



SEMANA DE EVANGELISMO FEMENINO 2025

LLEGÓ LA HORA

VIVE ALGO NUEVO



SERMONARIO



SEMANA DE EVANGELISMO FEMENINO 2025

LLEGÓ LA HORA

VIVE ALGO NUEVO

SIMONE BOHRY

Departamento de Traducción de la
Confederação das Uniões Brasileiras da IASD

División Sudamericana de la Iglesia Adventista del Séptimo Día
Brasilia/DF

2025

Ficha técnica

Confederação das Uniões Brasileiras da Igreja Adventista do Sétimo Dia

Dirección general: Ministerio de la mujer | División sudamericana

Autora: Simone Bohry

Traducción y revisión: Departamento de Traducción | División Sudamericana

Diseño y tapa: Media Center DSA

Año 2025

ÍNDICE

Presentación	4
Llegó la hora de vivir algo nuevo	5
Lo nuevo de Dios frente a las tormentas	10
Llegó la hora de vivir sin culpa	15
Llegó la hora de vivir sin ansiedad	20
Llegó la hora de vivir sin el peso del pasado	25
Llegó la hora de vivir lo nuevo en las relaciones	30
Llegó la hora de vivir el propósito de Dios para mi vida	35
Eres una bendición para los demás	40

PRESENTACIÓN

¡Es hora de vivir lo nuevo!

Lo nuevo nos cautiva, nos recuerda que la vida está en constante movimiento y que siempre hay espacio para cambios y mejoras. Ya sea una nueva casa, con la emoción de un nuevo comienzo; una ropa nueva, que puede dar una sensación de confianza, o algo recién adquirido, siempre trae la perspectiva de renovación y numerosas posibilidades.

La atracción por lo nuevo no se limita solo a los bienes materiales. También se extiende a nuestra vida espiritual, donde la renovación es esencial para reconectarnos con Dios, confirmar nuestro propósito, liberarnos de lo que nos aprisiona y abrir espacio para la transformación necesaria para un desarrollo pleno.

La renovación espiritual es un proceso en el que es preciso abandonar lo que ya no nos sirve: traumas, complejos, resentimientos, miedos, ira o ansiedad. Es fundamental que seamos renovados y nos permitamos vivir en paz, disfrutando del perdón y el amor de Dios. Es un viaje de sanación, donde aprendemos a confiar en los planes divinos, mayores y mejores que los nuestros, y a vivir con más fe y gratitud.

Todos necesitamos “vivir lo nuevo”, lo cual nos ayuda a mantener el espíritu vivo, nos da fuerza para superar desafíos y nos llena de esperanza para el futuro. Vivir lo nuevo de Dios significa abrazar esta renovación espiritual diariamente, permitiendo que él nos guíe y nos transforme a su semejanza.

Esta es la experiencia que los 8 sermones de la Semana de Evangelismo Femenino buscan proporcionar a los amigos que serán invitados a participar en esta programación especial. Fueron escritos por la psicóloga y anciana de la Iglesia Adventista Central de Brasilia, Simone Borhy, a quien agradecemos por el tiempo y la dedicación en la preparación de este valioso material.

Estamos orando para que lo nuevo que Dios nos proporcionará esta semana sea solo una muestra de cuando él hará nuevas todas las cosas en esta tierra.

Recordemos que esta semana no puede ser un evento aislado. Debe ser un proceso de siembra, cultivo, cosecha y multiplicación.

¡Un abrazo fraterno!

Jeanete Lima de Souza Pinto

*Directora del Ministerio de la Mujer
División Sudamericana*

Para saber más sobre la preparación para este proceso, acceda a adv.st/evangelismo-mm y al código QR:





SERMÓN 1

LLEGÓ LA HORA DE VIVIR ALGO NUEVO

Texto: Éxodo 3 y 4

Historia bíblica: Moisés y la inseguridad de vivir la nueva vida de Dios

Propósito: decidir entregar la vida a aquel que tiene el poder de dirigir la existencia.

Principio doctrinal: Conducta cristiana

Lecturas complementarias: CBASD, p. 539-547/*Patriarcas y profetas*, cap. 22

Hoy comenzamos una serie especial que tiene como objetivo llevarte a experimentar lo nuevo de Dios en tu vida. A lo largo de esta semana, prepárate para experimentar algo sobrenatural, porque Dios tiene un mensaje: es hora de dejar ir el viejo yo, fortalecer tu fe en Jesús y abrazar lo nuevo que él tiene reservado.

No estás aquí por casualidad. Incluso antes de ser formado, Dios ya te había elegido. Al insistir en vivir a tu manera, solo pierdes tiempo y retrasas los planes de Dios para tu vida.

Por otro lado, hay personas que quieren experimentar lo nuevo de Dios, pero se sienten paralizadas por el miedo al futuro o atrapadas en acontecimientos del pasado. Muchos se sienten abrumados por pensamientos y sentimientos incapacitantes de miedo, ansiedad y culpa. Estos bloqueos emocionales les impiden alcanzar el propósito divino para sus vidas.

En la Biblia encontramos un diálogo entre Dios y un hombre temeroso de aceptar lo nuevo. Dios tenía planes grandiosos, pero prefirió quedarse en su zona de confort. Este diálogo está registrado en Éxodo, capítulos 3 y 4. Con demasiada frecuencia, actuamos como ese hombre, y eso nos impide vivir lo nuevo de Dios. Echemos un vistazo a esta inspiradora historia:

Éxodo 3:1: nos muestra quién es el hombre temeroso y el contexto en el que comienza la historia. Conocemos bien a este personaje. Su supervivencia ya fue un milagro, ya que debería haber muerto al nacer. Criado como un príncipe, recibió la mejor educación y fue entrenado para ser un gran líder. Sin embargo, una acción impulsiva y el miedo a las consecuencias hicieron que se sintiera rechazado por su gente, lo que lo llevó a huir.

Moisés vivía ahora una realidad muy alejada de sus sueños, trabajando como pastor, una profesión despreciada por los egipcios. Esto nos hace reflexionar sobre

cómo, muchas veces, nuestras vidas pueden dar giros inesperados, diferentes a nuestros sueños.

Si eres joven, pídele a Dios sabiduría en cada decisión, por pequeña que sea. Las decisiones impulsivas pueden cambiar por completo el curso de nuestras vidas. Pero, si ya has tomado una decisión precipitada y ahora estás enfrentando las consecuencias, recuerda que Dios puede usar nuestras experiencias para desarrollarnos. Nada puede separarnos del amor de Dios.

En cuanto al contexto en el que tuvo lugar el diálogo, fue un día cualquiera en la vida de Moisés, sin nada extraordinario. Hoy, puede parecer un día cualquiera en tu vida, pero debes saber que Dios te está llamando a vivir algo nuevo que él ha preparado para ti.

Los versículos de **Éxodo 3:2,3** nos muestran que Dios se comunica con nosotros de diversas maneras: a través de sermones, personas, libros y, si es necesario, incluso a través de lo sobrenatural. Esta semana, quiero invitarte a que te comprometas, no conmigo, sino con Dios. No es casualidad que estés aquí hoy. Ha llegado el momento de experimentar lo nuevo que Dios tiene para ti. Dile a la persona que está a tu lado: “Vas a vivir lo nuevo de Dios para tu vida”.

