

SI TE HAS PREGUNTADO...

¿Por qué me tenía que pasar esto?

A medida que envejeces, es posible que estés notando las diferencias entre las vidas de las personas alrededor de ti. Cuando te sucede algo doloroso o trágico, es normal comparar tu situación con la de otra persona y preguntarte por qué te tocó enfrentar esto mientras que a otros no. Incluso podrías sentirte señalado, como si algo —o alguien— te estuviera apuntando. La vida puede sentirse injusta.

Cuando la tragedia parece inevitable, tu mente puede intentar encontrar una causa. Esto es natural. Podrías preguntarte si la tragedia podría haberse evitado o si tú u otra persona hicieron algo mal que la desencadenó. A veces la pregunta “¿Por qué?” puede resonar en tus pensamientos. Es natural querer entender por qué para saber qué decir a los demás. Esto puede ser porque quieres que tus amigos o familiares entiendan la pesadumbre de la situación y reconozcan el dolor que estás llevando.

.....> Lo que dice la Biblia:

La Biblia no ignora preguntas importantes como “¿Por qué sucedió esto?” En cambio, a menudo cambia el enfoque de comparar nuestro sufrimiento con el de los demás a buscar la perspectiva de Dios. Un ejemplo importante es Job. Job perdió casi todo: sus hijos, sus trabajadores, sus animales y, finalmente, su propia salud. Se sintió atacado y confundido, y así se lo dijo a sus amigos. Sus amigos intentaron darle explicaciones, pero ninguna de sus respuestas coincidía con la realidad de su experiencia. Job finalmente le preguntó a Dios directamente: “¿Por qué?”

Cuando Dios respondió, no le dio a Job ninguna razón. En cambio, señaló los límites de la comprensión humana. Sorprendentemente, esa respuesta fue suficiente para que Job confiara en Dios, incluso sin respuestas claras. Y Dios corrigió a los amigos de Job por dar explicaciones que parecían religiosas pero que en realidad no se aplicaban. A veces escuchamos explicaciones que podrían ser ciertas para algunas personas, pero no lo son para nosotros. A veces Dios da razones, y a veces no. No tener una respuesta no significa que Dios esté enojado, ausente o insensible.

Los profetas —Isaías, Jeremías, Ezequiel y otros— también clamaron “¿Por qué?” cuando vieron sufrimiento o pasaron por el dolor ellos mismos. Escribieron oraciones llenas de frustración, honestidad y dolor. A veces Dios respondía con contexto e información; otras veces simplemente ofrecía consuelo y presencia. Lo que importaba era que fueran sinceros con Dios, y Dios los encontró en esa honestidad.

Al final, saber “por qué” no elimina la tristeza. Pero abrirse a Dios y a personas de confianza puede traer verdadero consuelo, apoyo y una nueva perspectiva. No tienes que fingir que todo está bien para pedir ayuda.

...> Lo que podrías explorar:

Exprésate: Intenta compartir lo que está pasando con tus pensamientos y emociones, ya sea verbalmente o de alguna otra manera. Piensa en lo que estás sintiendo. Expresa lo que sabes y cualquier comparación que puedas estar haciendo. Intenta expresar cómo te están afectando.

Busca recursos: Intenta encontrar escritos, podcasts o videos donde unas personas compartan sobre sus tragedias y cómo las entienden. Escuchar a quienes han tenido tiempo para reflexionar sobre sus tragedias puede ofrecer diferentes perspectivas. Tanto las respuestas inmediatas como las reflexiones posteriores ofrecen perspectivas valiosas.

.....> Lo que podrías hacer:

Encontrar a otros que estén de duelo: Los sentimientos de soledad o de ser objeto de un ataque pueden cambiar a través de interacciones con otros que también han experimentado tragedias significativas. Podrías descubrir que puedes identificarte y aprender de las historias de otros, incluso si no son exactamente como la tuya.

Preguntar a amigos y mentores: A veces, obtener la perspectiva de otra persona puede ayudar. Los mentores pueden ofrecer recursos y consuelo durante los momentos de duelo. Amigos y mentores pueden admitir no saber por qué algo sucedió y permanecer físicamente presentes.

.....> ¿Dónde podrías buscar más información:

- ✕ **Capítulos donde la gente le pregunta a Dios por qué ha sucedido algo malo:**
Éxodo 5 • Números 11 • Jueces 6 • Isaías 63 • Jeremías 12, 15, 20 • Ezequiel 18 •
Habacuc 1 • Job 3, 7, 10, 13, 23 y 30 • Mateo 27 • Marcos 15 • 2 Corintios 1 y 12
- ✕ **Pasajes poéticos donde se pregunta “por qué” en las oraciones:** Salmos 10,
22, 42, 44, 74, 88 • Lamentaciones 2 y 5
- ✕ **Pasajes sobre el sufrimiento mientras otros evitan las tragedias:** Salmos 10,
12, 37, 49, 73 • Job 12, 21, 24 • Jeremías 12 • Habacuc 1 • Malaquías 3 • Eclesiastés
7-8 • Mateo 20 • Lucas 15 • Apocalipsis 6