

Texto- Salmo 13:1-6

Título- Cuando te sientes abandonado

Proposición- Cuando nos sentimos abandonados por Dios, necesitamos orar, y confiar en la misericordia y bondad de Dios.

Intro- ¿Podemos ser abandonados por Dios? No. Pero, ¿podemos sentir como que hayamos sido abandonados por Dios? Claro que sí- y sucede mucho más, y en las vidas de más cristianos, de lo que nos damos cuenta. Hace algunos años estudiamos el tema de la depresión cuando vimos la historia de Elías, cuando después de que él había ganado una gran victoria sobre los profetas de Baal, la reina amenazó matarle, y Elías huyó por su vida, quiso tirar la toalla, y dijo a Dios que estaba solo y que quería que Dios le quitara la vida. La depresión es algo real, aun en las vidas de los cristianos.

Pero la depresión, y el sentido de abandono por Dios, son temas sobre los cuales la iglesia no habla mucho- parece ser una lucha siempre escondida, una lucha vergonzosa. No queremos que nadie sepa cuán desanimados estamos, que a veces nosotros queremos tirar la toalla completamente, hasta a veces queremos que Dios nos quite la vida para que no tengamos que sufrir más aquí en este mundo. En general, escondemos estos sentimientos, no hablamos a nadie cuando nos sentimos así. Y por eso, tal vez no reconocemos la realidad de la lucha, no nos damos cuenta de cuántas personas que nosotros conocemos sufrimos con la depresión- consistentemente, o por lo menos de vez en cuando. Pero es mucho más común de lo que nos damos cuenta. No digo que todos vivan en una depresión constante, pero la mayoría de los cristianos pasan por tiempos de depresión en sus vidas, pasan por momentos cuando se sienten abandonados por Dios, en los momentos difíciles y abrumadores.

Aun David mismo pasaba por tiempos así, como vemos tan claramente en los salmos. Y lo vemos claramente aquí en el Salmo 13- porque, ¿qué otra palabra podemos usar para describir los sentimientos de los primeros dos versículos de este salmo? David siente abandonado, David siente como que Dios ya no está a su lado, David está clamando a Dios, “¿hasta cuándo?” Está en depresión, se siente abandonado. Y fíjense, David expresa su sentimiento, sin pena, en la Palabra inspirada de Dios. Esto debería enseñarnos que no estamos solos cuando pasamos por tiempos de depresión, tiempos cuando nos sentimos el abandono, y que no es algo tan vergonzoso que deberíamos siempre esconder de todos.

Lo que necesitamos es reconocer cuando nos sentimos así, reconocer los síntomas de la depresión y el sentido de abandono, y después aprender cómo responder bíblicamente, como cristianos. Esto es lo que vemos en el Salmo 13- este salmo nos da un ejemplo perfecto de cómo salir de la depresión- este salmo nos enseña lo qué deberíamos hacer cuando nos sentimos abandonados por Dios, cuando caemos en la depresión.

Regresamos a lo mismo que hemos visto en este estudio- los salmos son reales, son escritos para expresar la realidad de la vida y la realidad de la vida cristiana. Tenemos aquí un salmo de lamento, un salmo cuando David honestamente expresa cómo se siente. De hecho, vemos que muchos de los salmos son salmos de lamento, salmos cuando el salmista clama a Dios en su confusión, en su tristeza, en su terror, en su desesperación, en su depresión. Entonces, nosotros también podemos lamentar a Dios, podemos orar así.

Pero los salmos también nos enseñan cómo reaccionar bíblicamente cuando nos sentimos así- nos enseñan que sí, podemos clamar a Dios, podemos lamentar- pero después nos enseñan cómo salir de estos sentimientos, cómo salir de la depresión, cómo salir del sentido de abandono. Los salmos nos enseñan que el cristiano necesita aprender cómo salir de su depresión, cómo salir de sus sentimientos así, cómo enseñarse a sí mismo a confiar en Dios.

Porque un lamento no es una queja- no estamos hablando con otras personas y quejándonos de Dios y lo que ha hecho- o no ha hecho. Un lamento es diferente que una queja porque hablamos directamente con Dios, que muestra que, en la profundidad de nuestros corazones, todavía confiamos en Él.

