TIEMPO DE SANIDAD

Expositor: CRISTHIAN BONIFAZ

2026-06-01

TIEMPO DE SANIDAD

Del pozo al propósito

Hoy quiero hablar acerca del dolor del pasado, de aquellas heridas que marcan nuestras vidas y nos hacen pensar que nada volverá a ser igual.

Hoy es un tiempo de sanidad.

La misma sanidad que Dios trajo a la vida de un joven llamado José, un hombre que fue rechazado por sus propios hermanos, vendido como esclavo, acusado injustamente, encarcelado y olvidado por aquellos en quien confió.

Sin embargo, a pesar de todo lo que sufrió, José terminó siendo de bendición para Egipto, para su familia y para el pueblo de Dios.

¿Por qué?

Porque durante todo ese proceso Dios estuvo con él.

Antes de hablar de las lágrimas de José, debemos recordar dónde comenzó todo.

José no llegó al palacio de Egipto de un día para otro. Primero fue arrojado a un pozo por sus propios hermanos (Génesis 37:24), un trato aproximadamente de 12 años.

Aquel pozo no era solamente un lugar físico; representaba el rechazo, la traición, el abandono y el dolor de ser herido por las personas que más amaba.

José cayó en un pozo del que no podía salir por sí mismo.

Después vino la esclavitud.

Después la falsa acusación.

Después la prisión.

Y desde aquel día, la vida de José nunca volvió a ser la misma.

De la misma manera, cuando alguien nos hiere profundamente, es como si nos arrojara a un pozo.

Puede ser una traición.

Una injusticia.

Un abandono.

Una palabra que nos marcó.

Un abuso de confianza.

Una decepción que jamás esperábamos.

Y desde ese momento sentimos que algo cambió dentro de nosotros.

Hay personas que viven durante años en el pozo de la amargura.

Otros permanecen atrapados en el pozo del resentimiento.

Otros en el pozo de la depresión.

Otros en el pozo de la desilusión.

Pero hay algo glorioso en la historia de José:

José estuvo en el pozo, pero Dios siempre tuvo el control de todo.

Los hermanos se alejaron.

Los amigos lo olvidaron.

1.000 prédicas

Los hombres lo vendieron.

Pero Dios jamás lo abandonó.

La Escritura repite una verdad una y otra vez:

> "Mas Jehová estaba con José." (Génesis 39:2)

Dios estuvo con José en la casa de Potifar.

Dios estuvo con José en la prisión.

Dios estuvo con José cuando fue olvidado.

Y también estuvo con José cuando lloró.

Esto me dice a mi que cada vez que derramamos lagrimas debe ser en la presencia del Señor en oración y fe, y esas lagrimas producen fortaleza en nosotros, porque cada vez que José lloraba salia fortalecido.

Porque una de las mayores mentiras que el enemigo intenta sembrar en nuestro corazón es que Dios nos abandonó.

Pero la vida de José demuestra exactamente lo contrario.

Dios estaba trabajando más intensamente cuando parecía estar más silencioso.

El pozo no era el final de José.

Era el comienzo del proceso que Dios usaría para llevarlo a su propósito.

Y muchas veces ocurre lo mismo con nosotros.

Lo que hoy parece una tragedia puede ser el escenario donde Dios está formando nuestro carácter.

Lo que parece una pérdida puede convertirse en una preparación.

1000Predicas.com

Lo que parece una demora puede ser parte del entrenamiento de Dios.

Y lo que parece un pozo puede terminar siendo una plataforma para la gloria de Dios.

José pensó que había sido arrojado a un pozo.

Pero en realidad estaba siendo colocado en el camino hacia el cumplimiento de los sueños que Dios le había dado.

Por eso, cuando llegamos a Génesis 42 y vemos a José llorando, no estamos viendo a un hombre derrotado.

Estamos viendo a un hombre que ha caminado con Dios a través del pozo, la esclavitud, la cárcel y el dolor.

Un hombre que ha aprendido a confiar en Dios aun cuando no entiende sus caminos.

Un hombre al que Dios no solo está llevando al cumplimiento de sus sueños, sino también a la sanidad de su corazón.

Porque Dios no solamente quiere cumplir sus promesas en nosotros.

También quiere sanar aquello que el dolor rompió dentro de nosotros.

Y aquí encontramos una verdad poderosa:

Dios transformó cada lágrima en parte de su propósito eterno.

1. PRIMERA LÁGRIMA: SANIDAD DEL PASADO

Texto: Génesis 42:24

1000Predicas.com

"Y se apartó José de ellos, y lloró."

José escucha a sus hermanos reconocer parte de su culpa:

"Verdaderamente hemos pecado contra nuestro hermano."

Por primera vez después de muchos años tiene delante a quienes destruyeron su juventud.

Los recuerdos vuelven.

La cisterna.
La venta.
La esclavitud.
Las lágrimas de Jacob.
Los años perdidos.

Y José llora.

¿Qué estaba haciendo Dios?

Dios estaba llevando a José a confrontar su pasado.

La sanidad no ocurre ignorando las heridas.

Muchas personas quieren olvidar, pero Dios quiere sanar.

José no negó lo ocurrido.

No fingió que nada había pasado.

No explotó en ira.

Tampoco se vengó.

Simplemente se apartó y lloró.

Aplicación

Todos tendremos que encontrarnos algún día con nuestro pasado.

Puede ser una persona.
Un lugar.
Una conversación.
Un recuerdo.