En **Éxodo 3:4**, vemos que Dios llamó a Moisés por su nombre, tal como lo hizo con Samuel y Marta, destacando la naturaleza personal y única de su llamado. Hoy, él también te llama por tu nombre.

Moisés respondió rápidamente: “*Aquí estoy*”. En Juan 10:27, está escrito: “*Mis ovejas oyen mi voz, y yo las conozco, y me siguen*”. Si estás escuchando este mensaje, eres una oveja del Señor. Al seguirlo, él te guiará a una nueva vida.

Pero ¿quién es este Dios que tiene el poder de transformarnos? Éxodo 3:5-6, 14 y 15 dejan claro que él no es solo un consejero o un coach profesional. Él es mucho más. Es el Dios Santo, Todopoderoso, Creador de los Cielos y la Tierra, el Alfa y la Omega, el principio y el fin, quien tiene dominio sobre el tiempo, los demonios e incluso sobre la muerte. Moisés, reconociendo que estaba delante de Dios, sintió temor y reverencia.

A menudo, nuestras vidas agitadas nos impiden reflexionar sobre este Dios que es tan grande y poderoso, pero que, al mismo tiempo, es tan cercano y accesible. Solo tenemos que orar con un espíritu humilde, y él estará disponible para guiar nuestras vidas. Los versículos 7-10 de Éxodo 3 destacan el cuidado de Dios por su pueblo y cómo él iba a actuar en la vida de Moisés para lograr algo más grande.

PRIMERA LECCIÓN

Tenemos que aprender una lección crucial: hemos nacido para servir. Moisés fue la respuesta de Dios a las oraciones de un pueblo. Nuestra vida no se trata solo de nosotros mismos y nuestros problemas. Mateo 5:16 nos recuerda: “Así alumbré la luz de ustedes delante de los hombres, de modo que vean sus buenas obras y glorifiquen a su Padre que está en los cielos”.

La primera lección que debe quedar grabada en nuestra mente es: **“Mi vida no se limita a mí mismo. Nací para servir”**. Cuando comprendemos esta lección, nuestra perspectiva de la vida se transforma.

Ada, una mujer de 33 años, había luchado contra la depresión durante años. A menudo veía a su vecina, que era profesora, vestida de médica y toda disfrazada, lo que le resultaba curioso, pero nunca preguntaba nada. Un día, cuando se encontraron en el ascensor, decidió preguntar por el disfraz. Descubrió que su vecina era voluntaria en el proyecto *Doctores de Esperanza*, que lleva alegría a los pacientes de los hospitales de la ciudad.

Intrigada, Ada decidió conocer el proyecto. Desde el primer día, no dejó de participar. Cuenta que, cuando se involucró con los *Doctores de Esperanza*, su vida comenzó a tener un nuevo significado. En este ambiente, Ada tuvo una profunda experiencia espiritual, pues conoció a Jesús de una manera personal, lo que transformó su vida por completo. ¿Ves lo que sucede cuando Dios entra en nuestras vidas?

Sigamos leyendo. A partir de ahora, destacaremos el conflicto entre elegir vivir lo nuevo de Dios o persistir en una vida que diverge totalmente de los planes divinos para nosotros.

Dios instruyó a Moisés directamente, pero en Éxodo 3:11, leemos la respuesta de Moisés: **“¿Quién soy yo para ir al faraón y sacar de Egipto a los hijos de Israel?”**

¿Cuántas veces nos encontramos en la misma situación? Somos llamados a tareas que parecen estar fuera de nuestra zona de confort y nos sentimos totalmente incapaces de afrontarlas. Ya sea un nuevo trabajo, la paternidad o la maternidad, desafíos en la relación matrimonial o incluso la invitación a hablar de Dios con un vecino o en la iglesia. ¿Qué ha surgido en tu vida que te creíste incapaz de lograr?

Cuando Moisés se encontró con lo nuevo de Dios, se sintió completamente inadecuado. Pero Éxodo 3:12 nos muestra que Dios mismo estaría con él.

SEGUNDA LECCIÓN

La segunda lección es clara: aunque nos sintamos incapaces, en Dios podemos hacer todas las cosas.

Sentirnos inadecuados puede ser el ambiente perfecto para presenciar la acción de Dios en nuestras vidas y, a través de nosotros, ayudar a otros necesitados. Está bien sentirse impotente frente a los desafíos, siempre y cuando Dios esté con nosotros. Sin embargo, veamos dos tipos de pensamientos comunes que pueden causarnos daño y evitar que vivamos lo nuevo de Dios para nuestras vidas.

Éxodo 4:1: **“Moisés respondió: ¿Y si ellos no me creen ni escuchan mi voz, sino que dicen: ‘¿No se te ha aparecido el Señor?’”**

1. Y si...

Después de escuchar la voz de Dios directamente, Moisés comienza a ser consumido por sus propios pensamientos: *“¿Qué pasaría si...”*. En psicología, el “qué pasaría si” es un tipo de pensamiento que hace que una persona imagine innumerables posibilidades, ya sean positivas o negativas. El problema surge cuando estos pensamientos se vuelven tan intensos que paralizan a la persona, le impiden tomar decisiones, o peor aún, cuando comienza a creer más en las “historias” creadas por la mente que en los hechos.

Moisés fue presa del miedo al futuro que él mismo creó en su mente. ¿Cuántas veces hacemos lo mismo en nuestras propias vidas? ¿Cuántos “qué pasaría si” has permitido que influyan en tus decisiones? “¿Y si todo sale mal?”, “¿Y si me rechazan?”, “¿Y si...?”

En este momento de conflicto interno, Dios se da cuenta de la lucha de Moisés y lo devuelve a la realidad (Éxo. 4:2-9). Eran solo pensamientos, conjeturas. Según Dios, la realidad sería completamente diferente a lo que Moisés imaginó. Pero Moisés ahora trae un segundo tipo de pensamiento que nos impide vivir lo nuevo de Dios:

Éxodo 4:10: ***“Y Moisés dijo a Jehová: ‘¡Oh Señor! ¡Yo jamás he sido hombre de palabras, ni antes ni desde que tú hablas con tu siervo! ¡No puedo hablar bien!’”***

2. Pensamientos autocríticos

Moisés se enfrentaba a una intensa batalla interna. Su mente estaba en conflicto, dividida entre lo que estaba a punto de experimentar y los pensamientos negativos que lo perseguían. Probablemente, estaba inundado de pensamientos como: “¡No puedes hacerlo! ¡Te rechazarán porque no sabes hablar bien! Esto NUNCA ha funcionado, NUNCA funcionará...”

A pesar de estos pensamientos autocríticos, de estas inseguridades, y a pesar de que sabía que Dios estaría de su lado, Éxodo 4:13 revela una respuesta sorprendente: ***“Y Moisés le respondió: —¡Oh Señor! ¡Por favor envía a otra persona!”***

¿Cuántas veces hemos dejado de escuchar la voz de Dios, de escuchar nuestros propios pensamientos? A menudo, nuestros temores infundados nos alejan de los planes de Dios. Nos sentimos incapaces, pero podemos hacer todas las cosas a través de aquel que nos fortalece. Es fundamental reflexionar sobre la seriedad de insistir en vivir a nuestra manera, ya que esto demuestra una falta de confianza en Dios, como si él fuera incapaz de guiar nuestras vidas.

