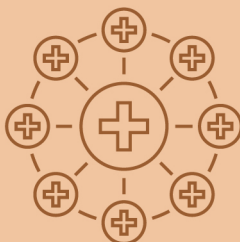




THE
MENTORING
PROJECT

CÓMO SUPERAR LA SOLEDAD: BUSCA LA COMUNIÓN CON CRISTO Y SU PUEBLO



SAM ROMINE

CÓMO SUPERAR LA SOLEDAD: BUSCA LA COMUNIÓN CON CRISTO Y SU PUEBLO



SAM ROMINE

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	4
PRIMERA PARTE: EL QUÉ Y EL POR QUÉ DE LA SOLEDAD.....	5
SEGUNDA PARTE: LA SOLEDAD EN LA BIBLIA.....	8
TERCERA PARTE: CÓMO DIAGNOSTICAR TU SOLEDAD	14
CUARTA PARTE: SUPERAR LA SOLEDAD UNIDO A CRISTO ...	20
QUINTA PARTE: SUPERAR LA SOLEDAD EN COMUNIÓN CON EL PUEBLO DE DIOS	23
CONCLUSIÓN: LA DESAPARICIÓN DE LA SOLEDAD.....	27



INTRODUCCIÓN

Cuando piensas en epidemias de salud a nivel nacional, ¿cuál te viene a la cabeza? ¿El covid-19? ¿La gripe A? ¿Un brote de sarampión? Pues bien, en 2023, la Dirección General de Salud Pública de los EE. UU. publicó un informe que catalogaba la soledad como una crisis de salud pública en aumento. A raíz de esta advertencia, de hecho, ya muchos se refieren a ella como «epidemia de soledad». Dicho esto, estemos o no de acuerdo en catalogar oficialmente la soledad como epidemia, todos hemos de admitir que es un problema generalizado en la población.

Con el auge de la globalización, la tecnología y las redes sociales, las personas y las sociedades están más conectadas que nunca. Sin embargo, la gente está igual de sola que antes. Pese a haber estudios que demuestran que los cristianos tenemos menos probabilidades de experimentar sentimientos de soledad en comparación con los no cristianos, el número de creyentes que afirman sentirse solos es alarmante, y las estadísticas aumentan significativamente entre las generaciones más jóvenes. Como seguidores de Cristo, no podemos continuar ignorando este problema apremiante. Debemos enfrentarlo con sabiduría bíblica y práctica.

1

EL QUÉ Y EL POR QUÉ DE LA SOLEDAD

La soledad puede ser difícil de detectar y abordar. Esto se debe a que sus causas y efectos son distintos en cada persona. Sé que si toco una hiedra venenosa, al día siguiente tendré en toda la zona afectada unos bultos rojos que me picarán. Ahora bien, si empiezo a sentirme solo, es posible que no sepa inmediatamente por qué, y la manera y el momento en que surjan esos sentimientos pueden no ser siempre los mismos. Por eso creo que es importante no tener una visión simplista de la soledad y de las formas en que afecta la vida de las personas.

Antes de ver cómo abordar la soledad, sería útil definir qué es.

¿Qué es la soledad?

En primer lugar, la soledad no es un mero estado físico. Es perfectamente posible que una persona esté a cientos de kilómetros de la persona más cercana y, sin embargo, no se sienta para nada sola. De igual modo, también es posible que alguien esté rodeado de decenas de personas en una fiesta o un acontecimiento, pero se sienta sumamente solo.

Por tanto, lo más adecuado es entender la soledad como un sentimiento interior de abandono, olvido o carencia de amistades.

Aunque estos tres ingredientes no son siempre necesarios, suelen ir juntos. A menudo, quienes están solos sienten que se han olvidado de ellos, que no tienen amigos y, básicamente, que están totalmente abandonados y desamparados.

En segundo lugar, también hemos de comprender que la soledad no es un estado fijo e inmutable. No afecta a todos exactamente igual. Por el contrario, más bien se manifiesta en distintos grados. No es un sentimiento uniforme que siempre venga acompañado de los mismos síntomas en cada individuo.

Mientras que una persona solitaria puede que se pase el día en su dormitorio, con las cortinas cerradas y navegando por las redes sociales, otra es posible que se levante, vaya a trabajar y, vista desde fuera, parezca igual que los demás.

No obstante, más allá de comprender *qué* es la soledad y *cómo* se manifiesta en diferentes personas, debemos profundizar un poco más para descubrir *por qué* tanta gente lucha contra ella cuando en el mundo viven aproximadamente 8000 millones de seres humanos.

¿Por qué está sola la gente?

Como en cualquier otro problema que enfrentamos en esta vida, la razón última es el pecado. En Génesis 3, cuando Adán hizo caso a la voz de la serpiente, y no a la de Dios, la humanidad quedó sumida para siempre en el pecado y la muerte. En consecuencia, toda persona está separada de la amistad y la comunión con Dios porque toda persona peca.

No habría soledad si el pecado no hubiera entrado en el mundo. Por eso, desde el principio de esta guía, achacaremos la soledad, *básicamente*, a la caída del hombre en el pecado.

En lugar de vivir en perfecta armonía con Dios y entre nosotros, cada cual nace en un mundo donde —por nuestra naturaleza pecadora— tenemos unos afectos desordenados, con la consiguiente desunión en nuestras relaciones. Una de las consecuencias de esta realidad posterior a la caída es, evidentemente, la soledad.

Por naturaleza, no somos capaces de relacionarnos rectamente con Dios ni entre nosotros. En vez de caminar en estrecha amistad con los demás, mostrándoles bondad, amor y aliento, el pecado nos produce sentimientos de envidia, orgullo y egoísmo. Velamos antes por nuestros propios intereses que por los intereses de los demás (Flp 2:3-4). Al igual que Adán y Eva tras pecar, sentimos vergüenza y culpa, por lo que nos escondemos. Nos alejamos de las relaciones cercanas y levantamos muros para mostrar solo aquellas partes de nuestra vida que deseamos que se vean.

Es importante aclarar que, mientras toda soledad es, básicamente, fruto del pecado, no todo sentimiento de soledad es provocado por tu propio pecado. A veces nos sentimos solos porque vivimos en un mundo empañado por el pecado. En otras ocasiones, la soledad es provocada por circunstancias externas ajenas a tu control.

