enfrentan, pero sorprenden a todos adaptándose, floreciendo y aprendiendo sobre la marcha.

Durante años, los investigadores han estudiado por qué algunas personas pueden superar los desafíos mientras que a otras los aplastan. Sus hallazgos indican que las personas que triunfan a pesar de las pruebas tienen una característica común: la **resiliencia**.[^]

El factor resiliencia

La resiliencia es adaptarse y crecer frente al estrés, el trauma o la adversidad. No es algo con lo que se nace, o sin lo que se nace. Según la investigación, se puede construir con el tiempo. Por ejemplo, nos volvemos más resilientes cuando tenemos influencias saludables particulares, como la creencia en Dios,³ relaciones positivas y participación comunitaria.⁴

Algunos estudios han explorado el desarrollo a largo plazo de la resiliencia, comenzando en la infancia. Cuando alguien está expuesto a dificultades en la vida temprana, como la pobreza, el abuso, la negligencia, el divorcio de los padres o la adicción a sustancias de los padres, esa persona es más propensa a participar en comportamientos peligrosos y poco saludables cuando crece.⁵ Sin embargo, algunos niños superan las probabilidades y prosperan.

Según la investigación, esos vencedores experimentan dos cosas en su juventud que los distinguen de los demás:

1. un fuerte vínculo con un cuidador, como un padre, maestro, miembro de la familia o líder de la iglesia
2. la creencia de que sus circunstancias son temporales y pueden cambiar.⁶

Estos dos factores han demostrado ayudar a los niños a sobrevivir la angustia, pero también pueden ayudar a cualquier persona en cualquier etapa de la vida. Estos factores de construcción de resiliencia importan para todos porque todos enfrentaremos momentos difíciles en algún momento de la vida. Lucharemos o nos sentiremos decepcionados, sufriremos, seremos heridos o estaremos en necesidad. Y en esos momentos, saber que podemos prosperar a pesar de la adversidad nos da esperanza.

Lo que dice la Biblia sobre los tiempos difíciles

La investigación sobre la resiliencia refleja lo que dice la Biblia: Enfrentaremos tiempos difíciles, pero esos tiempos difíciles no tienen por qué destruirnos. La Biblia no solo dice que no debemos temer los tiempos difíciles, sino que llega a decir que debemos «*considerar de sumo gozo*» cuando enfrentamos pruebas (Santiago 1:2) y debemos «*gloriamos en nuestros sufrimientos*» (Romanos 5:3).

Según la Biblia, podemos ser alegres y resilientes en las dificultades cuando creemos que Dios está con nosotros y confiamos en que nuestras circunstancias son temporales. Nótese que estos son los mismos dos factores mencionados anteriormente que la investigación dice que construyen la resiliencia:

1. Un fuerte vínculo con un cuidador (en este caso, Dios)

«No temas, porque yo estoy contigo; no te desalientes, porque yo soy tu Dios. Te fortaleceré y te ayudaré; te sostendré con mi diestra justa» (Isaías 41:10).

2. La creencia de que nuestras circunstancias son temporales y pueden cambiar

«Pues esta aflicción leve y pasajera nos produce una gloria eterna que vale muchísimo más que todo nuestro sufrimiento» (2 Corintios 4:17; *énfasis añadido*).

Desde una perspectiva bíblica, no nos convertimos en vencedores resilientes porque somos fuertes por nosotros mismos, sino porque tenemos un Dios fuerte y amoroso: «No, en todas estas cosas somos más que vencedores por medio de aquel que nos amó» (Romanos 8:37).

Las bendiciones inesperadas de los tiempos difíciles

El reino de Dios opera bajo principios que parecen al revés para este mundo: **Los primeros serán los últimos. Los débiles son fuertes. Para ganar tu vida, debes perderla.**

Un principio del reino al revés también desafía nuestra idea de los tiempos difíciles: **Alégrate en el sufrimiento.**

Dios ciertamente tiene una perspectiva diferente sobre las pruebas que nosotros, porque nuestro instinto es sufrir en nuestro sufrimiento, no regocijarnos en nuestro sufrimiento.