Entonces, ¿qué deberíamos hacer cuando estamos en depresión, cuando parece que Dios está lejos, que nos ha abandonado? Este salmo nos enseña, con el ejemplo de David. Y es muy, muy importante entender lo que dice- porque muchos cristianos pasan por tiempos de depresión, por tiempos de sentirse abandonados- ya sea por Dios, por la iglesia, por sus amigos, por su propia familia. Lo que necesitamos es el tema de este salmo- que, cuando nos sentimos abandonados por Dios, necesitamos orar, y confiar en la misericordia y bondad de Dios.

En primer lugar, en este salmo, vemos

I. El sentido de abandono- vs. 1-2

En los versículos 1-2 David empieza con la pregunta, “¿hasta cuándo, Jehová?”, y después repite esta pregunta tres veces más [LEER vs. 1-2]. David está en un momento difícil- se siente algo de depresión, algo de abandono. La pregunta, ¿hasta cuándo?, nos dice que este problema no es nuevo, que no es algo que apenas ha empezado, sino ha sido una lucha larga para David. Ha sufrido tanto, ha pasado por un largo tiempo de tribulación, y por eso clama a Dios, “¿hasta cuándo? ¿No es suficiente, mi Dios? ¿No puede terminar esta prueba?” Es el hecho de que este problema se ha extendido mucho que está causando la depresión y el sentido de abandono en David.

Y esto es lo que pasa mucho con nosotros también- es una cosa sufrir algo por un día, por una semana- es difícil, pero no parece imposible. Pero cuando la tribulación continúa y continúa, por meses y años- cuando la prueba parece durar para siempre, es en ese momento cuando tendemos a caer en la depresión o por lo menos en el desánimo y clamar a Dios, “¿hasta cuándo, Dios? ¡Basta ya!”

Vemos estos sentimientos aquí cuando David describe las razones por las cuales se siente este abandono- primero, pregunta si Dios le va a olvidar para siempre, y después, hasta cuándo Dios iba a esconder Su rostro de él. En este contexto, el olvidar no significa que Dios olvidó quien era David, u olvidó ayudarlo- cuando la Biblia habla de Dios olvidando, o recordando, se refiere a Su obra de bendecir, o no bendecir. David se sentía carecido de las bendiciones de Dios en este momento.

Es lo mismo cuando habla de Dios escondiendo Su rostro- la luz del rostro de Dios resplandeciendo sobre alguien habla de Sus bendiciones sobre esta persona- entonces, el esconder el rostro habla del retiro temporal de algunas de las bendiciones de Dios.

Obviamente algunas bendiciones de Dios para el cristiano no pueden ser retiradas- la salvación, la adopción, la reconciliación con Dios. Pero a veces no vemos tantas bendiciones diarias como antes- o, tal

vez, no las reconocemos- y nos sentimos como que Dios nos ha olvidado, como que ha escondido Su rostro de nosotros.

Consideren esto, hermanos, y anímense- David, un hombre conforme al corazón de Dios, un progenitor de Cristo, un gran hombre de Dios, pasaba por un tiempo cuando se sentía como que Dios le había abandonado- se sentía como que Dios le había olvidado, que había escondido Su rostro de él. Tú no estás solo- no eres único- no eres raro.

Estos sentimientos surgen a veces debido a problemas en nuestras familias- no sentimos tanta felicidad en el matrimonio como antes, o tu relación con tus hijos está tensa, y te sientes como que pasas más tiempo en conflicto con ellos que disfrutando la relación. Sucede en el trabajo, cuando todo es difícil, no le caes bien a tu jefe, o no estás ganando tanto como antes. Sucede en nuestras vidas espirituales, cuando no tenemos tantas ganas de leer la Biblia, cuando no tenemos tantas ganas de pasar tiempo con Dios en oración, cuando no tenemos tantas ganas de estar en la iglesia, cuando tenemos conflictos con nuestros hermanos y hermanas. A veces nos sentimos como que Dios se ha escondido de nosotros, que no estamos experimentando tantas bendiciones como antes, que todo es difícil, que no disfrutamos nada. Así se sentía David en este momento- y así se sienten muchos cristianos en un momento u otro en sus vidas- tú no estás solo.