CÓMO SUPERAR LA SOLEDAD: BUSCA LA COMUNIÓN CON CRISTO Y SU PUEBLO

Preguntas para reflexionar:

1. ¿Cómo define esta guía la soledad? ¿Difiere de tu interpretación previa? De ser así, ¿en qué?
2. Cuando la gente experimenta sentimientos de soledad, ¿cuáles son las distintas formas en que reacciona?
3. Básicamente, ¿por qué crees que la gente lucha contra la soledad?
4. ¿Qué aspectos de la cultura moderna pueden contribuir al aumento de los sentimientos de soledad, especialmente en las generaciones más jóvenes?

2

LA SOLEDAD EN LA BIBLIA

Como en todas las cosas en la vida, las Escrituras deben servirnos de fuente última de la verdad. Si bien podemos estar tentados a buscar ayuda en nuestro pódcast, en nuestro programa de opinión del mediodía o en alguna tendencia de las redes sociales, la Biblia siempre debe ser nuestra primera y última autoridad. Debemos creer las palabras de David:

La Ley del SEÑOR es perfecta: infunde nuevo aliento. El mandato del SEÑOR es digno de confianza: da sabiduría al sencillo. Los preceptos del SEÑOR son rectos: traen alegría al corazón. El mandamiento del SEÑOR es claro: da luz a los ojos. El temor del SEÑOR es puro: permanece para siempre. Las ordenanzas del SEÑOR son verdaderas: todas ellas son justas.

Salmo 19:7-9

Ante esta visión tan elevada de las Escrituras, sencillamente preguntamos: ¿Qué dice la Biblia sobre la soledad? ¿Es un tema común? ¿Mortifica con frecuencia al pueblo de Dios? ¿Y cómo responde el pueblo de Dios en épocas de soledad?

Para responder a estas preguntas, haremos un rápido estudio de las Escrituras analizando la soledad en el jardín del Edén, en los escritos de los salmistas, en la vida de los profetas y en otros pasajes. Lo que veremos es que la soledad tiene al menos tres causas. Por supuesto, esta lista no pretende ser exhaustiva. Sin embargo, facilita un resumen de cómo aborda la Biblia la soledad. He aquí tres causas de soledad en las Escrituras:

- En el jardín del Edén, la soledad es provocada por *el pecado y la vergüenza*.
- En los salmos, la soledad es provocada por *circunstancias externas*.
- Entre los profetas, y en otros pasajes, la soledad es provocada por el hecho de *vivir para el Señor*.

CÓMO SUPERAR LA SOLEDAD: BUSCA LA COMUNIÓN CON CRISTO Y SU PUEBLO

En el jardín del Edén

Uno de los enunciados más curiosos de los dos primeros capítulos de la Biblia aparece en Génesis 2:18. Tras crear el sol, la luna, las estrellas, los mares, las plantas y los animales por el poder de su palabra, Dios ve que esto era bueno. Y tras crear al hombre, su obra cumbre, Dios ve que esto era *muy bueno*, razón por la cual sorprende tanto su comentario en Génesis 2:18. En contraposición al reiterado «era bueno», Dios, en el versículo 18, dice: «No es bueno que el hombre esté solo. Voy a hacerle una ayuda adecuada».

Antes incluso de que el pecado haya entrado en el mundo, Dios nota que algo no va del todo bien en su muy buena creación. El hombre, a quien Dios había creado a su imagen, estaba solo. Incluso después de exhibir todos los pájaros y animales ante el hombre para que les pusiera nombre, Adán continuaba solo. Ningún animal podría servirle de ayuda adecuada. Por eso crea Dios a la primera mujer, Eva, a partir de la carne de Adán. Luego, el Señor se la entrega en matrimonio a Adán para que lo ayude mientras este se enseñoorea de la creación de Dios.

Observamos que Dios hizo al hombre para vivir en relación. Al igual que el Dios trino ha existido en perfecta y eterna comunión consigo mismo en las personas del Padre, del Hijo y del Espíritu, así también Dios creó al hombre para que estuviera en perfecta comunión consigo mismo y con los demás. No estábamos destinados a estar solos. Y aquí termina Génesis 2, con la humanidad viviendo en perfecta amistad con Dios y entre sí. Pero ¡ay, qué pronto cambian las cosas!

Como ya señalamos, el pecado entra en el mundo por la rebeldía de Adán y Eva. Rechazan la Palabra de Dios, se rebelan contra su dominio y malogran su relación con Él. Son expulsados del jardín y ya no pueden cooperar estrechamente con Él en perfecta intimidad. Además, otra consecuencia del pecado es la ruptura de la comunión entre hombre y mujer. La relación de Adán con Eva está ahora contaminada por el pecado, y así será para la posteridad.

Quiero destacar una repercusión de la ruptura de las relaciones que es clave al analizar la soledad. En Génesis 2:25 leemos: «[...] el hombre y la mujer estaban desnudos, pero no se avergonzaban». No obstante, tras caer en pecado, Adán y Eva reconocen su desnudez y se esconden de Dios por vergüenza. Al reflexionar sobre cómo superar la soledad en nuestra vida, debemos enfrentarnos al poder que la vergüenza suele tener sobre nosotros.

Así como Adán y Eva se escondieron de Dios por vergüenza, también nosotros nos escondemos de Él por la vergüenza generada por nuestro pecado; aparte, con frecuencia nos escondemos de los demás. Nos avergonzamos de decisiones pasadas o de hábitos actuales, con lo cual nos alejamos de otras personas, incluso de las que verdaderamente nos aman. Por miedo a que la gente nos rechace o nos corrija, decidimos no abrirle la puerta de nuestra vida. Si bien esto es eficaz, en el sentido de que podemos eludir temporalmente el pecado y la vergüenza, lo que no vemos es el costo que le supone a nuestra alma. Se nos endurece el corazón, nuestros ojos se ciegan, nuestra conciencia queda anestesiada y nuestro amor por los demás se enfría.

Tarde o temprano, nos creemos la mentira de que realmente estamos solos. Esconderse de los demás siempre acarrea soledad y sensación de aislamiento. Sin embargo, en este caso, la herida es autoinfligida. La soledad que enfrentamos ahora no es fruto de ninguna circunstancia externa, sino de nuestras decisiones.

Entonces, ¿qué aprendemos sobre la soledad en el jardín del Edén?