Sobre este hecho, Elena de White declara:

Pero Moisés insistió en que se escogiera a una persona más competente. Estas excusas procedían al principio de su humildad y timidez; pero una vez que el Señor le hubo prometido quitar todas las dificultades y darle éxito, toda evasiva o queja referente a su falta de preparación demostraba falta de confianza en Dios. Entrañaba un temor

de que Dios no tuviera capacidad para prepararlo para la gran obra a la cual lo había llamado, o que había cometido un error en la selección del hombre (*Patriarcas y profetas*, p. 230).

Cuando me resisto a vivir los planes de Dios para mi vida, estoy afirmando que Dios no es capaz de transformar mi historia. Esto es muy peligroso. La ruina es segura. Y aquí se aplica nuestra tercera lección.

TERCERA LECCIÓN

Cuando decido vivir lo nuevo de Dios, además de reconocerlo como el Señor de mi vida, estoy segura de que he tomado la mejor decisión.

Al principio, Moisés no tenía confianza en sí mismo. Le costaba hablar y se sentía incapaz de ser el portavoz de Dios para Israel. Sin embargo, cuando decidió comenzar esta misión, puso toda su confianza en el Señor y eligió vivir lo nuevo de Dios, en lugar de escuchar sus miedos y pensamientos. Esto le trajo una herencia infinitamente más grande de lo que podría haber imaginado. Elena de White afirma que: "Dios llamó a Moisés a una herencia infinitamente más gloriosa que la Canaán terrenal" (*Patriarcas y profetas*, p. 512).

Llamado

Al igual que Moisés, todos enfrentamos desafíos y luchas que nos hacen sentir inseguros y exponen nuestras limitaciones. A menudo, nos atormentan historias del pasado que insisten en persistir en nuestros pensamientos.

Tal vez aún no estés viviendo lo nuevo de Dios debido a estos pensamientos negativos. Sin embargo, esta semana puede ser diferente. Dios, en su gracia infinita, te ama tanto que quiere ayudarte a olvidar lo que queda atrás, permitiéndote avanzar hacia la meta de la suprema vocación en Cristo Jesús.

Jesús está llamando a la puerta de tu corazón. Solo tienes que abrirlo y dejarlo entrar en tu mente, tus emociones y tu vida. Romanos 12:2 nos aconseja: "No se conformen a este mundo; más bien, transfórmense por la renovación de su entendimiento de modo que comprueben cuál sea la voluntad de Dios, buena, agradable y perfecta". Si quieres vivir lo nuevo de Dios, levántate como símbolo de que has abierto la puerta, has escuchado el llamado de Jesús y has decidido rendirle el mando de tu vida.



SERMÓN 2

LO NUEVO DE DIOS FRENTE A LAS TORMENTAS

Texto: Marcos 4:35-41

Historia bíblica: Jesús calma la tormenta

Propósito: Frente a las tormentas de la vida, confía en que Dios está a cargo.

Principio doctrinal: Conducta cristiana

Lecturas complementarias: *El Deseado de todas las gentes*, cap. 35

¿Alguna vez has sentido que todo se desmorona a tu alrededor y la desesperación comienza a apoderarse de ti? Manolo, un carnicero de un pequeño pueblo del interior de Pará, vivió exactamente esta situación. Casado y padre de dos hijos, de 10 y 13 años, su matrimonio estaba al borde del colapso. Las constantes peleas y la falta de comunicación hacían insoportable la vida familiar. En el trabajo, su posición se vio amenazada debido a su comportamiento explosivo. Era conocido por su sinceridad y por ser muy recto en todo lo que hacía, pero también por su impaciencia e impulsividad que a menudo resultaba en agresión verbal. En dos ocasiones, incluso arrojó trozos de carne a los clientes que cuestionaban el peso de los productos. Sintiendo perdido, Manolo estaba a punto de perder todo lo que amaba.

Y tú, ¿sabes cómo tratar con las tormentas de la vida? ¿Estás pasando por un momento en el que todo parece ir mal? En la Biblia, encontramos una historia que nos ofrece una perspectiva sobre cómo enfrentar estos desafíos. En [Marcos 4:35-41](#), una situación aparentemente desesperada es superada de una manera sorprendente.

Marcos 4:35 comienza con una promesa inspiradora: ¡Llegarás al otro lado! Dios está a cargo de tu vida, guiando cada paso. Dirige tu camino, asegurándose de que llegues a tu destino. Nuestra vida es un viaje con el claro propósito de avanzar y llevarnos al otro lado.

Antes de sumergirnos en el versículo 36, es esencial entender el contexto anterior. En los versículos del 1 al 34, vemos a Jesús predicando a una gran multitud durante todo el día. Sin embargo, la escena que vamos a destacar involucra a personajes específicos. En el versículo 35, nos encontramos con Jesús y sus discípulos, y en el versículo 36, nos damos cuenta de que había otras personas en otras barcas. Recuerda, nunca estás solo; lo que sucede en tu vida también impacta en la vida de otras personas a tu alrededor.

También vale la pena señalar que Jesús usa parábolas para comunicarse con la gente, pero habla directamente y sin rodeos a sus discípulos (Marcos 4:33, 34). Esta distinción es crucial, ya que revela quién estaba realmente del lado de Jesús. Los discípulos tenían una relación diaria e íntima con él, representando a aquellos que, hoy en día, asisten a la iglesia, buscan una relación constante con Dios y participan activamente en las prácticas religiosas. Son cristianos dedicados, como usted y yo, que conocen la Biblia, desean la presencia divina en sus vidas y viven con reverencia a Dios.

En Marcos 4:37, encontramos una situación desafiante: un fuerte vendaval golpeó el barco donde estaban los seguidores de Jesús. Curiosamente, no eran personas alejadas de Dios, sino discípulos fieles, con Jesús a bordo. Esto nos hace reflexionar: ¿cómo puede suceder algo así? La respuesta está en Juan 16:33: "En el mundo tendrán aflicción". Ser cristiano y buscar a Dios no nos inmuniza contra los problemas, dolores y sufrimientos. La primera lección que debemos aplicar en nuestras vidas es esta:

1. Mientras viva en esta Tierra, aunque sea un seguidor de Cristo, experimentaré aflicciones.

Dos preguntas para reflexionar:

- I. Tener dificultades y aflicciones, ¿es parte de ser humano? Creo que tu respuesta es sí.
- II. ¿Es parte de ser humano tener la sensación de vez en cuando de que ahora todo está saliendo mal? La respuesta también es sí.

Ahora bien, ¿por qué es que cuando me toca a mí, empiezo a preguntarme: ¿Por qué me está pasando esto a mí? ¿Por qué yo? ¿Por qué esto me pasa SOLO a mí?

Un **niño de 2 años** exhibe un comportamiento que llamamos **egocéntrico**: el mundo gira a su alrededor, las cosas tienen que suceder en su momento y a su manera. Cualquiera que sea padre y madre sabe de lo que estoy hablando.