Y cuando eso ocurra debemos hacer lo que hizo José:

Llevar nuestro dolor a Dios.

Hay lágrimas que no son señal de debilidad sino de restauración.

Enseñanza

No toda herida cerrada está sanada.

José era gobernador de Egipto, pero todavía quedaba dolor que Dios queria sanar.

---

2. SEGUNDA LÁGRIMA: SANIDAD DE LOS RECUERDOS Y DE LAS PÉRDIDAS

Texto: Génesis 43:30

> "Entonces José se apresuró, porque se conmovieron sus entrañas a causa de su hermano; y procuró dónde llorar."

Ahora José ve a Benjamín.

Benjamín era mucho más que un hermano.

Representaba:

- El recuerdo de Raquel, su madre.
- El amor de Jacob, su padre.
- La inocencia perdida de su familia.
- Lo único puro que quedaba de su pasado.

La Biblia dice que se conmovieron sus entrañas.

1000 prédicas

En la mentalidad hebrea las entrañas representaban el centro de las emociones profundas.

Su alma fue sacudida.

¿Por qué llora?

Porque algunas heridas no vienen por lo que nos hicieron.

Algunas vienen por lo que perdimos.

José había perdido años con su hermano.

Se perdió cumpleaños.
Conversaciones.
Abrazos.
Momentos familiares.

Y ahora todo eso vuelve a su memoria.

Aplicación

Hay personas que no lloran por traiciones sino por ausencias.

Lloran por un padre que ya no está.

Por una madre que partió.

Por años perdidos.

Por oportunidades que nunca regresarán.

Dios también sana esas pérdidas.

Enseñanza

Hay lágrimas que limpian el alma de nostalgias que llevamos por años.

3. TERCERA LÁGRIMA: SANIDAD A TRAVÉS DEL ARREPENTIMIENTO DE OTROS

Texto: Génesis 45:2

"Entonces se dio a llorar a gritos."

Antes de esto ocurre uno de los momentos más impactantes de la historia.

Judá se ofrece para ocupar el lugar de Benjamín.

El mismo grupo de hermanos que años atrás había vendido a José ahora está dispuesto a sacrificarse para salvar a otro hermano.

Ya no son los mismos hombres.

Han cambiado.

José descubre algo

Los hermanos no solamente sufrieron las consecuencias de su pecado.

También reconocieron su culpa.

Comprendieron que habían pecado contra Dios.

¿Qué estaba sanando Dios?

Dios estaba mostrando a José que la gracia también había alcanzado a sus hermanos.

Muchas veces es difícil perdonar porque seguimos viendo a las personas como eran.

Pero Dios ve en lo que pueden convertirse.

Aplicación

1.000 prédicas

Una de las mayores evidencias de sanidad es cuando podemos reconocer la obra de Dios en quienes antes nos hirieron.

Enseñanza

El arrepentimiento genuino abre puertas que el orgullo jamás podrá abrir.

---

4. CUARTA LÁGRIMA: SANIDAD POR MEDIO DE LA VERDAD

Texto: Génesis 45:14

"Y se echó sobre el cuello de Benjamín su hermano, y lloró."

Ahora José revela quién es.

Durante años ocultó su identidad.

Pero llega el momento en que la verdad sale a la luz.

¿Qué representa esto?

La sanidad siempre termina encontrándose con la verdad.

Ya no hay máscaras.

Ya no hay disfraces.

Ya no hay secretos.

La reconciliación verdadera solo puede construirse sobre la verdad.

Aplicación

Muchas personas intentan sanar ocultando heridas.

Pero Dios sana sacando a la luz aquello que estaba escondido.

José pudo abrazar a Benjamín porque ya no había nada que ocultar.

Enseñanza

1000Predicas.com

La verdad puede producir temor al principio, pero finalmente produce libertad.

---

5. QUINTA LÁGRIMA: SANIDAD COMPLETA Y RECONCILIACIÓN

Texto: Génesis 45:15

"Y besó a todos sus hermanos, y lloró sobre ellos."

Este es el punto culminante.

José ya no llora lejos de sus hermanos.

Ahora llora con ellos.

Ya no llora por causa de ellos.

Llora junto a ellos.

Eso es sanidad.

¿Qué había ocurrido?

La herida había sido reemplazada por compasión.

El resentimiento había sido reemplazado por amor.

La venganza había sido reemplazada por misericordia.

Solo Dios puede producir algo así.

Aplicación

Las personas suelen evitar a quienes les hicieron daño.

Pero cuando Dios sana completamente un corazón, puede producir reconciliación donde parecía imposible.

Enseñanza

1.000 prédicas

No hay victoria más grande que poder amar a quienes un día nos lastimaron.

Por eso Pablo escribió:

> "Gozaos con los que se gozan; llorad con los que lloran." (Romanos 12:15)

Las lágrimas compartidas crean vínculos que el odio jamás podrá romper.

CONCLUSIÓN

José salió del pozo en un solo día, pero la sanidad de su corazón tomó años.

Dios puede sacarnos rápidamente de una situación, pero muchas veces trabaja lentamente en nuestro interior.

Porque el mayor milagro de José no fue llegar a ser gobernador de Egipto.

El mayor milagro fue que, después de todo lo que sufrió, todavía podía amar, llorar y abrazar a quienes le habían hecho daño.

Eso no lo hace el tiempo.

Eso lo hace Dios.

1000 predicas