Sin duda, el pecado y la vergüenza podrían ser motivos para alejarnos, aislarnos y permanecer en el anonimato y la soledad, pero no tiene por qué ser así. En su gracia y misericordia, Dios actuó sobre la vergüenza de Adán y Eva. El intento de estos de cubrir su desnudez entretejiendo hojas de higuera fue inútil, por lo que Dios sacrificó animales y cubrió a Adán y Eva con pieles. Esta obra anticipa una obra más grande de gracia y una expiación mayor de la vergüenza. Miles de años después, Dios volvería a obrar con misericordia y gracia enviando a su propio Hijo, Jesús, para hacer de Él un sacrificio mayor. Su muerte en la cruz expió el pecado y la vergüenza del pueblo de Dios, que acudiría a Él con fe. A raíz de este perdón, ya no es preciso ocultar nuestra vergüenza. Podemos ser sinceros y honestos con los demás porque la sangre de Jesús no solo reconcilia a los pecadores con Dios, sino también entre sí en la familia de Dios, la Iglesia (Ef 2:11-22).

En los salmos

Durante generaciones, el pueblo de Dios ha buscado en los salmos esperanza, gozo y paz en momentos de miedo, tristeza y duda. Quizás, a diferencia del resto de las Escrituras, los salmos son reveladores y nos introducen en los corazones del pueblo de Dios mientras lucha contra las diversas dificultades y preguntas de la vida. Por ejemplo:

- ¿Por qué prosperan los malvados? (Sal 73).
- «¿Por qué estás tan abatida, alma mía?» (Sal 42).

CÓMO SUPERAR LA SOLEDAD: BUSCA LA COMUNIÓN CON CRISTO Y SU PUEBLO

- «¿[...] por qué me has abandonado?» (Sal 22).
- «¿Dónde está, Señor, tu gran amor?» (Sal 89).

Preguntas como estas son habituales en los salmos. No es verdad que el pueblo de Dios siempre deba estar alegre y animado, y nunca fruncir el ceño ni tener un mal día. Esa no es en absoluto la vivencia del pueblo de Dios que recogen las Escrituras. Aunque la vida con Dios rebosa placer y gozo, aquí en la tierra no está exenta de pruebas y tribulaciones.

Tal vez el lector principiante de la Biblia se sorprendería al saber que el rey David, un hombre conforme al corazón de Dios, lidió con el dolor y el sufrimiento toda su vida. Quizás a ti también te sorprenda saber que el rey David luchó contra la soledad. Por ejemplo, en el salmo 25, versículo 16, escribe: «Vuelve a mí tu rostro y tenme compasión, pues me encuentro *solo* y afligido». O, en el salmo 13, versículo 1: «¿Hasta cuándo, SEÑOR, me tendrás *en el olvido*? ¿Hasta cuándo esconderás de mí tu rostro?».

Aunque David era el ungido del Señor, el rey elegido, esto no quiere decir que nunca sintiera la soledad. En numerosos momentos de su vida, David se sintió olvidado y abandonado, no solo por los demás, sino por el propio SEÑOR. Y pese a que David, ciertamente, no era perfecto y hasta pecó mucho a veces (1 Sm 11), en otros momentos, su soledad tuvo su origen en las circunstancias externas de su vida.

De hecho, David se pasó gran parte de la primera etapa de su existencia escapando, huyendo y escondiéndose, literalmente, para salvar la vida. En 1 Samuel 17, David derrota a Goliat, pero, en 1 Samuel 18, Saúl empieza a sentir celos por las alabanzas que David recibe del pueblo de Israel, por lo que comienza una cruzada para quitarle la vida. Esto da inicio a un período de ocho años en los que David no está seguro ni en su propio país. Saúl envía a asesinos para que maten a David, y, en determinado momento, David debe vivir con los filisteos, pero, temeroso de que quieran matarlo, se hace pasar por loco para protegerse. En pocas palabras, David es un fugitivo que huye, intenta eludir constantemente la muerte y enfrenta una serie de circunstancias en las que se siente olvidado, abandonado y sin amigos.

Entonces, ¿qué aprendemos sobre la soledad a partir de los salmos, y a partir de la vida de David en concreto?

De vez en cuando, el Señor permite en nuestra vida dificultades ajenas a nuestro control, y esto puede hacernos sentir solos. David no estuvo exento de sufrir y, en ocasiones, dudaba de la presencia y fidelidad de Dios. David no podía cultivar relaciones con aquellos a quienes amaba.

GUÍA DE CAMPO

No podía ver a su familia ni a sus amigos. ¿Y tú? Bueno, el Señor puede llamarte a mudarte a otra ciudad y, por ello, puedes perder amistades cercanas. Quizás Dios permita la muerte de un ser querido: tu cónyuge, un progenitor, un hijo o un amigo. O tal vez el Señor propicie una enfermedad debilitante durante la cual debas aislarte o cuyas limitaciones físicas te impidan salir. Y entonces, ¿qué? Debes entender que no toda soledad es fruto de tu pecado personal. Algunas veces, las circunstancias están fuera de tu control, pero incluso entonces debes recordar que nunca escapan a los buenos propósitos de Dios y que el Señor no abandona a quienes ama.

Entre los profetas y en otros pasajes

A punto de concluir nuestro recorrido por las Escrituras, seamos conscientes de una tercera causa de soledad: el fiel seguimiento a Cristo. Es posible que, ocasionalmente, tengamos que enfrentarnos a la soledad solo porque vivimos para el Señor. Esto es algo que vemos a menudo en las Escrituras.

Un ejemplo es el profeta Elías. En 1 Reyes 18 nos encontramos con una enorme contienda entre los falsos profetas de Baal y Elías, el verdadero profeta del SEÑOR. Cuando Elías los derrota, demostrando así que Yavé es el Dios verdadero por encima de todos los ídolos, se ve obligado a huir al desierto porque la malvada reina Jezabel lo busca para matarlo.

Tras pasar un día entero adentrándose en el desierto, Elías se acuesta bajo un árbol y allí desea la muerte. Finalmente, una vez que Dios lo lleva milagrosamente al monte Horeb, Elías afirma creer que él es el único profeta verdadero del Señor que queda. No hay más, ¡está solo! Pero no es así. Dios le revela que ha preservado a otros 7000 que se negaron a arrodillarse ante Baal.

Lo importante que debemos ver aquí es que seguir fielmente a Dios no siempre conduce a la bonanza y tranquilidad terrenales. De hecho, hay momentos en que, como Elías, nos sentimos solos. Nos sentimos olvidados, abandonados y sin amigos.

Ahora, si piensas: «Bueno, eso puede ser cierto en el caso de estos poderosos profetas de Dios, que hicieron estas acciones asombrosas para el SEÑOR, pero no será el caso de los cristianos de hoy, ¿verdad?», quizás tengas que pensarlo de nuevo.