Ahora bien, en el **mundo adulto**, hay un fenómeno que se llama **egocentrismo**: una forma de pensar que se centra en uno mismo. En este momento, me veo a mí mismo como la única persona que tiene los mayores problemas: "Solo a mí me pasan estas cosas". El problema es que yo empiezo a ver la vida de una manera completamente distorsionada, diferente de la realidad. Empiezo a sacar conclusiones que aumentan aun más mi sufrimiento.

En lugar de centrarme en la solución, empiezo a perderme en pensamientos que no me llevan a ninguna parte, al contrario, solo aumentan aún más mi sufrimiento.

Recuerda, somos seres humanos, y en este mundo vamos a pasar por aflicciones. Es un hecho. Ver la vida desde esta perspectiva nos ayuda a reducir el tiempo que estamos expuestos a los problemas y a centrarnos en quién realmente puede ayudarnos a afrontar cada uno de ellos.

El versículo 38 revela la desesperación de los discípulos: —Maestro, ¿no te importa que muramos? Es en los momentos más desafiantes de la vida cuando surgen las preguntas más profundas, y nuestras verdaderas reacciones revelan quiénes somos realmente. Elena de White dice:

Aquellos valientes pescadores habían pasado su vida sobre el lago, y habían guiado su embarcación a puerto seguro a través de muchas tempestades; pero ahora su fuerza y habilidad no valían nada. Se hallaban impotentes en las garras de la tempestad, y desesperaron al ver cómo su barco se anegaba (*El Deseado de todas las gentes*, p. 301).

Se enfrentaban a un escenario en el que todo parecía desmoronarse. Ni el conocimiento, ni las habilidades, ni siquiera la experiencia de vida eran suficientes. Sin embargo, es evidente que estaban centrados en encontrar la solución, o incluso en poner su esperanza solo en su propio conocimiento.

Proverbios 3:5 dice: “Confía en el SEÑOR con todo tu corazón y no te apoyes en tu propia inteligencia”.

Presta atención, el conocimiento es esencial: (1) allana nuestro viaje, (2) da forma a nuestras vidas y (3) mejora nuestras habilidades. Sin embargo, recuerda: la verdadera confianza solo está en Dios. Esta es la segunda lección que debemos aplicar a nuestras vidas:

2. Confía solo en Dios.

Cuántas veces se repite en nosotros la experiencia de los discípulos. Cuando se levantan las tempestades de la tentación, y los terribles relámpagos, y las olas se hinchan sobre nuestras cabezas, solo nosotros luchamos contra la tormenta, olvidando que hay uno que puede ayudarnos. Confiamos en nuestras propias fuerzas hasta que la esperanza huye de nosotros y estamos listos para perecer (*El Deseado de todas las gentes*, p. 336).

Si tu matrimonio está en crisis y la esperanza parece haberse desvanecido, es hora de reflexionar: ¿En quién confías, en ti mismo o en Dios? Si tu trabajo es inestable y el miedo a perderlo es constante, piensa: ¿dónde está tu confianza, en tus propias capacidades o en Dios? Si enfrentas dificultades con tu hijo y sientes que la esperanza se ha desvanecido, pregúntate: ¿dónde está tu confianza, en tu propio entendimiento o en Dios?

Cuando eliges buscar verdaderamente al Señor y confiar plenamente, él no solo renovará tu esperanza, sino que también traerá paz a tu momento presente. Y eso es exactamente lo que sucedió, cuando se volvieron a Jesús, él resolvió rápidamente la situación (Marcos 4:39).

El versículo 39 resalta la palabra “calma”, que describe un mar en calma, ideal para la navegación. Más que eso, la “bonanza” simboliza la paz, la tranquilidad y la feli-

ciudad. El mismo Dios que trajo la paz a los discípulos en la barca es el mismo que está aquí ahora, diciéndoles: quédense quietos, cálmense, llegarán al otro lado. En mí, encuentras la paz.

La verdadera paz no es la ausencia de tormentas, sino la confianza de que, a pesar de ellas, todo está bajo control. No nuestro control, sino que el control de Jesús. Incluso cuando perdemos la dirección y el barco está a la deriva, Jesús está a cargo. Y es en ese momento que *la paz de Dios, que sobrepasa todo entendimiento, guardará vuestros corazones y vuestros pensamientos en Cristo Jesús* (Filipenses 4:7).

Algunos pueden considerar infantil creer que Dios tiene el control. Puede ser incluso infantil para los que no creen, pero yo creo en el Dios todopoderoso que controla la naturaleza, sana, tiene poder sobre los demonios y sobre la muerte. Ese mismo Dios está aquí ahora.

En el versículo 40, después de que la tormenta ha amainado, Jesús cuestiona el temor y la fe de los discípulos. Estaban constantemente en contacto con el Evangelio vivo, alimentado diariamente por la Palabra de Dios. En este día en particular, habían pasado horas absorbiendo poderosas enseñanzas. Jesús ahora los puso a prueba, esperando que interiorizaran todo lo que habían aprendido.

Hoy, como en el pasado, tenemos el desafío de poner en práctica nuestra fe. Lee-mos la Biblia, sabemos que podemos confiar en Dios, aunque pasemos por el valle de sombra de muerte, no debemos temer, pero ¿qué pasa cuando llega el momento de aplicar este conocimiento en nuestras vidas?

Las luchas a las que se enfrentan son únicas, pero quiero recordarles con convicción dos promesas divinas:

- I. *“Echen sobre él toda su ansiedad porque él tiene cuidado de ustedes”* (1 Pedro 5:7);
- II. *“Te haré entender y te enseñaré el camino en que debes andar. Sobre ti fijaré mis ojos”* (Salmo 32:8).

En estos momentos, Dios envía personas, libros, sermones, cursos y amigos para guiarte y asegurarte que superarás los desafíos de manera segura. Además, al caminar con fe, tu vida se convierte en un testimonio vivo para muchos, inspirando y animando a otros a confiar en Dios al hablar de tu experiencia. Esto es exactamente lo que sucedió, y podemos verlo en el versículo 41.

Cuando enfrentamos problemas y buscamos a Jesús, no podemos mantener esto para nosotros mismos. Comenzamos a compartir con los demás.

Hoy en día puede parecer difícil entender este mensaje, especialmente si estás en medio de una tormenta. Sin embargo, llegará el día en que esta dura situación se convertirá en un medio por el cual Dios usará tu vida para dar testimonio a los otros barcos que la acompañaron, a las otras personas que fueron impactadas por tu vida. Aquí está nuestra tercera lección:

3. La aflicción de hoy se convertirá en un poderoso testimonio de la acción de Dios en mi vida para inspirar a otros.

¿Recuerdas a Manolo? Un día, pasaba por delante de un auditorio que exhibía una pancarta con el mensaje: "Si tu vida pende de un hilo, ven hoy a las 7:30 p.m.". Aun sospechando, sintió que esa frase iba dirigida a él y, como no tenía nada que perder, decidió entrar. Descubrió que se trataba de una serie de conferencias basadas en la Biblia, algo que nunca había estudiado. Después de 45 noches de participación, Manolo se bautizó. Su esposa e hijos no creyeron en el cambio, pensaron que era temporal. Sin embargo, un año después, toda la familia se bautizó.

¿Cuál es la influencia de un esposo y padre lleno del poder de Dios? Manolo, que podría haber sucumbido a la mayor tormenta de su vida, eligió encontrarse con Dios y entregarle su vida.