También David clama, “¿hasta cuándo?” en el versículo 2 [LEER]. ¿Qué quiere decir David cuando dice, “¿hasta cuándo pondré consejos en mi alma, con tristezas en mi corazón cada día?” David estaba luchando constantemente con sus pensamientos, con los consejos de su propia alma, y como resultado sufría de tristezas en su corazón cada día. Es decir, estaba pensando demasiado, tal vez meditando en sus fallas pasadas, y por eso estaba en una tristeza constante. Y lo peor es que él no vio un fin a este ciclo vicio, y por eso clama, “¿hasta cuándo Señor? ¿Hasta cuándo voy a tener que luchar con mis propios pensamientos, con mi propia alma, y sentir esta tristeza?”

Te pregunto- ¿luchas con pensamientos de desánimo y de depresión? ¿Luchas con los consejos desalentadores de tu propia alma? ¿Sufres de tristezas constantes en tu corazón? ¿A veces solamente meditas en tus fallas pasadas, en tus errores pasados? Pues, David también. No estás solo.

Y finalmente David quiso saber hasta cuándo su enemigo estaría enaltecido sobre él- es decir, hasta cuándo iba a ver a su enemigo ganando sobre él. Lo más probable es que tú y yo no tenemos enemigos humanos así como David, el rey de Israel. Pero por un lado, los enemigos de Dios son nuestros enemigos- los que aborrecen a Dios y le desobedecen no están a nuestro lado. Y por supuesto, tenemos un gran enemigo de nuestras almas, el león rugiente que busca a quién devorar- el diablo, Satanás. A veces parece como que él está ganando, que su sistema de maldad en este mundo está ganando- y esto puede contribuir a nuestros sentimientos confusos, puede contribuir a nuestro desánimo y depresión.

Entonces, necesitamos tener esperanza cuando nos sentimos así, cuando pasamos por tiempos así, porque no somos raros, y no estamos solos. Necesitamos reconocer cuando empezamos a sentirnos así- necesitamos conocernos, conocer nuestro temperamento, y prepararnos. Necesitamos cuidarnos físicamente, tanto como posible- y necesitamos reconocer que, cuando estamos más cansados que normal, cuando pasamos por tiempos más estresantes que normal, vamos a ser más propensos a caer en desánimo y depresión, vamos a luchar más con estos tipos de sentimientos.

Recuerden la historia de Elías, que mencioné al principio. Aunque había ganado la victoria sobre los profetas de Baal, todo ese tiempo era un tiempo de mucho desgaste, físico y espiritual- y esto probablemente le llevó a estar más propenso a caer en la depresión después.

Así es con nosotros- necesitamos reconocer que esto puede suceder con cualquier persona, como vemos aquí que sucedió en la vida de David- y nos ayudaría muchísimo reconocer los síntomas, reconocer cuando estamos más propensos a pensar así y reaccionar así, y prepararnos bien de antemano.

Pero la pregunta es, ¿cómo lo hacemos? ¿Cómo podemos prepararnos de antemano? Pues, primero, estudiando lo que la Biblia dice en cuanto al tema- y por eso estamos estudiando este salmo. Entonces, tenemos que preguntarnos, ¿qué hace David, en su depresión, en su angustia, sintiendo el abandono de Dios, luchando con emociones fuertes, con pensamientos depresivos? ¿Va al psiquiatra? ¿Empieza a tomar? No- empieza a orar- corre directamente a su Dios.

Esto es lo que vemos en segundo lugar en este salmo-

II. La oración para ayuda- vs. 3-4

Leamos los versículos 3-4 [LEER]. Aquí tenemos la respuesta de David a su desánimo y depresión, su respuesta a su sentido de abandono. Ora a Dios, clama a su Dios. Y es interesante que, en su oración, toca los mismos puntos que mencionó en sus 4 preguntas de ¿hasta cuándo?, en los primeros dos versículos. Es decir, primero pide a Dios que mire y que le responda- para que sepa que Dios no le ha olvidado, para que Su rostro otra vez brille sobre él- porque el mirar a una persona es lo opuesto de esconder el rostro de él. Después pide que sus ojos sean alumbrados- es decir, pide que entienda, que tenga entendimiento de lo que está pasando, y así no tener que luchar con sus pensamientos y emociones tristes constantemente. Y finalmente dice que pide esto para que sus enemigos no digan que le han vencido, que ellos no se alegrarán porque él se resbaló- que tiene que ver con el último ¿hasta cuándo?”, porque David piensa que sus enemigos se han enaltecido sobre él.