En los Evangelios (Mateo 8 y Lucas 9), Jesús manifiesta la realidad de que seguirlo tiene un costo. Mientras los animales y las aves tienen su casa, Jesús no tiene dónde recostar la cabeza, lo que implica que también

CÓMO SUPERAR LA SOLEDAD: BUSCA LA COMUNIÓN CON CRISTO Y SU PUEBLO

habrá sacrificios por parte de quienes lo sigan. Además, seguir fielmente a Jesús supondrá en ocasiones perder las relaciones más cercanas que tienes en la vida. En Mateo 10, Jesús declara que no ha venido a traer paz, sino espada. Esto no significa que Jesús quiera iniciar conflictos armados, sino que seguirlo causará división algunas veces. Habrá momentos en que uno deberá elegir entre la relación con Jesús y la relación con un familiar cercano. Y, cuando lleguen esos momentos, estamos llamados a amar a Jesús más que a nada.

Por otra parte, vemos a Pablo sacrificar la comodidad, la seguridad y las relaciones en su vida. Mientras intenta llevar el Evangelio a los gentiles, Pablo renuncia a cosas a las que tanto nos aferramos muchos. Por la buena nueva de Jesús, Pablo está dispuesto a soportar el rechazo de su pueblo y a enfrentar numerosas dificultades que fácilmente podrían acarrearle la muerte (2 Co 11:23-27). Pablo afirma abiertamente que hizo frente a innumerables palizas y fue encarcelado muchas veces por servir a Cristo. Además, lo abandona su compañero de ministerio, Demas, por amor a este mundo (2 Tm 4:10-11), y también es abandonado por muchos mientras ministra en Asia (2 Tm 1:15).

Entonces, ¿qué aprendemos sobre la soledad a través de los profetas y en otros pasajes?

A lo largo de la Biblia, tanto en el Antiguo Testamento como en el Nuevo, vemos que seguir fielmente al Señor suele tener un gran costo personal y que, a veces, ese costo es la soledad. En ciertos momentos, tu amor por Jesús supondrá perder relaciones cercanas o mudarte al otro lado del mundo por el Evangelio. Sin embargo, he aquí una utilidad positiva de la soledad: la soledad no tiene por qué llevarnos a la desesperanza; nos lleva a Cristo. Conforme renunciamos a las comodidades del hogar y a las amistades de esta vida por causa de Jesús, Él nos provee mucho más, tanto en esta vida como en la venidera (Mc 10:29-31).

Preguntas para reflexionar:

1. ¿Se te ocurren más causas o ejemplos de soledad en la Biblia?
2. ¿Por qué te parece importante comprender la causa de la soledad en tu vida?
3. ¿Hay algún personaje bíblico con el que puedas identificarte en relación con la soledad?
4. ¿Cómo te ayudan las Escrituras a entender mejor tu lucha contra la soledad?

3

CÓMO DIAGNOSTICAR TU SOLEDAD

Ahora que hemos definido la soledad y la hemos descubierto en la Biblia, toca centrarnos en analizar tu vida. Recordemos nuestra definición anterior: *la soledad es un sentimiento interior de abandono, olvido o carencia de amistades*.

Lo fácil es saber cuándo sientes estas cosas. Probablemente no te resulte difícil darte cuenta cuando te sientes abandonado, olvidado y sin amigos. Cada uno de estos sentimientos es fuerte y potente, y la gente, por lo general, sabe cuándo los está enfrentando.

Lo que no siempre es fácil es diagnosticar la causa de estos sentimientos. ¿Por qué siento que Dios me ha desamparado y abandonado por completo? ¿Hay alguna razón por la que todo el mundo parece haberse olvidado de mí? ¿Por qué, aparentemente, no tengo verdaderos amigos en la vida? Mientras intentas diagnosticar la causa de la soledad en tu vida, aquí tienes tres preguntas que debes hacerte y tres claves que has de considerar.

1.ª pregunta: ¿Hay pecado o no?

Creo que lo más útil para comenzar este proceso es plantearse la siguiente pregunta: ¿tu soledad está causada por tu pecado personal, o por el quebranto general de un mundo caído?

Aunque pueda parecer una cuestión semántica o estés tentado a pensar que la causa realmente no importa, déjame mostrarte por qué es de vital importancia.

Analicemos este ejemplo: en el ámbito médico, se dan diagnósticos y tratamientos que tienen por objetivo abordar no solo el síntoma, sino

CÓMO SUPERAR LA SOLEDAD: BUSCA LA COMUNIÓN CON CRISTO Y SU PUEBLO

también la causa subyacente. Si tengo tos, podría tomar unas pastillas para sentirme mejor y esperar que la tos acabe yéndose. Lo más probable es que, días después, así sea. Ahora bien, si tengo un grave problema subyacente en los pulmones que me está causando la tos, unas pastillas de miel y limón no me curarán. Tarde o temprano, tendré que lidiar con la causa de fondo de la tos. Por eso un buen médico me practicará pruebas, me sacará sangre y hará todo lo necesario para prescribirme el tratamiento adecuado.

De igual modo, cuando pensamos en tratar la soledad, primero debemos comprender por qué nos sentimos solos. No basta con darnos cuenta de que, en efecto, nos sentimos así. Básicamente, nuestra soledad es provocada por el pecado, ya sea nuestra propia caída o la caída de la creación quebrantada en general.

2.ª pregunta: Si hay pecado, ¿cuál es su raíz?

Supongamos que llegas a la conclusión de que tu soledad es causada por tu pecado personal. El trabajo aún no ha terminado. Necesitas profundizar todavía más para identificar la raíz pecaminosa específica (una o varias) que ocasiona tu soledad.

Para ayudarte con ello, te puedes centrar en tres áreas:

La primera, tus actos: ¿cometes actos, tienes conductas o hábitos pecaminosos concretos contrarios a la Palabra y la voluntad de Dios?

Por ejemplo, ¿consumes en secreto pornografía u otro material sexualmente ilícito? En tal caso, esta bien podría ser la causa subyacente a tus sentimientos de soledad. En lugar de buscar placer y satisfacción en relaciones humanas apropiadas que honren a Dios, las estás sustituyendo por una imitación barata. En ausencia de intimidad con tu cónyuge, procuras tenerla a través de una pantalla. Y, a medida que esto continúa, abandonas cada vez más la interacción humana y el amor auténticos, que buscas en sustitutos vacíos.

