

Dios sana nuestros corazones rotos | Increíble # 4

 www.buscadedios.org/dios-sana-nuestros-corazones-rotos-increible-4/

Vida y Relaciones

Todos hemos sufrido angustia en esta vida, pero el cuidado increíble de Dios sana nuestros corazones rotos con esperanza.

Esta es la lección 4 de 5 en la [serie Increíble](#). Ver también la [Edición Infantil](#) de esta lección.

Todos hemos sufrido angustia en esta vida. Puede ser una ruptura romántica, una pérdida de un ser querido, una decepción grave, o una oportunidad perdida. Tal anhelo o pérdida profunda se siente inmensamente fuerte. Pero el cuidado increíble de Dios sana nuestros corazones con esperanza.

Un corazón roto es parte inevitable de la vida

La Biblia ofrece muchos ejemplos de corazones rotos comunes en la vida. Por ejemplo, Ana tenía el corazón roto a causa de la infertilidad.

1 Samuel 1:10 *Ana, con una profunda angustia, lloraba amargamente mientras oraba al Señor*

El rey David experimentó angustia por la muerte de su hijo.

2 Samuel 18:33 *Entonces el rey se sintió abrumado por la emoción. Subió a la habitación que estaba sobre la entrada y se echó a llorar. Y mientras subía, clamaba: “¡Oh, mi hijo Absalón! ¡Hijo mío, hijo mío Absalón! ¡Si tan solo yo hubiera muerto en tu lugar! ¡Oh Absalón, mi hijo, mi hijo!”.*

El profeta Jeremías vivió a través de la destrucción de su tierra natal por la invasión.

Lamentaciones 2:11 *Lloré hasta que no tuve más lágrimas; mi corazón está destrozado. Mi espíritu se derrama de angustia al ver la situación desesperada de mi pueblo. Los niños y los bebés desfallecen y mueren en las calles.*

Incluso Jesús no estaba exento de la angustia.

Isaías 53:3 *Despreciado y desechado – un hombre de dolores, experimentado en lo más profundo dolor.*

Dios restaurará todas nuestras pérdidas

Dios cambiará nuestra fortuna – pero puede que no suceda de la forma esperada. Por ejemplo, podría o no suceder en esta vida. Dios eventualmente le dio un hijo a Ana. Pero David y Jeremías vivieron con sus pérdidas

para el resto de sus vidas. Pero si no es en esta vida, la restauración de Dios pasará en la vida futura, Un día todas las cosas serán hechas nuevas. Jeremías previó el día de la restauración.

Jeremías 31:13 *Las jóvenes danzarán de alegría y los hombres —jóvenes y viejos— se unirán a la celebración. Convertiré su duelo en alegría. Los consolaré y cambiaré su aflicción en regocijo.*

El Nuevo Testamento describe un nuevo mundo que Dios creará cuando éste pase.

Apocalipsis 21:4 *Él les secará toda lágrima de los ojos, y no habrá más muerte ni tristeza ni llanto ni dolor. Todas esas cosas ya no existirán más”.*

¡Qué alentador es saber que este mundo roto, con todas sus decepciones, no es todo lo que hay! Tenemos una esperanza futura a la que aferrarse en medio de las angustias de esta vida.

Pase lo que te pase, Dios es suficiente

Cuando te duele el corazón, se siente como que solo una cosa es suficiente – tener esa persona o cosa que deseas. Decir que Dios es suficiente en esos momentos parece un cliché superficial. Pero la Biblia nos muestra que esta esperanza es real. En primer lugar, el rey David sufrió mucho angustia – mucho más allá de la pérdida de Absalón. Aprendió que Dios era real y estaba presente en esos momentos.

Salmo 34:18 *El Señor está cerca de los que tienen quebrantado el corazón; él rescata a los de espíritu destrozado.*

Cuando toda la vida de Jeremías fue volteada al revés, descubrió que Dios estaba allí.

Lamentaciones 3:20-23 *Siempre tengo presente este terrible tiempo mientras me lamento por mi pérdida. No obstante, aún me atrevo a tener esperanza cuando recuerdo lo siguiente: ¡El fiel amor del Señor nunca se acaba! Sus misericordias jamás terminan. Grande es su fidelidad; sus misericordias son nuevas cada mañana.*

Las promesas de Dios no minimizan la realidad de nuestra pérdida. Pero tenemos razones para la esperanza en la peor calamidad porque el amor fiel de Dios nunca termina.

Considera cuatro consejos prácticos sobre la forma de experimentar la presencia de Dios y ayudarte con tu corazón roto.

- **Llévalo directamente a Dios.** No lo apartes. Medita en su carácter y atributos. Sigue buscándolo.
- **Cuídate.** Descansa. Permítete sentir tus emociones. Date tiempo para que Dios te sane.
- **Permite que la gente te ayude.** Habla con alguien que se preocupe. Conéctate a otros que aman a Dios y pueden ayudarte a recordar de su fiel amor.
- **Deja que Dios te haga crecer.** Él puede trabajar en ti profundamente en los momentos de tristeza. También puede trabajar a través de ti para bendecir a otros a causa de lo que has pasado.

Preguntas para comentar:

1. **Preparación:** Ver el video juntos o invita a alguien para **resumir el tema**.
2. *¿Cuál es tu reacción inicial al video/artículo? ¿Está de acuerdo con alguna parte? ¿Qué saltó a la vista?*
3. *Habla de una vez en que estuviste con el corazón roto. ¿Qué pasó?*
4. *¿Por qué crees que la angustia es una experiencia humana tan prevalente?*
5. *¿Cómo has visto a Dios restaurar tus pérdidas en esta vida?*
6. *¿Qué pérdidas (o anhelos) has experimentado que probablemente no serán restauradas en esta vida?*
7. Lee [Apocalipsis 21:4](#). *¿Te anima pensar que Dios restaurará todas las pérdidas en la vida futura? ¿Por qué o por qué no?*
8. Lee [Salmo 34:18](#). *¿Qué significa que Dios está cerca de los quebrantados de corazón? ¿Con qué tipo de rescate podemos contar?*
9. Lee [Lamentaciones 3:20-25](#). *¿Dónde Jeremías encuentra su esperanza? Describe un momento en que experimentaste el fiel amor de Dios y sus misericordias frescas en un momento de pérdida.*
10. **Llévatelo:** Escribe una **medida de acción personal** basada en esta conversación.