Su transformación fue profunda, se convirtió en el gerente de la carnicería donde trabajaba y, más tarde, abrió su propio negocio. Hoy en día, tiene un mercado con 20 empleados y, todas las mañanas, realiza un breve culto con su equipo. Manolo vive una vida nueva, llena de fe en Dios, y entiende que, incluso en medio de las tormentas, es posible encontrar la paz. También reconoce que su vida es un poderoso testimonio de la acción de Dios por los demás.

Llamado

Enfrentar las tormentas de la vida solo es posible con la fuerza de Dios. Si estás listo para confiar plenamente en él, te invito a orar conmigo: "Señor, te pido la paz en este momento. Hay situaciones que nos hacen sentir perdidos, y te ruego que calmes mi corazón y me ayudes a verte a través de esta tribulación. Que mi mirada se fije en ti, porque solo tú das descanso en las aflicciones. Muéstrame lo que debo hacer y pensar durante esta tormenta. Encomiendo mi vida en tus manos, en tu nombre. Amén".



SERMÓN 3

LLEGÓ LA HORA DE VIVIR SIN CULPA

Texto: 1 Juan 1:9

Historia bíblica: Pedro y Judas ante la culpa

Propósito: comprender que el sentimiento de culpa, en su justa medida, es necesario para el crecimiento personal y espiritual.

Principio doctrinal: Conducta cristiana

Lecturas complementarias: *Mente, Carácter y Personalidad II*, cap. 48

Hoy abordaremos un sentimiento común y esencial para nuestras vidas, pero que puede llegar a ser peligroso si no se maneja bien: la culpa. Desafortunadamente, muchas personas no saben cómo tratar con la culpa adecuadamente. La mayoría no sabe cómo actuar cuando surge este sentimiento.

Imagina una línea en la que, en un extremo, está la ausencia de culpa y, en el otro extremo, el exceso de esta.

1. Las personas que no sienten culpa suelen ser insensibles a las necesidades y sentimientos de los demás. Cometen errores repetidamente, muchos de los cuales son graves, pero no muestran ningún remordimiento. En un reportaje, leí sobre un hombre que mató a su vecino con seis disparos a quemarropa, regresó a casa, se duchó, cenó y durmió plácidamente. La ausencia total de culpa suele asociarse a trastornos de la personalidad, como la psicopatía y el narcisismo.

Cuando el sentimiento de culpa no está activado, es imposible reparar la propia conducta, o desarrollar habilidades. Pero hay algo aún más profundo: si no hay culpa, no hay error, no hay pecado, por lo tanto, no tiene sentido la muerte de Cristo en la cruz. Por otro lado, la Biblia es clara al afirmar:

Romanos 3:23: *“porque todos pecaron y no alcanzan la gloria de Dios”.*

La ausencia de culpa no me permite reconocer y reparar mis propios errores, pero, principalmente, no me lleva a reconocer y comprender la necesidad de la acción de Dios en mi vida.

2. En el otro extremo, están aquellas personas que se sienten culpables constantemente. A menudo, ni siquiera son responsables de algo que salió mal, sino que tienden a asumir la responsabilidad y, en consecuencia, la culpa, por sí

mismos. Mientras persista el sentimiento de culpa, no pueden seguir con sus vidas a la ligera. En general, son personas que tienen un mayor nivel de autoexigencia, perfeccionismo y autocrítica. La angustia emocional es frecuente. El sentimiento de culpa se convierte en parte de la vida de la persona. Desafortunadamente, la culpa puede llevar a la enfermedad y, en casos extremos, incluso a la muerte. Elena de White declara que: “La culpa malogra las fuerzas vitales—Las penas, la ansiedad, el descontento, el remordimiento, el sentimiento de culpabilidad y la desconfianza menoscaban las fuerzas vitales, y llevan al decaimiento y a la muerte” (*Mente, carácter y personalidad*, p. 467).

Ya sea en ausencia o exceso de culpa, la ayuda especializada es indispensable. Sin embargo, existe un tercer tipo de culpa, situada entre estos extremos: la culpa sana. Este tipo de culpa es una parte natural del ser humano y juega un papel crucial en nuestro crecimiento y maduración, tanto personal como espiritual. La Biblia dice en el Salmo 51:3, 5: “Porque yo reconozco mis rebeliones, y mi pecado está siempre delante de mí. He aquí, en maldad he nacido, y en pecado me concibió mi madre”.

David sabía que era un hombre pecador, lleno de faltas, y reconocía sus propios errores sin tratar de huir de ellos. Al igual que David, todos somos propensos a cometer errores mientras estamos en este mundo. El sentimiento de culpa es fundamental, ya que nos ayuda a identificar nuestros fracasos. Por lo tanto, es fundamental aprender a lidiar con la culpa, asegurándose de que permanezca solo el tiempo que sea necesario para enseñarnos y no más que eso.

La culpa es un sentimiento humano común. Surge cuando nos arrepentimos de las decisiones tomadas o cuando no aceptamos nuestros propios errores y fracasos. La Biblia cuenta la historia de dos discípulos que, en la misma noche, fueron consumidos por la culpa. Uno de ellos, arrepentido, encontró un nuevo propósito y comenzó a experimentar un nuevo Dios. El otro, desafortunadamente, no pudo enfrentar el peso de la culpa y terminó destruyendo su propia vida.

Sentirse culpable es natural y esencial. Sin embargo, el desafío viene cuando se vuelve demasiado intenso y afecta nuestras decisiones.

El sentimiento de culpa puede ser visto como una escuela, donde aprendemos lecciones valiosas para la vida. Así como asistimos a la escuela para adquirir conocimientos, la culpa nos ofrece un contexto propicio para el aprendizaje. ¿Por qué? Porque nos hace replantearnos la situación, analizar nuestros errores y aprender de ellos.

Cuando nos sentimos culpables, podemos tomar cinco pasos para convertir ese sentimiento en crecimiento personal:

1. Al relatar lo sucedido, repasamos los detalles del evento.
2. Para identificar el error, reconocemos lo que hicimos o dejamos de hacer.

3. Para buscar comportamientos más apropiados, planificamos cómo actuar mejor en situaciones futuras.
4. Para reparar el error, podemos pedirle perdón a Dios o a aquellos a quienes hemos ofendido, incluyéndonos a nosotros mismos.
5. Avanza ahora con el nuevo aprendizaje.

Sentirse culpable también es un signo de empatía por los demás. Cuando me pongo en el lugar del otro, me doy cuenta del impacto de mis acciones. Martina, por ejemplo, se sentía culpable por ser verbalmente agresiva con su hija de 9 años. Ella reflexionó:

“¡Guau! Fui demasiado agresiva con las palabras que le dije a mi hija. Fue con la intención de hacer daño. Eso no fue bueno. La próxima vez no quiero actuar más así con ella. Trataré de prestar atención a lo que estoy diciendo y buscar palabras más amorosas. Necesito disculparme por el tono de voz y por esa frase despectiva. Ella no merece ser tratada de esta manera por su propia madre”.