La segunda, tus creencias: ¿crees cosas que no son ciertas acerca de Dios, de ti mismo o del mundo?

He aquí un posible ejemplo. Si crees que tu aspecto físico es lo más importante que tienes, tu aspecto lo dictará todo en tu vida. Si no estás contento con tu peso, tu estatura o tu cabello, no querrás estar con mucha gente hasta que no sientas que tu aspecto es el adecuado. O tal vez esta creencia te lleve a la búsqueda de la cuenta perfecta de Instagram, en la que cada imagen que publiques sea exactamente como la quieres. Con

GUÍA DE CAMPO

el tiempo, esto se vuelve una obsesión, y acabas dedicando horas al día no solo a verte bien, sino también a compararte con los demás. Sin que te des cuenta, normalmente pasas de ocho a diez horas al día navegando en el teléfono. No comes bien, no duermes bien y nunca haces ejercicio ni sales. Bueno, a la larga no debería sorprenderte que empezaras a sentirte solo. Y el motivo, básicamente, no son tus hábitos en redes sociales ni tu tiempo frente a la pantalla (aunque sí influyen), sino tu creencia equivocada de que tu aspecto es lo más importante que tienes.

La tercera, tus deseos: ¿hay determinadas cosas que desees y no se ajustan a la voluntad de Dios?

Es bastante posible que tus sentimientos de soledad estén causados por un deseo pecaminoso que ha cautivado tu corazón. Por ejemplo, cabe la posibilidad de que, por encima de todo, desees la aprobación de tus iguales. Dicho deseo podría ser cualquier cosa: el mejor promedio de tu clase, el mayor número de puntos en tu equipo o la cuota de ventas más alta en tu trabajo. Sea lo que sea, ¿qué ocurre cuando fracasas? ¿Qué ocurre cuando no logras lo que buscabas? Bueno, si tu vida girara en torno a esto, te vendrías abajo, estarías enojado, y lo más probable es que te sintieras humillado o avergonzado. Si sigues teniendo esas emociones, lo más seguro es que te alejes de tus relaciones porque no quieres enfrentar el éxito de otro ni asumir tu fracaso. En un abrir y cerrar de ojos, estás solo y aislado, y sientes que no tienes a nadie. La causa última fue tu deseo de aprobación.

3.ª pregunta: Si no hay pecado, ¿cuál es la causa?

Por otro lado, imaginemos que tu pecado no ocasiona tu soledad. Que tú sepas, caminas con rectitud ante el Señor. ¡Estupendo! Aun así, el trabajo no ha terminado. Necesitas identificar y comprender el origen de tu soledad.

Nunca conocí a mi abuelo materno. Murió antes de los 50 años, estando mi madre todavía en la universidad. Era pastor en la zona de Washington D. C. y murió en un accidente de carretera regresando a casa tras una visita de asistencia pastoral.

Mi abuela nunca se volvió a casar. Ya ha pasado más años viuda que casada. Durante los más de 30 años transcurridos desde el fallecimiento de su esposo, ha luchado contra la soledad. Lo extraña mucho y lamenta el tiempo que nunca pasará con su marido y el que sus hijos nunca pasarán con su padre.

CÓMO SUPERAR LA SOLEDAD: BUSCA LA COMUNIÓN CON CRISTO Y SU PUEBLO

La causa última de la soledad de mi abuela no fue su pecado personal. La soledad le sobrevino simplemente por vivir en un mundo caído bajo la maldición del pecado, un mundo en que la muerte es muy real y, con frecuencia, prematura.

Seguro que podrías citar muchas otras causas de soledad que no son fruto directo de tus actos, creencias y deseos pecaminosos. Estas son solamente algunas posibles circunstancias que podrían conducir a alguien a la soledad:

- Una enfermedad debilitante que suprima total o parcialmente la interacción humana.
- La pérdida de un ser querido: un progenitor, un hijo, un cónyuge o un amigo íntimo.
- Verse obligado a trasladarse a otra región por trabajo.
- Unos padres que están pasando el síndrome del nido vacío por primera vez porque los hijos se van a la universidad, se casan y empiezan a trabajar lejos.
- Ser despedido de un trabajo o eliminado de un equipo en el que estaban todas tus relaciones significativas.

Podríamos continuar mencionando una serie de circunstancias que escapan a tu control, pero que provocan sentimientos de soledad en tu vida. No obstante, la cuestión es que no toda soledad es provocada directamente por tu pecado. Hay cosas que suceden en la vida por la buena providencia de Dios y que pueden hacerte sentir abandonado, olvidado y sin amigos.

Aparte de esas tres preguntas, he aquí tres claves esenciales que tener en cuenta durante este proceso de diagnóstico de tu soledad.

1.ª clave: No descuides las Escrituras y la oración

Uno de los mayores peligros de examinarnos y tratar de diagnosticar los anhelos pecaminosos de nuestro corazón es... ¡nuestro corazón! Jeremías lo describe así: «Nada hay tan engañoso como el corazón. No tiene remedio. ¿Quién puede comprenderlo?» (Jr 17:9). No es exactamente una opinión entusiasta. El profeta entiende que es una tarea delicada la de intentar comprender el interior y los deseos de nuestro corazón porque no se puede confiar en él. ¡El corazón nos engaña!

Entonces, si tu corazón está tan enfermo y es tan engañoso como para no poder comprenderlo, ¿no es inútil examinarse a uno mismo? La respuesta sería afirmativa, de no ser por la Palabra de Dios. Las Escrituras son la

GUÍA DE CAMPO

mejor herramienta que tienes para ayudarte a examinar y diagnosticar lo que sucede en ti.

Sin duda, la palabra de Dios es viva, eficaz y más cortante que cualquier espada de dos filos. Penetra hasta lo más profundo del alma y del espíritu, hasta la médula de los huesos, y juzga los pensamientos y las intenciones del corazón.

Hebreos 4:12

Alaba a Dios porque, en su gracia, te ha dado su Palabra, que el Espíritu usa como espada para penetrar y revelar tus verdaderas intenciones, y como espejo, para ayudarte a ver aquello a lo que de otro modo estarías ciego (St 1:23-25).

Cuando recurras a las Escrituras, no descuides la oración. Debes suplicarle a Dios que haga brillar la luz de las Escrituras en los rincones oscuros de tu alma y que lleve su verdad a tu vida. Debes orar para que Dios te revele todo pecado oculto, toda motivación impura que te impida ver la verdad.

