

**Lección 7:** Para el 14 de agosto de 2021

## EL DESCANSO, LAS RELACIONES Y LA SALUD



Sábado 7 de agosto

**LEE PARA EL ESTUDIO DE ESTA SEMANA:** Génesis 42:7–20; Mateo 25:41–46; Génesis 42:21–24; 45:1–15; Lucas 23:34; Génesis 50:15–21.

### PARA MEMORIZAR:

“Ahora, pues, no os entristezcáis, ni os pese de haberme vendido acá; porque para preservación de vida me envió Dios delante de vosotros” (Gén. 45:5).

**U**n hombre había sido acusado de agredir sexualmente a una mujer. Ella lo identificó positivamente en una rueda de reconocimiento. Aunque las evidencias hacían que la culpabilidad de él fuera dudosa, la mujer insistió en que “Johnny” era el culpable.

Y así Johnny fue a la cárcel, donde se pudo durante catorce años por un delito que no cometió. Recién cuando las evidencias de ADN lo exoneraron, la mujer, “Joan”, se dio cuenta de su terrible error.

Quería conocer a Johnny después de que lo liberaron. ¿Qué haría este hombre, que sufrió tanto, cuando se encontrara cara a cara con la mujer que le había arruinado la vida durante tantos años?

Ella lo estaba esperando en una habitación. Cuando él entró, se miraron a los ojos y Joan se largó a llorar.

“Johnny simplemente se inclinó y me tomó las manos, me miró y me dijo: ‘Te perdono’. Yo no podía creerlo. Allí estaba este hombre al que yo había odiado y solo le deseaba la muerte. Y sin embargo, ahora, aquí estaba él, diciéndome a mí, que le había hecho tanto mal, que me perdonaba. Recién entonces comencé a comprender de qué se trataba realmente la gracia. Y recién entonces comencé a sanar y a tener un verdadero descanso”.

## ENFRENTAR EL PASADO

Finalmente, las cosas avanzaron en la dirección correcta para José, a lo grande. Salió de la cárcel y además lo nombraron primer ministro de Egipto después de interpretar los sueños del faraón (Gén. 41). Se casa y tiene dos hijos propios (41:50–52). Los almacenes de Egipto están llenos... y ha comenzado la hambruna predicha. Entonces, un día, los hermanos de José aparecen en Egipto.

**Lee el primer encuentro entre José y sus hermanos en Génesis 42:7 al 20. ¿Por qué un plan tan elaborado? ¿Qué estaba tratando de lograr José con esta primera reunión?**

---

---

José tenía poder, y podría haberse vengado de sus hermanos sin tener que justificarse. Pero, en lugar de hacerlo, se preocupa por los miembros de su familia. Se preocupa por su padre. ¿Seguiría vivo o su familia disfuncional se había convertido en una familia sin patriarca? ¿Y su hermano Benjamín? Al ser el deleite y el gozo de su padre, Benjamín estaba ahora en la misma situación que estuvo José. ¿Habían transferido los hermanos sus peligrosos celos a Benjamín? José ahora está en condiciones de cuidar a estas personas vulnerables de su familia, y eso es lo que hace.

Practicar los principios bíblicos en nuestras relaciones no significa que podamos o debamos aceptar el abuso. Cada uno es precioso a los ojos de Dios. Jesús pagó el precio máximo en la Cruz por cada uno de nosotros.

**¿Por qué Jesús se toma como algo tan personal el abuso y la desatención de los demás? Lee Mateo 25:41 al 46.**

---

---

Todos hemos sido comprados con la sangre de Jesús, y legalmente todos somos suyos. Cualquiera que sea abusivo está atacando lo que pertenece a Jesús.

El abuso sexual y la violencia física o emocional nunca deben formar parte de la dinámica familiar. No se trata solo de una cuestión familiar privada que se resuelve internamente; esto requerirá ayuda externa e intervención. Si tú o alguien de tu familia están siendo abusados, busca ayuda con un profesional de confianza.