Y David, como siempre, ora muy honestamente- vemos en el versículo 3 que dice, “alumbra mis ojos, para que no duerma de muerte.” David no finge que todo está bien- está deprimido. Otra vez, ¿qué otra palabra deberíamos usar cuando vemos que David está pensando en la muerte, si las cosas no cambian? David ora honestamente a Dios, clama a Él en cuanto a la situación como era. Estaba pensando en la muerte, estaba deprimido, debido a su sentido del abandono de Dios.

Y esta oración es muy, muy importante- porque es la clave de este salmo- es la clave de lo que ayudó a David a salir de su depresión y empezar a confiar plenamente en Dios otra vez. Solamente el hablar con Dios, solamente el echar sus ansiedades sobre Dios es lo que funcionó para David. David no buscó a sus amigos para quejarse, no buscó a escapar de la situación, no empezó a tomar y emborracharse para poder olvidar todo lo que estaba pasando, o todo lo que había hecho en el pasado. David recurrió a su Dios, y oró a Él, y esto es lo que cambió todo.

Es lo mismo para nosotros- la oración es el remedio, es la solución. Necesitamos orar a Dios que nos mire, que nos responda, que alumbre nuestros ojos. Necesitamos orar a Dios que resplandezca la luz de Su rostro por medio de Su Palabra, por medio de una meditación en Cristo. Porque también lo que necesitamos en tiempos así es una vista correcta de Cristo, necesitamos meditar en Él, descansar en Él,

recordar que estamos en Él y por eso, es imposible que Dios nos rechace, es imposible que Él nos olvide, es imposible que Él nos abandone. Dios no puede olvidar a Su propio Hijo, no puede abandonar a Su propio Hijo, y por eso no puede olvidar de nosotros ni abandonarnos tampoco.

Obviamente, el orar a Dios y leer la Palabra y meditar en quienes somos en Cristo no es siempre lo que queremos hacer. Entiendo que en el momento de empezar a pensar cosas tan feas y horribles, en los días de depresión, cuando te sientes abandonado por Dios, lo último que quieres hacer es orar, lo último que quieres hacer es leer la Palabra. Pero no hay otra solución.

¿Cómo podemos orar, cómo podemos leer la Palabra y meditar en Cristo aun cuando no tenemos las ganas, aun cuando es la última cosa que queremos hacer? Necesita ser un hábito en nuestras vidas- necesitamos estar orando constantemente, perseverando en oración, perseverando en el hábito de orar en privado, en el hábito de alimentarnos en la Palabra, en el hábito de meditar en quienes somos en Cristo, en el hábito de venir a la iglesia y orar con nuestros hermanos y disfrutar la comunión con ellos- para que, en el momento cuando el orar y el leer es mucho más difícil, cuando no es lo que queremos hacer, de todos modos podamos, porque es nuestro hábito, porque es normal en nuestras vidas.

Y fíjense en lo que pasa cuando oramos a Dios así, cuando recurrimos a Él para nuestra ayuda. Después de empezar el salmo con un sentido de abandono, y después orar a Dios, David termina su salmo con la confianza en Dios.

III. La confianza en Dios- vs. 5-6

Vemos el progreso de este salmo- está en tres fases, tres partes- empieza con la depresión, con el sentido de abandono- después David ora a Dios, que es la clave- y al final termina con plena confianza en Él. Esto es lo que la oración hace por nosotros- la oración no es para cambiar la voluntad de Dios, porque no podemos- la oración es diseñada para hacernos confiar más y más en nuestro Dios.

Por supuesto, el hecho de que vemos este progreso en el salmo, de depresión a confianza, no significa que la solución es siempre tan rápida- esto no es lo que David está expresando. Pero lo que sí tenemos aquí son los pasos necesarios, los pasos bíblicos, para salir de la depresión y del sentido de abandono. Cuando corremos a Dios, cuando oramos a Dios, cuando dependemos de Dios aun cuando parece que está lejos, el resultado es la confianza de la cual leemos en los versículos 5-6 [LEER].