2.ª clave: Implica a tus pastores y a otros cristianos

Con harta frecuencia intentamos llevar nuestra vida espiritual solos. Pero Dios no nos ha salvado para llevarnos a una isla, sino a una familia: ¡la iglesia! Por ello, mientras tratamos de diagnosticar las causas subyacentes a la soledad en nuestra vida —sean pecado o no—, seríamos unos necios si no contáramos con la ayuda de nuestros pastores y de otros hermanos y hermanas en Cristo.

Uno de los instrumentos de la gracia de Dios más olvidados en la vida de muchos cristianos es su iglesia local. Es ahí donde realmente deberían conocerte mejor que en ningún lado y donde Dios ha ordenado que tenga lugar tu crecimiento espiritual junto a otras personas. La iglesia local posee el lenguaje y la estructura adecuados para ayudarte a entender quién eres y qué necesitas. Además, entre esas personas, Dios ha ordenado que se produzcan tu crecimiento y tu madurez (Ef 4:11-16). No pases por alto la sabiduría de otros creyentes que te aman y de los pastores llamados a cuidar de ti (Hb 13:17).

3.ª clave: Prepárate para que se revelen tus imperfecciones

En Lucas 14, Jesús se dirige a las grandes multitudes que lo siguen y, sorprendentemente, no da un discurso largo sobre lo que quieren oír para que se queden, sino que lanza una firme advertencia que puede hacer que muchos se vayan. En el versículo 28, Jesús presenta la analogía de

CÓMO SUPERAR LA SOLEDAD: BUSCA LA COMUNIÓN CON CRISTO Y SU PUEBLO

un constructor que planea levantar una torre. Antes de comenzar de verdad, sería prudente que el constructor se parara a asegurarse de tener todo lo que necesita para realizar el proyecto. De lo contrario, parecería muy necio construir la mitad de la torre para quedarse luego sin materiales.

De manera similar, Jesús insta a las multitudes a calcular primero el costo antes de decidir seguirlo a Él. Para seguir a Jesús, uno debe estar dispuesto a negarse a sí mismo y a renunciar a todo por Cristo. Si bien seguirlo será gozoso, no será fácil: requerirá un sacrificio personal considerable.

Mientras te detienes a evaluar tu corazón, sé consciente de que Dios puede revelar cosas que preferirías no ver. Por medio del Espíritu, el Señor te mostrará puntos flacos e imperfecciones, ámbitos de pecado y debilidad ¡que quizás ni siquiera sabías que existían! Para que no te quedes absolutamente conmocionado, debes prepararte de antemano y comprometerte a enfrentar esas cosas con humildad. Debes calcular el costo y entender que la santificación exige sacrificio.

Preguntas para reflexionar:

1. ¿Cuál es tu mayor temor al diagnosticar tu soledad?
2. ¿A quiénes podrías pedir ayuda durante este proceso? Escribe el nombre de dos o tres personas y pídesela.
3. Habitualmente, ¿dedicas tiempo a leer las Escrituras y a orar? De no hacerlo, pídele a tu pastor que te ayude a desarrollar un plan para pasar tiempo con Dios de forma regular.

4

SUPERAR LA SOLEDAD UNIDO A CRISTO

Por fin hemos llegado a los dos últimos bloques que estabas esperando. Hemos definido la soledad, examinado sus causas y seguido su rastro en las Escrituras, aportando algunas preguntas y claves para ayudarte a diagnosticar el origen de la soledad en tu vida. En los dos bloques siguientes, esta guía te enseñará a superar la soledad por medio de Jesús y de su pueblo, por medio de Cristo y de su Iglesia. Veamos primero cómo la unión con Cristo lo cambia todo.

¿Qué es la unión con Cristo?

El apóstol Pablo describe la relación de un creyente con Cristo de muchas formas, pero quizás su favorita sea la sencilla locución «en Cristo». Aunque parezca simple, nada capta mejor la esencia de lo que significa para alguien ser cristiano.

Cuando Dios llama a una persona a acercarse a Él, queda unida por siempre a Jesús. Ya no muere en pecado, sino que vive en Cristo. Nace de nuevo. Formalmente, moría en pecado por causa de Adán, pero ahora tiene justificación y vida a través de Cristo (Rm 5:12-21). En pocas palabras, cuando un pecador se arrepiente del pecado y cree en Jesús, queda unido por siempre a Él.

Pese a ser una maravillosa noticia, puede que todavía te preguntes: «¿En qué me ayuda esto contra la soledad?». ¡Buena pregunta! Lo hace de tres maneras que encajan con nuestra triple definición de soledad.

En Cristo nunca eres abandonado

Una de las formas más fuertes en que se manifiesta la soledad es el sentimiento de abandono: sentir que todos, incluido Dios, te han abandonado por completo. No puedo prometerte que nunca te

CÓMO SUPERAR LA SOLEDAD: BUSCA LA COMUNIÓN CON CRISTO Y SU PUEBLO

abandonarán otras personas, pero sí puedo asegurarte que, si estás en Cristo, Dios ha prometido no abandonarte jamás.

En el Antiguo Testamento, Dios prometió que jamás abandonaría a su pueblo. En última instancia, estas promesas se cumplen en Cristo. Dios sí entregó el alma de Jesús al sepulcro (Hch 2:27; Sal 16:10), pero lo resucitó de entre los muertos con poder. Pablo también recuerda a los corintios que todas las promesas de Dios encuentran su «sí» y su «amén» en Cristo (2 Co 1:20). En concreto, Hebreos 13:5-6 dirige a los cristianos del nuevo pacto la promesa de que Dios no abandonará a su pueblo.

Cuando te sientas solo y totalmente abandonado, ¡recuerda la promesa de Dios! Él, al final, no abandonó a su Hijo en el sepulcro, ni tampoco nos abandona a nosotros. Dios nunca te dejará, nunca te desamparará, y caminará fielmente contigo todos los días de tu vida. En Cristo nunca estás realmente solo.

En Cristo nunca eres olvidado

Otra manera poderosa en que la soledad afecta a muchos es a través de la sensación de haber sido olvidados por completo. De niño, mi mayor temor era que mis padres se olvidaran de mí. Tenía miedo de que me perdieran en un supermercado, tenía miedo de que me dejaran en casa cuando salieran y, sobre todo, me moría de miedo al pensar que no me recogerían de la escuela. Este último miedo era totalmente irracional (mi madre era maestra en la misma escuela a la que yo iba), pero, durante mis primeros años de escuela primaria, era un problema habitual. Recuerdo perfectamente un día, cuando estaba en tercer grado, en que lloré a mares porque estaba seguro de que nadie vendría a buscarme.