■ **¿Cuáles son algunos de los principios bíblicos que necesitas aplicar a cualquier relación familiar difícil que estés viviendo ahora?**

## PREPARACIÓN DEL TERRENO

José perdonó a sus hermanos. No sabemos exactamente cuándo lo perdonó, pero obviamente pasó mucho tiempo antes de que aparecieran. José probablemente nunca habría prosperado en Egipto si no los hubiera perdonado, porque lo más probable era que la ira y la amargura hubiesen devorado su alma y perjudicado su relación con el Señor.

Varios estudios de sobrevivientes de tragedias que otros les infligieron resaltan el hecho de que, para las víctimas de los sufrimientos más espantosos, el perdón fue un factor clave para encontrar sanidad y recomponer su vida nuevamente. Sin perdón, continuamos siendo víctimas. El perdón tiene más que ver con nosotros mismos que con las personas que nos hayan hecho daño.

Si bien José perdonó a sus hermanos, no está dispuesto a retomar las relaciones familiares en el punto donde él las dejó; es decir, en el pozo seco de Dotán. Tiene que averiguar si cambió algo.

**¿Qué escucha José? Lee Génesis 42:21 al 24. ¿Qué descubre de sus hermanos?**

Toda la comunicación se ha venido realizando mediante un intérprete, por lo que los hermanos de José no saben que él entiende lo que ellos dicen. José escucha la confesión de sus hermanos. Los hermanos habían pensado que, al deshacerse de José, este ya no los delataría con su padre. Creyeron que ya no tendrían que soportar sus sueños ni ver cómo se deleitaba en su papel de favorito de su padre. Pero, en lugar de hallar descanso, todos estos años se han visto acosados por una conciencia culpable. Su accionar había provocado inquietud y un temor paralizador en cuanto a la retribución de Dios. José realmente siente pena por el sufrimiento de ellos. Lloro por ellos.

José sabe que la hambruna aún durará varios años, por lo que insiste en que traigan a Benjamín con ellos la próxima vez que fueran a comprar grano (Gén. 42:20). También retiene a Simeón como rehén (42:24).

Después de ver que Benjamín todavía está vivo, organiza una fiesta; en la que obviamente muestra favoritismo hacia Benjamín (43:34) para ver si los viejos patrones de celos aún estaban vigentes en ellos. Los hermanos no muestran ninguna señal de celos, pero José sabe lo astutos que pueden ser. A fin de cuentas, engañaron a todo un pueblo (34:13), y seguramente él se imagina que debieron haberle mentido a su propio padre acerca de su suerte (37:31-34). Por ende, define una prueba más importante. (Vers. 44.)

■ Lee Génesis 45:1 al 15. ¿Qué nos dice esto acerca de los sentimientos de José por sus hermanos y el perdón que les había dado? ¿Qué lecciones debemos aprender de esta historia para nuestra vida?

## ¿PERDONAR Y OLVIDAR?

El perdón se ha definido como la disposición a abandonar nuestro derecho al resentimiento, la condena y la venganza hacia un delincuente o un grupo que actúa injustamente. La Dra. Marilyn Armour, terapeuta familiar que trabajó con sobrevivientes del Holocausto con el objetivo de averiguar qué habían hecho estos sobrevivientes para dar un sentido a lo que les sucedió, escribe: “La idea del perdón es un acto intencional de la víctima. No es algo que simplemente suceda”.

El perdón no significa que no habrá consecuencias. El perdón no significa dejar que un abusador continúe con sus patrones abusivos. El perdón significa que entregamos nuestro resentimiento y nuestro deseo de venganza a Dios. Si no, la ira, la amargura, el resentimiento y el odio harán que lo que esa persona o grupo nos hayan hecho resulte aún peor.

**¿En qué nos beneficia el perdonar a los demás? Considera Mateo 18:21 al 35.**

---

Sin duda, una de las claves para aprender a perdonar es captar cuánto se nos ha perdonado en Cristo.

En efecto, todo pecado es un pecado en contra de nuestro Señor y Hacedor. Sin embargo, en Jesús, podemos reclamar el perdón total por todos esos pecados; no porque lo merezcamos (no lo merecemos), sino solo por la gracia de Dios hacia nosotros. Una vez que podamos comprender esa verdad sagrada, una vez que podamos hacer nuestro este perdón, una vez que podamos experimentar por nosotros mismos la realidad del perdón de Dios, podremos comenzar a soltar la amargura y perdonar a los demás. Perdonamos no porque los demás lo merezcan, sino porque es lo que hemos recibido de Dios y lo que necesitamos nosotros mismos.