¿Puedes notar la conexión? Muchos hogares se desmoronan porque terminamos asumiendo el papel de enemigos, convirtiéndonos en los mayores críticos de los fracasos de los que más queremos. A menudo, no prestamos atención a nuestras propias palabras y acciones. Padres y madres, es fundamental tener cuidado a la hora de tratar con los errores de nuestros hijos.

Desde una edad temprana, es esencial enseñar a los niños a enfrentar la culpa de una manera saludable. La Biblia es clara: instruye al niño en su camino. Todo comienza contigo. Tu hijo necesita observar cómo enfrentas tus propios errores y sentimientos de culpa. ¿Tienes tendencia a esquivar la situación? ¿Tienes tendencia a ser el acusador? La acción de Dios es impresionante:

1 Juan 1:9 – *“Si confesamos nuestros pecados, él es fiel y justo para perdonar nuestros pecados y limpiarnos de toda maldad”.*

A veces, nos convertimos en nuestros propios enemigos. En lugar de confesar nuestros pecados a Dios y seguir adelante, nos entregamos a la autoacusación:

- *“¡Mira lo que le dijiste a tu hija, realmente eres un monstruo! ¡¡Qué madre es esta!!”*
- *“¿Cómo tuviste el valor de hacerle esto a tu esposa!! ¡Eres el peor de todos los hombres!”*
- *“Arruinaste la autoestima de tu esposo. Eres una mujer pendenciera...”.*
- *“¡Hiciste esto y aquello!”*

Lo que más quiere el enemigo es acusarte para que empieces a quedarte con culpa. Y cuanto más tiempo permanezcas en la culpa, más sufrirás. Elena de White declara que: “Satanás trata de apartar nuestra mente del poderoso Ayudador

para inducirnos a pensar en la degeneración de nuestra alma" (*Mente, carácter y personalidad*, t. 2, p. 481).

Es hora de que empieces a vivir lo nuevo: deja que Dios actúe en tu vida. En Isaías 1:18, Dios nos invita a una reflexión conjunta. En Miqueas 7:19, Dios usa una metáfora poderosa cuando dice que él arroja nuestros pecados a las profundidades del mar, simbolizando que se vuelven irrecuperables. Esto indica que nuestros errores son perdonados y olvidados, porque nada puede alcanzar tales profundidades. Finalmente, en Apocalipsis 21:5, Dios afirma que él es capaz de hacer nuevas todas las cosas, ofreciéndonos una nueva oportunidad para comenzar de nuevo.

La próxima vez que te sientas culpable, llévale tus preocupaciones a Dios. Dialoga con él y reflexiona sobre los acontecimientos. No permitas que las autoacusaciones abrumen el perdón divino.

Puede ser que alguien esté sintiendo la mayor culpa, como el más grande de los pecadores, pero debes saber que cuanto más pecador, más te falta Dios en tu vida.

Si piensas que eres el más grande de los pecadores, Cristo es el que necesitas: el Salvador más grande. Levante la cabeza y contemple fuera de sí mismo, más allá de su pecado, al Salvador levantado; más allá de la venenosa mordedura de la serpiente, al Cordero de Dios que quita el pecado del mundo (*Mente, carácter, y personalidad* t. 2, p. 98).

Es impresionante observar la acción divina en la vida humana. Después del grave error de Adán y Eva, que trajo profundas consecuencias a toda la humanidad, Dios eligió un camino sorprendente. Los llamó a dialogar (Génesis 3:9 y 13), creando una oportunidad de aprendizaje y reflexión para sus amados hijos.

En lugar de revolcarse en autoacusaciones, entrégale a Dios lo que sucedió. En Marcos 14:72, vemos que cuando Pedro se dio cuenta de su error, lloró amargamente y se arrepintió profundamente. Sin embargo, no dejó que la culpa lo consumiera más de lo necesario. La culpa llegó como una lección, cumplió su papel y Pedro siguió adelante.

Unos días más tarde, en el capítulo 21 de Juan, a partir del versículo 15, Jesús pone a prueba a Pedro preguntándole tres veces si lo ama. Pedro aprendió la lección y esta vez actuó de manera diferente.

De la misma manera, es hora de que vivas lo nuevo. Cuenta la historia, identifica el error, aprende cómo actuar la próxima vez, pide perdón y sigue adelante. No permitas que la culpa se instale en ti. Al igual que Pedro, tú puedes vencer y crecer a partir de tus experiencias.

Helena, una mujer introspectiva, fue invitada por un vecino a participar en una reunión en la iglesia cuyo tema era la acción de Dios cuando nos sentimos culpables. Fue una noche común, pero extraordinaria, ya que marcó el comienzo de

una nueva etapa en su vida. Casada con Sérgio hacía 13 años, Helena enfrentaba dificultades para expresar sus sentimientos, especialmente frente a su suegro, un hombre con una personalidad difícil y prejuiciosa.

Sérgio había perdido a su madre cuando era adolescente y, desde entonces, su relación con su padre se había deteriorado. Mientras los hermanos habían ido saliendo, él permaneció en casa. Después de una cirugía menor, el suegro fue a recuperarse del postoperatorio a la casa de Helena y Sergio, pero su presencia tóxica comenzó a afectar el bienestar de Helena. Sergio, a su vez, no tomó partido, lo que exacerbó la tensión en el matrimonio.

Con el paso del tiempo, Helena se enfermó debido al estrés constante. Una estancia que, en un principio, se prolongó durante días, sin ningún motivo. Después de un año y medio, sin que esa situación mejorara, llegó al límite y se enfrentó a Sérgio, exigiéndole que eligiera entre ella o su padre. Sérgio finalmente tomó una posición y le pidió a su padre que regresara a su propia casa. Su suegro, resentido, culpó a Helena por la decisión, pero este acto de valentía fortaleció el matrimonio y le trajo alivio a Helena.

Cinco meses después de que su suegro abandonara su casa, sufrió un infarto masivo y murió al instante. Helena, abrumada por la culpa, lamentó profundamente no haber tenido más conversaciones con él. Durante siete meses, se sintió devastada, como si fuera la peor persona del mundo. Y esto es lo que el enemigo quiere, acusar: *“¿Ves? Lo que has hecho es imperdonable”*.

Ese día, Helena se dio cuenta de que la culpa que cargaba no era saludable y que se estaba castigando a sí misma por algo que ya no formaba parte de su vida. Con la Palabra de Dios iluminando su corazón, estaba claro que el enemigo ya no podía acusarla. El versículo leído en el mensaje de esa noche fue Romanos 8:1: *“Ahora pues, ninguna condenación hay para los que están en Cristo Jesús”*.

Llamado

El sentimiento de culpa acercó a Helena a Jesús. Comenzó a vivir lo nuevo de Dios gracias a la invitación de un vecino. Hoy, esta transformación también te puede suceder a ti. Los planes de Dios para tu vida son extraordinarios. No dejes que tus sentimientos anulen lo que Dios tiene que decir. Es hora de experimentar lo nuevo que Dios tiene reservado para ti.

Tu destino nunca ha sido la destrucción, es la salvación. Cuando aceptas a Jesús como tu Salvador, ya no eres culpable, terminó. Llegó la hora de vivir lo nuevo de Dios para tu vida. ¿Aceptas?



SERMÓN 4

LLEGÓ LA HORA DE VIVIR SIN ANSIEDAD

Texto: Lucas 10:38-42

Historia bíblica: las elecciones de Marta y María.