Santiago 1:2-4 nos desafía a encontrar gozo incluso en las peores circunstancias: «Hermanos míos, considérenlo un gran gozo cuando se vean expuestos a diversas pruebas, pues ya saben que la prueba de su fe produce perseverancia. Y la perseverancia debe llevar a cabo su obra completa para que sean maduros y cabales, sin que les falte nada».

Según la Biblia, nuestras dificultades pueden realizar una hermosa obra dentro de nosotros. Miren estas maneras en que nuestras luchas pueden fortalecernos y ayudarnos a acercarnos más a Dios:

Los tiempos difíciles nos ayudan a escuchar a Dios más claramente.

La banda sonora de una película establece el tono emocional de cada escena. Cuando sucede algo desgarrador, la música se ralentiza y adquiere una cualidad dolorosa. La música alegre y vivaz ilumina una escena feliz. En un momento aterrador o de suspenso, la música se vuelve tensa e inquietante.

La vida real también tiene una banda sonora. Los momentos felices pueden estar llenos de risas, charlas, niños chapoteando en una piscina, un avión despegando para vacaciones o un temporizador de horno que anuncia una tanda fresca de galletas. Los ruidos dichosos de la celebración pueden elevar nuestro ánimo, pero también pueden volverse tan fuertes que ahogan la voz de Dios. Después de todo, cuanto mejor van las cosas, más difícil es recordar por qué debemos confiar plenamente en Dios.

En contraste, los momentos tristes pueden resonar con llantos o gritos... y la voz fuerte de Dios tratando de llamar nuestra atención. Como escribió C. S. Lewis, «*Dios nos susurra en nuestros placeres... pero grita en nuestros dolores: es su megáfono para despertar a un mundo sordo*».7

Él usa esos tiempos oscuros cuando sentimos nuestra profunda necesidad de Él como oportunidades para decirnos las cosas que no escucharíamos o no podríamos escuchar en tiempos más felices. Lo que una vez nos susurró, ahora nos lo dice en voz alta:

Confía en Mí.

Perdónalos.

Arriésgate.

No te preocupes.

Estoy contigo.

No temas.

Es hora de un cambio.

Inténtalo de nuevo.

Te amo.

Todo va a estar bien.

Estás a salvo conmigo.

Quizás Dios esté gritando durante nuestros tiempos difíciles, o quizás simplemente haya menos ruido, lo que nos facilita escuchar Su voz suave y apacible. De cualquier manera, un mensaje de Él puede llegar alto y claro en tiempos de lucha. La voz de Dios puede escucharse por encima de cualquier angustia, decepción, traición, miedo, pérdida o desesperación. Su voz es poderosa, así que si anhelas escucharle, ten por seguro que lo harás. Como escribió David, la voz de Dios es más fuerte que cualquier fuerza de la naturaleza:

«La voz del Señor está sobre las aguas;

truenas el Dios de la gloria,
el Señor truenas sobre las muchas aguas.

La voz del Señor es poderosa;
la voz del Señor es majestuosa.

La voz del Señor quiebra los cedros;...

La voz del Señor dispara
relámpagos.

La voz del Señor sacude el desierto» (Salmos 29:3-8).

Cuando las tormentas golpeen tu vida, escucha atentamente los susurros y los gritos de Dios. Te está hablando.

Los tiempos difíciles construyen nuestra resistencia, carácter y esperanza.

Como dice el dicho, tus luchas te harán o te destruirán. Te dejarán amargado o mejor. Cuando confías en Dios, los contratiempos y las dificultades no te amargarán ni te destruirán. En cambio, las dificultades pueden fortalecer algo significativo en ti: «Y no solo esto, sino que también nos gloriamos en las tribulaciones, sabiendo que la tribulación produce paciencia; y la paciencia, carácter probado; y el carácter probado, esperanza; y la esperanza no avergüenza, porque el amor de Dios ha sido derramado en nuestros corazones por el Espíritu Santo que nos fue dado» (Romanos 5:3-5).