Mientras estábamos en clase esperando el final de la jornada, un alumno mayor me entregó una nota de mi mamá. En esa nota, mi mamá había escrito parte de la letra de una canción de TobyMac que me encantaba, y que en español sería: «Solo date la vuelta y allí estaré, me estoy trasladando a tu atmósfera». Echando la vista atrás, me vienen a la mente un par de cosas. Para empezar, ¡hace años que no escucho a TobyMac! En segundo lugar, esa nota significó mucho para mí. Mi madre no estaba allí presente, pero sus palabras me dieron la paz y seguridad que necesitaba, pues supe que vendría a buscarme cuando acabara la jornada. Yo era su hijo: ¿cómo se le iba a olvidar?

Lo mismo le ocurre a todo creyente. Por la fe, todos somos adoptados como hijos de Dios. Como Él es tu Padre celestial perfecto, su amor inquebrantable por ti nunca te defraudará, y, ciertamente, jamás serás

GUÍA DE CAMPO

olvidado; no porque seas tan intrínsecamente digno de amor, sino porque eres amado en el Amado.

En Cristo nunca careces de amigos

Uno de los peores aspectos de la lucha contra la soledad es la sensación de que no tienes amigos en el mundo. Hasta cierto punto, todos hemos experimentado esto. Quizás recuerdes lo que era jugar solo en el recreo cuando eras pequeño. A lo mejor has sufrido la emoción demoledora de que tu único amigo te apuñale por la espalda. O tal vez conoces la sensación desgarradora de que todos tus compañeros de trabajo queden para pasar un rato, mientras que a ti no te invitan. En cualquier circunstancia, sentir que no tienes amigos es devastador.

Un himno favorito de muchos es «¡Qué amigo tenemos en Jesús!», de Joseph Scriven. Este himno no es solo una canción para sentirse bien que dice cosas bonitas. Si bien Cristo es, efectivamente, nuestro Salvador, Señor y Rey, también es nuestro Amigo. Esta es una de las realidades más tiernas del Evangelio. En Juan 15:15, Jesús anuncia a sus discípulos que ya no los llama siervos, sino amigos. Esto no quiere decir que ya no estén a su servicio o que ya estén exentos de obedecer su voluntad. No, esta es una declaración sobre su relación. Quienes aman a Jesús y son amados por Él son sus amigos.

Jesús es distinto de cualquier otro amigo que hayamos tenido. Es aquel amigo que permanece más cerca que un hermano y uno que nunca defrauda. Nunca nos traicionará, ni hablará mal de nosotros ni nos cambiará si aparece alguien mejor. No. Además, permanece fiel a nosotros hasta cuando le somos infieles. Nos abre su corazón y seguirá siendo un Pastor omnipresente en los momentos más oscuros de nuestra vida.

Preguntas para reflexionar:

1. ¿Qué significa estar unido a Cristo?
2. ¿Has pensado alguna vez en Jesús como amigo tuyo? Si no lo has pensado, ¿qué te viene a la mente cuando lo haces?
3. ¿Crees verdaderamente que Dios jamás te dejará ni te abandonará?

5

SUPERAR LA SOLEDAD EN COMUNIÓN CON EL PUEBLO DE DIOS

No debería sorprender que, en nuestra cultura moderna e individualista, a menudo ignoremos y olvidemos la importancia de hacer comunidad con los demás. En lugar de salir con amigos, les enviamos mensajes de texto. En lugar de jugar baloncesto, vemos momentos destacados en YouTube. En lugar de viajar a un destino de ensueño, vemos fotos de otros que se han aventurado a ir. Por desgracia, este problema no supone una preocupación únicamente para los no cristianos, sino también para los creyentes.

En vez de ir a la iglesia, asistimos por Internet. En vez de preguntar a nuestros pastores acerca de la Biblia, utilizamos ChatGPT. Y, en lugar de manejar en persona un conflicto con un hermano o hermana, publicamos cosas sobre ellos en Facebook.

En general, muchos cristianos han olvidado la bendición no ya de estar unidos a Cristo, sino también a su cuerpo, la Iglesia. En 1 Corintios 12, Pablo escribe que por medio del Espíritu todos fuimos bautizados en un solo cuerpo y somos miembros unos de otros. Necesitamos a otros creyentes, y otros creyentes nos necesitan a nosotros. Y, aunque es cierto que los cristianos de todo tiempo y lugar estamos unidos en Cristo, esta realidad se traduce en congregaciones locales donde podemos amarnos, orar y alentarnos mutuamente en persona. En verdad creo que la mejor herramienta que tienes para superar la soledad es, sencillamente, pertenecer a una buena iglesia. A continuación expongo tres formas en que la iglesia local te ayudará a combatir la soledad en tu vida.

¿Qué es una buena iglesia?

Antes de enumerar tales beneficios, permíteme una breve recomendación para encontrar una buena iglesia. Podría contarte de mil maneras cómo puede ayudarte una buena iglesia, pero, si no estás en una y no sabes qué buscar, esas cosas no te servirán de mucho.

Lo primero, busca una iglesia que predique la Biblia sin más. En la era de Internet, la televisión y los teléfonos inteligentes, ya recibimos suficiente información del mundo. No necesitamos más de aquello que proviene del hombre: necesitamos escuchar a Dios, y Dios nos ha hablado en las Escrituras. Por ello, busca una iglesia donde la Palabra de Dios sea honrada, valorada y esencial para todo en la vida de esa iglesia. Una iglesia donde se lea, se predique, se ore y se cante la Biblia.

En segundo lugar, busca una iglesia con una visión elevada de Dios. En la actualidad, son demasiado habituales las iglesias centradas en el hombre. Sin embargo, tú no necesitas un Dios que exista únicamente para satisfacer tus necesidades, darte lo que quieras y cumplir tus mejores sueños. Necesitas un Dios que sea ensalzado como santo, justo, poderoso, bueno y soberano.

Por último, busca una iglesia que realmente se preocupe por sus miembros. La iglesia no es un club social, un cine o una especie de máquina expendedora espiritual. No está para darnos lo que queremos. La iglesia es un grupo de pecadores salvos que se han comprometido a reunirse para oír la predicación de la Palabra de Dios, observar el bautismo y la eucaristía y velar con amor por las almas de los demás. Guárdate de iglesias a las que puedas pertenecer sin creer, o de otras en las que puedas entrar y salir sin que nadie llegue a conocerte.