Propósito: ser consciente de tus propias decisiones y priorizar lo que realmente importa

Principio doctrinal: Conducta cristiana

Lecturas complementarias: *El Deseado de todas las gentes*, cap. 58

¿Alguna vez has reflexionado sobre la cantidad de actividades que realizas en 24 horas? ¿Sientes que el tiempo es suficiente o necesitarías más? Si crees que 24 horas no son suficientes, este mensaje es para ti.

Muchas personas viven con numerosos compromisos, lo cual no es un problema, siempre y cuando sepan priorizar lo que realmente importa. Podemos aprender una valiosa lección de Marta y María, dos hermanas a las que Jesús estaba muy unido, como se informa en Lucas 10:38-42.

Lucas 10:38 – *“Prosiguiendo ellos su camino, él entró en una aldea; y una mujer llamada Marta lo recibió en su casa”.*

Marta fue una gran líder. La hermana mayor que administraba y tomaba todas las decisiones en su casa. Al igual que muchos de ustedes administran sus trabajos y hogares hoy en día, Marta tenía grandes responsabilidades e influyó en otras personas a su alrededor.

Ella recibió a Jesús en su casa, no porque necesitara ayuda, sino simplemente por el placer de tenerlo allí. Marta quería ofrecer lo mejor para ese momento especial con Jesús.

Es importante recordar que Jesús estuvo acompañado por sus discípulos, sumando al menos 13 personas. Recibir a tantas personas en casa implica mucha logística. Imagínese preparando comida y alojamiento para 13 hombres hambrientos, especialmente en un momento sin refrigerador, agua corriente o fregadero en la cocina. Si hoy, con todas las instalaciones que tenemos, ya sería un reto, imagínate entonces.

Probablemente, Marta llamó a todos en la casa, incluyendo a María, para ayudar con las actividades. Sin embargo, para María, había algo aun más importante. El versículo 39 dice:

Lucas 10:39 – *“Esta tenía una hermana que se llamaba María, la cual se sentó a los pies del Señor y escuchaba su palabra. Marta, sin embargo, estaba ocupada con mucho trabajo”.*

El texto destaca algo crucial: Marta estaba sobrecargada de mucho trabajo. Quería ser una excelente anfitriona, pero para que eso sucediera de la manera deseada, necesitaba ayuda. A pesar de tener buenas intenciones, Marta se perdió en muchas tareas, quizás muchas de ellas, creadas por ella misma. Pero estas tareas la llevaron a un estilo de vida sobrecargado, hasta el punto de que se olvidó de lo más importante: Jesús estaba en su casa.

Cuántas veces nos pasa lo mismo, queremos ofrecer lo mejor a nuestros seres queridos, por lo que trabajamos duro, pero terminamos privándonos de convivir con ellos.

Un viejo cuento dice que una mujer muy pobre caminaba sin rumbo con su hijo en brazos. Al pasar por una cueva, oyó una voz misteriosa que decía: “Entra y toma lo que quieras, pero no te olvides de lo principal. Cuando te vayas, la puerta se cerrará para siempre. ¡Disfruta, pero no te olvides de lo principal!”

Curiosa, la mujer entró y quedó deslumbrada por el oro y las piedras preciosas. Puso al bebé en el suelo para recoger más tesoros, creyendo que sus problemas estaban resueltos y que su hijo tendría una vida mejor.

Al cabo de un rato, la voz advirtió: “Quedan 3 minutos. Toma lo que puedas, porque la puerta se cerrará”. Después de 3 minutos, la mujer salió corriendo con sus tesoros y la puerta se cerró. Entonces, se dio cuenta de que había dejado atrás al bebé. La riqueza duró poco, pero la desesperación de perder a su hijo la acompañó para siempre.

¿Qué significa para ti la palabra “prioridad”? La prioridad es lo que ponemos en primer lugar en nuestras vidas, algo por lo que estamos dispuestos a hacer cualquier cosa para lograrlo. La mayoría de las personas tienden a priorizar una de estas tres áreas: para algunos, puede ser el trabajo; para otros, la familia; y hay quienes consideran la salud como la máxima prioridad. Y tú, ¿cuál es tu prioridad máxima?

Para Marta, en ese momento, la prioridad era tenerlo todo listo. Sin embargo, es esencial reconocer que nuestras prioridades no siempre son las correctas. Es posible que estemos literalmente persiguiendo el viento, como menciona Eclesiastés 2:11. Así, podemos darnos cuenta del gran error de Marta en sus elecciones en el siguiente versículo:

Lucas 10:40 – *“Y se acercó a él y le preguntó: “Señor, ¿no te importa que mi hermana me haya dejado servir sola? ¡Dile, pues, que me ayude!”.*

Tan solo dos frases revelaban los sentimientos que dominaban a la sobrecargada Marta. Una persona en sufrimiento psíquico comienza a ver la realidad de una

manera distorsionada, comienza a creer en sus propias conclusiones erróneas y distorsionadas. Dos grandes errores se revelan en el discurso de Marta.

Primer concepto equivocado: Marta pensó que a Jesús no le importaba.

Ella interrumpió a Jesús y cuestionó su amor, algo que muchos de nosotros hacemos ante la adversidad, preguntando: “Señor, ¿no te importa? Me enfrento a un problema grave, sufro tanto, ¿y no te importa?” Cuando las cosas no salen como queremos, cuestionamos el amor de Dios. Sin embargo, la Biblia nos recuerda:

Juan 15:13 – *“Nadie tiene mayor amor que este: que uno ponga su vida por sus amigos”.*

El amor de Dios es perfecto y completo; él nos ama tanto que hace todo lo posible para que estemos con él eternamente. Como padre amoroso, él sabe lo que es mejor para nosotros, incluso si eso significa decir que no.

Segundo concepto equivocado: Marta quería que Jesús le concediera sus deseos.

¿Tenemos una relación genuina con Dios o lo tratamos como el genio de la lámpara?

Filipenses 4:19 nos dice: *“Mi Dios, pues, suplirá toda necesidad de ustedes conforme a sus riquezas en gloria en Cristo Jesús”.*

Dios provee para nuestras necesidades, no para nuestros deseos y caprichos. Él nos da lo que necesitamos, no necesariamente lo que queremos. Por otro lado, ¿cuántas bendiciones has recibido sin siquiera preguntar? Esto se debe a que Dios, en su amor, sabe lo que es esencial para nuestro crecimiento y para que seamos sus poderosos instrumentos en la tierra.

Los pensamientos distorsionados de Marta indicaban su sufrimiento. En el versículo 41, vemos a Jesús revelando lo que realmente estaba detrás de las creencias equivocadas de Marta.

Lucas 10:41 – *“Respondió el Señor: ‘¡Marta! ¡Marta! Te afanas y te preocupas por muchas cosas’”.*

Jesús está describiendo signos característicos del siglo XXI: ansiedad y fatiga. Siempre estamos preocupados por algo. Estamos presentes físicamente, pero distantes en el pensamiento. Podemos adelantarnos días, meses o incluso años. El problema es que adoptar este patrón de pensamiento puede hacerme vulnerable a las enfermedades mentales.