Este versículo promete que cuando mantenemos nuestra fe en tiempos difíciles, desarrollamos perseverancia (que es otra forma de decir resiliencia), y esa perseverancia se convierte en un carácter fuerte y un sentido sólido de esperanza.

Todo esto se suma a una relación más profunda con Dios, otra verdad bíblica respaldada por la investigación. Los estudios han encontrado que las dificultades compartidas crean un vínculo o «pegamento» más fuerte entre quienes las atraviesan juntos.⁸ En otras palabras, cuando superas un momento difícil y crees que Dios estuvo contigo todo el tiempo, sales del otro lado sintiéndote más cerca de Él.

Los tiempos difíciles nos hacen más compasivos.

¿Conoces a esas personas en tu vida que entienden? Cuando atraviesas algo difícil, ellas comprenden. Escuchan atentamente y responden con ánimo. Ofrecen empatía y ayuda. ¿Por qué son tan compasivas en tiempos difíciles? Lo más probable es que ellas mismas hayan vivido momentos difíciles.

Pablo, quien experimentó una cantidad superior al promedio de tiempos difíciles (incluidos naufragios, encarcelamiento injusto, múltiples palizas y una lapidación), escribió que una de las bendiciones del dolor es que puede hacerte compasivo hacia otros que experimentan dolor. Aquí está la descripción de Pablo de cómo nuestro sufrimiento puede usarse para marcar la diferencia en la vida de los demás: «Bendito sea el Dios y Padre de nuestro Señor Jesucristo, Padre de misericordias y Dios de toda consolación, quien nos consuela en todas nuestras tribulaciones para que también nosotros podamos consolar a los que están en cualquier aflicción, por medio de la consolación con que nosotros mismos somos consolados por Dios. Porque de la misma manera que abundan en nosotros los sufrimientos de Cristo, así también abunda en nosotros la consolación por medio de Cristo» (2 Corintios 1:3-5). Nótese que nuestro dolor nos hace compasivos si acudimos a Dios en busca de compasión durante los tiempos difíciles. Si no aceptamos Su compasión, no tendremos una abundancia de compasión para dar a los demás. Y cuando no tenemos compasión por los demás, seremos tentados a juzgarlos en su lugar. Podríamos ver a alguien sufriendo y pensar: *Se lo merecía. ¡Bien merecido lo tiene!*

Afortunadamente, el «Padre de misericordias y Dios de toda consolación» es extravagante con la compasión. Cuando aceptamos Su compasión, tenemos suficiente para nosotros y para los demás. Entonces, como dijo Pablo, «abunda la consolación».

Los tiempos difíciles nos enseñan a confiar en Dios.

Si crees que puedes manejar todo de forma independiente, es fácil volverse autosuficiente y olvidar tu necesidad de Dios. El apóstol Pablo, que era audaz y tenaz, admitió que tuvo que luchar contra esta tentación. Dijo que una cosa en particular lo mantuvo alejado de volverse arrogante y engreído: la adversidad. La lucha no solo lo salvó de sí mismo, sino que también magnificó el poder de Dios en su vida:

«Y para que la grandeza de las revelaciones no me exaltase desmedidamente, me fue dado un aguijón en mi carne, un mensajero de Satanás que me abofetee, para que no me enaltezca. Tres veces he rogado al Señor que lo quite de mí. Y me ha dicho: «Bástate mi gracia; porque mi poder se perfecciona en la debilidad». Por tanto, de buena gana me gloriaré más bien en mis debilidades, para que repose sobre mí el poder de Cristo. Por lo cual, por amor a Cristo, me gozo en las debilidades, en afrentas, en necesidades, en persecuciones, en angustias; porque cuando soy débil, entonces soy fuerte» (2 Corintios 12:7-10).