Ábrete y no te cierres

La soledad tiene una curiosa manera de hacer que alguien se cierre. Aunque la persona solitaria suele darse cuenta de que necesita a los demás, tiende a evitarlos y a aislarse cada vez más. Su soledad no tarda en perpetuarse. Se centra exclusivamente en el hecho de que está sola y, cuanto más se centra en esta realidad, más se aleja de los demás.

Lo bonito de la iglesia local es que tiene una forma peculiar de hacer que nos abramos a la gente. El compromiso con otros creyentes implica amarlos, servirlos, alentarlos, corregirlos y trabajar con ellos en la promoción del Evangelio. De hecho, es imposible ser un buen miembro de la iglesia sin tener relaciones con propósito.

CÓMO SUPERAR LA SOLEDAD: BUSCA LA COMUNIÓN CON CRISTO Y SU PUEBLO

Así pues, si estás luchando contra la soledad, ¡apóyate en tu iglesia local! Sirve donde puedas. Ayuda donde puedas. Aunque te sientas como una carga, ¡te aseguro que no lo serás! A tus pastores les encantará tu compromiso, y si tus compañeros de iglesia son verdaderos creyentes, les encantará seguir a Jesús contigo. Cuanto más des, más recibirás. En absoluto lo digo en el sentido del Evangelio de la prosperidad, sino en sentido bíblico. Te sorprenderán las relaciones cercanas y las estrechas amistades que Dios te proveerá por su gracia mientras amas y sirves a la familia de tu iglesia.

Personas, no programas

El mundo nos ofrece programas estupendos. Puedes encontrar una clase, una actividad o un procedimiento para todo. Si bien muchas de estas cosas pueden ser divertidas y emocionantes —una clase de aeróbic para mayores, un curso de cocina para profesionales jóvenes o un campeonato de golf para padres entre semana—, ninguna de ellas es la respuesta definitiva de Dios para encontrar la comunión con otros cristianos.

El Señor ha elegido la iglesia local para este fin, y en ella encontramos no solo programas en que participar, sino personas a quienes amar. Aunque es posible que las relaciones basadas en intereses comunes sean maravillosas, no se pueden comparar con las relaciones fundamentadas en un Salvador común. Cuando dejé Virginia Occidental para ir a la universidad en Ohio y jugar golf, de repente había en mi entorno una docena de chicos también apasionados de ese deporte. ¡Esto era increíble para alguien que creció en una pequeña escuela cristiana donde no teníamos equipo de golf! Acabé encontrando un grupo de chicos a los que les encantaba el campo de golf tanto como a mí, que odiaban hacer bogeys tanto como yo y que rivalizaban conmigo sobre quién sabía más de Tiger Woods.

No obstante, por mucho que tuviera en común con ellos, a menos que conocieran a Cristo, nuestra relación tenía un límite. Aunque todavía mantengo una relación cercana con muchos de esos muchachos, las amistades que más estimo son con otros cristianos que tal vez no compartan mi pasión por el golf, pero sí el mismo Salvador.

No caigas en la trampa de pensar que nunca podrás tener amistades cercanas en tu iglesia porque la gente de allí no comparte tus intereses mundanos. Si aman a Cristo y su Palabra, tienes todo lo que requiere una amistad de por vida.

Cánticos en vez de silencio

Mientras reflexionaba sobre los muchos beneficios de la iglesia para quienes luchan contra la soledad, me vinieron a la mente numerosos pensamientos. Sin embargo, hablando con un hermano cercano, compañero en la iglesia, acerca de los aspectos por los que le parece tan alentadora la iglesia local, dijo algo que yo nunca hubiera pensado incluir, pero que fue una respuesta buenísima.

Me contó que, para él, una de las cosas más alentadoras es oír a otros hermanos y hermanas cantar alabanzas a Dios en el día del Señor. Si la soledad suele significar una vida de silencio y aislamiento, ¿qué mejor remedio podría haber que cantar alabanzas a tu Salvador rodeado de otros creyentes, proclamando en cánticos el amor constante del Señor, su gracia admirable y su poder asombroso, deleitándote en la sangre de Jesús, que nos redime, y atesorando la fidelidad y la misericordia de Dios, que se renuevan para nosotros cada mañana?

Si estás luchando contra la soledad y a menudo te encuentras solo y aislado con tus pensamientos, ¡cántale al Señor! Canta a solas, canta en tu automóvil y, sobre todo, canta rodeado de otras personas en tu iglesia. Por cierto, este es nuestro destino. Un día estaremos rodeados de personas de toda tribu, lengua y nación ante el trono de Dios, y le cantaremos alabanzas por los siglos de los siglos. ¿Por qué no te sumas ya a este cántico?

Preguntas para reflexionar:

1. ¿Qué valoras más en una iglesia local, y por qué?
2. ¿De qué manera práctica puedes entablar relación con otros creyentes de tu iglesia en este momento?
3. ¿Por qué es la amistad con otros cristianos una parte tan importante de nuestra vida creyente?



CONCLUSIÓN: LA DESAPARICIÓN DE LA SOLEDAD

Si bien tu unión con Cristo y la comunión con otros cristianos te ayudarán mucho a superar la soledad, este sentimiento nunca será erradicado por completo en esta vida. Verás, fuimos hechos para conocer y amar a nuestro Creador, y para vivir en perfecta comunión con Él en una creación perfecta. Sin embargo, esa no es nuestra realidad todavía. Aunque el reino ha comenzado con Cristo, aún no se ha consumado del todo.

Oro sinceramente para que superes la soledad por la gracia de Dios. Pero, mientras luchas contra ella, tal vez te des cuenta de que, en este sufrimiento, también puede haber una bendición. Creo que puede servir de algo la soledad. Oro para que, en medio de tu soledad presente, seas llevado a anhelar el día en que esta desaparezca para siempre.

Después vi un cielo nuevo y una tierra nueva, porque el primer cielo y la primera tierra habían dejado de existir, lo mismo que el mar. Vi además la ciudad santa, la nueva Jerusalén, que bajaba del cielo, procedente de Dios, preparada como una novia hermosamente vestida para su prometido. Oí una potente voz que provenía del trono y decía: «¡Aquí, entre los seres humanos, está el santuario de Dios! Él habitará en medio de ellos y ellos serán su pueblo; Dios mismo estará con ellos y será su Dios».

Apocalipsis 21:1-3



Sam Romine es el pastor principal de la Iglesia de la Redención de Johnstown (Ohio), donde vive con su esposa y sus dos hijos.