José ofreció también una segunda oportunidad para las relaciones familiares. No hay rencores aquí; no vuelve a las cosas que sucedieron en el pasado.

Es casi imposible comenzar de nuevo en una familia cuando todos nos hemos convertido en expertos en aprender la mejor manera de lastimarnos unos a otros. Pero no es así como reacciona José. Quiere dejar atrás el pasado y seguir adelante con amor y aceptación. Si José hubiera tenido una actitud diferente, esta historia habría tenido un final diferente, no tan feliz.

- “Bienaventurados aquellos cuyas iniquidades son perdonadas, y cuyos pecados son cubiertos. Bienaventurado el varón a quien el Señor no inculpa de pecado” (Rom. 4:7, 8). ¿Qué nos está diciendo Pablo acerca de lo que se nos ha dado en Jesús y cómo esta maravillosa promesa debería impactar en nuestra manera de relacionarnos con aquellos que nos han lastimado?

## CÓMO PONERLO EN PRÁCTICA

A fin de poder perdonar, debemos admitir que nos han herido. Esto quizá sea difícil, ya que a veces nos sentimos más inclinados a enterrar nuestros sentimientos, en lugar de superarlos. Está bien reconocer ante Dios nuestros sentimientos no cristianos de resentimiento, e incluso de ira. Vemos que esto a menudo se expresa en los Salmos. Puedo sentirme libre de decir a Dios que no me gustó lo que pasó o cómo me trataron, y que esto me entristece, me enoja o ambas cosas.

En la historia de José, lo vemos llorar cuando ve a sus hermanos nuevamente, al revivir algunos de los sentimientos de su pasado.

**¿Qué nos dice la declaración de Jesús en la Cruz sobre la oportunidad del perdón? Lee Lucas 23:34.**

---

Jesús no esperó a que nosotros pidiéramos perdón primero. Tampoco tenemos que esperar a que nuestro ofensor pida perdón. Podemos perdonar a los demás incluso sin que acepten nuestro perdón.

**¿Qué enseñan Lucas 6:28 y Mateo 5:44 acerca de cómo relacionarnos con quienes nos hacen daño?**

---

El perdón, como el amor, comienza con una decisión más que con un sentimiento. Podemos tomar la decisión de perdonar, aunque nuestras emociones quizá no concuerden con esta decisión. Dios sabe que es imposible tomar esta decisión con nuestras propias fuerzas, pero “todas las cosas son posibles para Dios” (Mar. 10:27). Por eso, se nos dice que oremos por aquellos que nos han herido. En algunos casos, quizás esta persona ya haya muerto, pero aún podemos orar pidiendo capacidad para perdonarla.

Sin duda, el perdón no siempre es fácil. El dolor y el daño que nos causan pueden ser devastadores; nos dejan heridos, paralizados, destrozados. Habrá recuperación si lo permitimos, pero aferrarse a la amargura, la ira y el resentimiento hará que la recuperación sea mucho más difícil.

La Cruz es el mejor ejemplo de lo que al mismo Dios le costó su perdón. Si el Señor pudo experimentar eso por nosotros, a pesar de que sabía que muchos aun así lo rechazarían, entonces no cabe duda de que nosotros también podemos aprender a perdonar.

■ ¿A quién necesitas perdonar, si no es por el bien de esa persona, al menos por el tuyo?

## CÓMO HALLAR DESCANSO DESPUÉS DEL PERDÓN

La familia de José finalmente llega a Egipto. No hay más secretos oscuros en la familia. Sus hermanos debieron de haber admitido que vendieron a José cuando le explicaron a su padre que el hijo que él pensaba que había muerto ahora era primer ministro de Egipto.

Si bien quizá no siempre sea posible o prudente restablecer las relaciones, esto no significa que no podamos perdonar. Probablemente no podamos abrazar a nuestro agresor ni llorar con él, pero es posible que deseemos expresar nuestro perdón verbalmente o por medio de una carta. Y luego es hora de soltar el dolor lo más posible. Quizá siempre quede algo de dolor, pero al menos podremos avanzar en nuestra recuperación.