Ellen White reforzó esta idea cuando describió cómo Dios nos permite amorosamente darnos cuenta de nuestra debilidad para que confiemos en Él: «*No sin un propósito Dios envía pruebas a sus hijos. Él nunca los guía de otra manera de la que ellos elegirían ser guiados si pudieran ver el fin*

desde el principio, y discernir la gloria del propósito que están cumpliendo, como colaboradores con él. Él los somete a disciplina para humillarlos, para guiarlos, a través de la prueba y la aflicción, a ver su debilidad y acercarse a él. Mientras claman a él por ayuda, él responde, diciendo: 'Heme aquí'».9

Darse cuenta de tu debilidad suena, al principio, como algo terrible. Pero miremos de nuevo lo que escribió Pablo. Dijo que fue un alivio –incluso un deleite– admitir que era débil, porque esa era la puerta de acceso a la fuerza de Dios en su vida: «Por amor a Cristo, me gozo en las debilidades... Porque cuando soy débil, entonces soy fuerte» (2 Corintios 12:10).

Cuando las dificultades nos hacen sentir débiles y necesitados, eso es algo bueno. Es una oportunidad para ver a Dios obrar poderosamente.

Más cerca que nunca

En tiempos de dolor, puede parecer que Dios está lejos, pero la Biblia nos asegura que Él está más cerca que nunca. Lee estos recordatorios de cómo Dios está cerca de nosotros durante nuestras luchas:

- «Dios es nuestro amparo y fortaleza, nuestro pronto auxilio en las tribulaciones» (Salmos 46:1).
- «Él me invocará, y yo le responderé; con él estaré yo en la angustia; lo libraré y lo honraré» (Salmos 91:15, NBLA).
- «Cercano está el Señor a los quebrantados de corazón, y salva a los contritos de espíritu» (Salmos 34:18).

Nuestras luchas y sufrimientos no tienen por qué destruirnos ni tensar nuestra conexión con Dios. Él puede usar incluso las peores cosas para acercarnos más a Él.

--

¹ "Missing Parrot Turns Up Minus British Accent and Speaking Spanish," *The Guardian*, October 17, 2014, <https://www.theguardian.com/Usandstyle/2014/oct/17/missing-parrot-british-accent-speaking-spanish-california>:

"Parrot Missing for 4 Years Returns Speaking Different Language," ABC 7, October 14, 2014, <https://abc7nv.com/african-qrev-parrot-niqel-the-missing-found-four-years/550466/>.

² David B. Feldman and Lee Daniel Kravetz, *Supersurvivors: The Surprising Link Between Suffering and Success* (New York: HarperCollins, 2014).

³ Florin Dolcos et al., "Religiosity and Resilience: Cognitive Reappraisal and Coping Self-Efficacy Mediate the Link Between Religious Coping and Well-Being," *Journal of Religion and Health* 60 (2021): 1-14, <https://doi.org/10.1007/s10945-020-01160-v>.

⁴ Gary L. Hopkins et al., "Developing Healthy Kids in Healthy Communities: Eight Evidence-Based Strategies for Preventing High-Risk Behaviour," *Medical Journal of Australia* 186, no 10 (2007): 70-73.

⁵ Agus Sarwanto, "The Phenomenon of Juvenile Delinquency That Occurs in the Era of Globalization," *The Easta Journal Law and Human Rights* 1, no. 2 (2023): 45-50, <https://doi.org/10.58812/eslhr.v1i02.55>.

⁶ Emmy E. Werner and Ruth S. Smith, *Overcoming the Odds: High Risk Children From Birth to Adulthood* (Ithaca: Cornell University Press, 1992), 177.

⁷ C. S. Lewis, *The Problem of Pain* (New York: Macmillan, 1947), 81.

⁸ "Shared Pain Brings People Together," Association for Psychological Science, September 9, 2014, <https://www.psychologicalscience.org/news/releases/shared-pain-brings-people-together.html>.

⁹ Ellen G. White, "The Trial of Your Faith," *Advent Review and Sabbath Herald*, March 7, 1912.