Y por favor, no leas estos versículos y pienses, “pues, qué bueno David- pero mi situación es más difícil, yo no cambio tan rápidamente, yo no puedo salir de mi depresión tan fácilmente.” Porque, como dije, este salmo no nos dice que todo esto pasa de manera rápida- pero la verdad es que podemos nosotros regocijarnos también en lo que leemos en estos últimos versículos, porque es la experiencia que puede ser nuestra también. Sí, esta confianza puede ser tuya también, sin lugar para duda alguna.

Si no eres hijo de Dios, si no has sido salvo, para poder recibir este tipo de confianza y salir de tu depresión y todo el sentido de abandono, necesitas, ante todo, reconocer quien eres ante Dios, reconocer tu pecado y tu rebeldía ante Él, y arrepentirte de tus pecados. Porque esta confianza no puede ser tuya hasta que tengas la confianza en la salvación- no puedes tener la seguridad de la presencia de Dios en tu vida cada día hasta que te humilles ante Él, reconociendo que no eres Su hijo y que necesitas ser reconciliado

con Él. Cuando has admitido esto, entonces puedes creer en lo que Cristo hizo en la cruz, y confiar que Su muerte es suficiente para pagar por tus pecados y darte una nueva relación con Dios.

Si eres un cristiano, como David en este salmo, esta confianza también puede ser tuya precisamente porque eres un hijo de Dios, un hijo amado, un hijo adoptado. Tú también puedes decir, como David, que has confiado en la misericordia de Dios, ¿verdad? Su misericordia es parte de lo que te salvó- es Su misericordia que te guarda del infierno que mereces. Has confiado en la misericordia de Dios, y ¿sabes qué? No ha cambiado- y no puede cambiar- puedes seguir confiando en ella.

También como David, tu corazón se ha alegrado en la salvación, y puede seguir alegrándose en la salvación, porque tampoco es algo que cambie. Dios no te salvó debido a tus buenas obras, sino solamente por Su gracia. Entonces, puedes seguir sacando con gozo de las fuentes de la salvación, y alegrarte en lo que Dios ha hecho por ti.

Y también puedes cantar a Jehová, porque te ha hecho bien- Su bondad es infinita y perfecta. Obviamente, en el tiempo de angustia, cuando estás luchando con tus pensamientos y meditando en tus fallas pasadas, cuando caes en depresión, naturalmente no te acuerdas bien de lo que Dios ha hecho por ti en Su bondad- no piensas que Dios te ha hecho bien, sino solamente meditas en lo que está mal. Pero nunca olvides de tu salvación- que Dios te ha hecho el mayor bien posible en mandar a Su Hijo para que muriera en tu lugar y pagara por tus pecados.

Y después puedes meditar en las bendiciones diarias que recibes. Piensa- ¿cómo es que Dios te ha hecho bien? ¿Quieres algo de tarea? Regresa a tu casa hoy y escribe 50 maneras en las cuales Dios te ha hecho bien. Y especialmente haz esto cuando estás deprimido- obviamente vas a tener que forzarte, lo admito- pero es la respuesta bíblica, la solución que Dios nos ha dado para que podamos salir de la depresión y del sentir de que Dios nos ha abandonado.

Aplicación final y conclusión- Terminemos pensando más en Cristo. Él también clamó, “¿hasta cuándo?”, mientras sufría la constante presencia de la maldad y la incredulidad en este mundo. Pero Cristo no se desesperó, no clamó a Dios que le quitara de esta tierra y le regresara al cielo, sino que perseveró en Su misión, perseveró hasta la cruz, en donde compró nuestra salvación. Él es nuestro ejemplo- y más, Él es nuestro poder, Él es nuestra fortaleza en los tiempos de desánimo y angustia.

Y podemos descansar en el hecho de que muy pronto Cristo va a regresar, y nunca vamos a estar deprimidos ni desanimados para el resto de la eternidad, porque vamos a estar con nuestro Dios, disfrutando la luz de Su rostro y la bendición del cielo. Hay esperanza, hermanos- Cristo pronto regresará. Echa toda tu ansiedad sobre Él, porque tiene cuidado de ti. Puedes confiar en Él, puedes descansar en Él. Cuando te sientes abandonado por Dios, ora, y confía en la misericordia y bondad de Dios. Medita en lo que Él te promete.

Vamos a terminar leyendo Romanos 8:31-39 [LEER].