**Lee Génesis 50:15 al 21. ¿Qué les preocupa a los hermanos de José y por qué? ¿Qué dice este temor acerca de ellos mismos?**

---

---

Los hermanos de José habían estado viviendo en Egipto durante 17 años (Gén. 47:28). No obstante, cuando Jacob murió, temieron que José se vengara. Reconocieron nuevamente cuánto daño le habían causado a José. José les vuelve a asegurar su perdón, ahora después de la muerte de su padre. Este recordatorio probablemente fue bueno para José, al igual que para sus hermanos.

Si la herida es profunda, probablemente tendremos que perdonar muchas veces. Cuando sobrevengan a nuestra mente recuerdos del agravio, tendremos que acudir a Dios inmediatamente en oración y tomar la decisión de volver a perdonar.

**Lee Génesis 50:20. ¿Cómo ayuda este versículo a explicar, al menos en parte, la disposición de José a perdonar el pecado de sus hermanos contra él?**

---

---

José creía firmemente que su vida era parte del gran plan de Dios para ayudar a salvar de la hambruna a ese sector del mundo, y luego ayudar a su familia a cumplir la promesa de Dios de convertirse en una gran nación. El hecho de saber que Dios había anulado los planes malvados de sus hermanos con la intención de propiciar el bien, ayudó a José a perdonar.

- La historia de José tuvo un final feliz. ¿Cómo respondemos cuando el final de una historia no es tan feliz? ¿O podríamos argumentar (es decir, a largo plazo) que cuando el pecado y el Gran Conflicto lleguen a su fin, cuando todos los problemas se resuelvan, será un final feliz? ¿Cómo podría esta esperanza ayudarnos?

## PARA ESTUDIAR Y MEDITAR:

“Así como José fue vendido a los paganos por sus propios hermanos, Cristo fue vendido a sus enemigos más enconados por uno de sus discípulos. José fue acusado falsamente y arrojado en una prisión por causa de su virtud; asimismo Cristo fue menospreciado y rechazado porque su vida justa y abnegada reprendía el pecado; y aunque no fue culpable de mal alguno, fue condenado por el testimonio de testigos falsos. La paciencia y la mansedumbre de José bajo la injusticia y la opresión, el perdón que otorgó espontáneamente y su noble benevolencia hacia sus hermanos inhumanos representan la paciencia sin quejas del Salvador en medio de la malicia y el abuso de los impíos, y su perdón, que otorgó no solo a sus asesinos sino también a todos los que se alleguen a él confesando sus pecados y buscando absolución” (PP 244, 245).

“Nada puede justificar un espíritu no perdonador. Quien no es misericordioso hacia otros muestra que él mismo no participa de la gracia perdonadora de Dios. En el perdón de Dios, el corazón del que yerra se acerca al gran Corazón de amor infinito. La corriente de compasión divina fluye al alma del pecador, y de él hacia las almas de los demás. La ternura y la misericordia que Cristo ha revelado en su propia vida preciosa se verán en quienes lleguen a ser participantes de su gracia” (PVG 196).

## PREGUNTAS PARA DIALOGAR:

1. Alguien dijo una vez: “No perdonar es como beber veneno con la ilusión de que la otra persona muera”. ¿Qué significa esta declaración?
2. ¿Cuál era el propósito de todos los planes que elaboró José antes de revelar su identidad? ¿Qué hizo esto en favor de él y de sus hermanos?
3. El mayordomo de José debió de haber participado de algunos de los planes relacionados con los hermanos de José (p. ej., Gén. 44:1-12). ¿Cómo afecta la experiencia del perdón a quienes solo son observadores?
4. “Dios nunca conduce a sus hijos de otra manera que la que ellos elegirían si pudiesen ver el fin desde el principio, y discernir la gloria del propósito que están cumpliendo como colaboradores suyos” (DTG 197). Piensa en tu propia vida al meditar en esta declaración. Entender esto, ¿cómo podría ayudarnos a superar muchas de las pruebas y las luchas que enfrentamos?