Según el informe más reciente sobre salud mental en el mundo, 970 millones de personas en todo el mundo tienen angustia psicológica y el 31% de ellas sufren trastornos de ansiedad.¹

Específicamente, los trastornos de ansiedad afectarán: los (1) **pensamientos** que se vuelven erróneos y tergiversados. Estos generan sobrecarga en (2) **emociones que se vuelven más intensas e inestables**, el (3) **cuerpo** también se ve afectado.

1. <https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/356119/9789240049338-eng.pdf?sequence=1>

Las quejas más comunes son: latidos cardíacos rápidos, dificultad para respirar, sensación de desmayo, temblor en las manos, piernas, sudoración, entre otras, y (4) **comportamientos** como olvidos, irritabilidad, inquietud, nerviosismo, quejas de dolor frecuente sin razón aparente, se vuelven frecuentes.

Si te identificas con estos signos, no dudes en buscar ayuda profesional. Nuestro cuerpo es el templo del Espíritu Santo. Necesitamos cuidarlo bien para que el Espíritu Santo pueda obrar poderosamente en nosotros.

Jesús le llamó la atención a Marta. Estaba ansiosa y abrumada. Quién sabe, tal vez Dios esté usando este momento para llamar nuestra atención y hacernos reflexionar sobre cómo hemos vivido. Jesús no solo le indica lo que tiene, sino que le dice claramente lo que tiene que hacer:

Lucas 10:42 – *“Sin embargo, una sola cosa es necesaria”.*

Pasan los años, pasan los siglos, pero la Palabra de Dios sigue siendo la misma. Es como si esta historia hubiera sido escrita para el momento en el que estamos viviendo. El mensaje de Dios para nosotros es claro y oportuno: estás ansioso y agobiado por muchas cosas, pero solo una es necesaria. ¡Solo una! Es un día a la vez. No necesitas acelerar, sobrecargarte.

Eclesiastés 3:1 – *“Todo tiene su tiempo, y todo lo que se quiere debajo del cielo tiene su hora”.*

No tienes que abrazar el mundo, hacer muchas cosas. Solo uno a la vez. Tu cuerpo te lo agradecerá, tu mente también. A veces nos encontramos con personas que, inconscientemente, viven como superhombres, supermujeres, intentan abrazar el mundo. Presta atención, solo se necesita uno. Una cosa a la vez. Pero la segunda parte del versículo 41 trae algo aún más importante:

Lucas 10:42 – *“Pues María ha escogido la buena parte, la cual no le será quitada”.*

María probablemente estaba inmersa en el frenético mundo de Marta, pero a medida que buscaba a Jesús, su historia cambió. Ella se deleitaba en el mensaje de Dios. Cuando nuestro pensamiento está enfocado en el presente, estamos protegidos de la ansiedad. Sin embargo, a menudo no consideramos todas nuestras preocupaciones. Por lo tanto, la Biblia es clara al declarar:

Mateo 11:28 – *“Vengan a mí, todos los que están fatigados y cargados, y yo los haré descansar”.*

Es solo a través de una relación diaria con Dios que llegamos a compartir todos nuestros problemas con él. Y cuando le pedimos a Dios que dirija nuestras vidas, él pone personas, libros, sermones, conferencias y lo que sea necesario para que busquemos ser mejores y más saludables física, mental, emocional y espiritualmente.

Puede parecer una locura dedicar un sábado entero a escuchar la voz de Dios mientras el mundo sigue frenético. Sin embargo, es esencial reflexionar sobre si no es más imprudente comenzar cada dos días de la semana sin esta conexión divina.

El versículo 42 de Lucas 10 señala que Marta no estaba equivocada en sus acciones, sino que estaba cargada con muchas tareas. En contraste, María tomó la mejor decisión al priorizar estar a los pies de Jesús. Elena de White afirma que “Hay un amplio campo para las Martas con su celo por la obra religiosa activa. Pero deben sentarse primero con María a los pies de Jesús. Sean la diligencia, la presteza y la energía santificadas por la gracia de Cristo; y entonces la vida será un irresistible poder para el bien.” (*El Deseado de todas las gentes*, p. 483).

Si bien somos proactivos como Marta, necesitamos vivir como María. Todos los días necesitamos la presencia de nuestro buen Padre Celestial. Solo en él encontraremos alivio para nuestra alma en medio de los desafíos y demandas de la vida. Si en este momento, has estado enfrentando alguna lucha que te ha quitado el sueño, permíteme leer un último versículo:

Éxodo 14:14 – *“El Señor combatirá por ustedes, y ustedes se quedarán en silencio”.*

Llamado

No sé qué es lo que invade tu mente, lo que puede hacer que te agites, te canses, pero sé que lo que está fuera de tu control, Dios luchará por ti. Cálmate.

Si quieres vivir lo nuevo de Dios, dile: “Señor, he estado agitado, mi mente ha estado ocupada con muchas cosas, pero solo una es necesaria. Y en ese momento, se apodera de mi vida y calma mi corazón. Quiero vivir lo nuevo que el Señor tiene para mí”.



SERMÓN 5

LLEGÓ LA HORA DE VIVIR SIN EL PESO DEL PASADO

Texto: Libro de Rut

Historia bíblica: Rut y Noemí

Propósito: para vivir lo nuevo de Dios, hay que dejar el pasado

Principio doctrinal: Conducta cristiana

¿Alguna vez has experimentado una situación tan notable que divides tu vida en un “antes” y un “después”? Descubrir una enfermedad grave, perder a una persona muy importante y enfrentarse a una pandemia son acontecimientos que pueden cambiarlo todo. Estas experiencias dejan huellas, sobre todo cuando implican mucho sufrimiento, que son difíciles de superar. Pueden causar profundos estragos y seguir molestándonos, aunque sean recuerdos del pasado.

Muchas personas se ven tan afectadas por estos recuerdos que llegan a describir sus vidas en términos de “antes” y “después” de estos eventos. Frases como **“Estoy así porque mi mamá me hizo esto”** o **“Después del accidente, mi vida cambió”** son comunes. Estos hitos pueden perseguirnos, obstaculizarnos e incluso paralizarnos.

Es crucial liberarse de estas ataduras del pasado. Solo así podremos seguir más ligeros y más abiertos a los planes que Dios tiene para nosotros. Enfrentar y superar estas marcas es un paso esencial hacia una vida más equilibrada y feliz.

Nuestro cerebro es una máquina extraordinaria. Hay un estudio² que indica que puede almacenar unos 2,5 petabytes de datos, lo que equivale a más de un millón de gigabytes. Para que te hagas una idea, ¡esto equivale a grabar la televisión ininterrumpidamente durante más de 300 años!

En otras palabras, viviremos toda una vida sin usar toda la capacidad de nuestro impulso cerebral. Ningún ordenador se acerca a la capacidad media del cerebro humano. Tiene una capacidad increíble para razonar, predecir comportamientos, imaginar y programar escenarios futuros.

Funciona así: almacenamos nuestras experiencias, ya sean grandes o pequeñas, y aprovechamos nuestro inmenso potencial para planificar y llevar a cabo cada uno de nuestros proyectos. Es esta capacidad la que nos permite soñar y alcanzar nuestras metas, haciendo de la vida una aventura constante de descubrimientos y logros.

2. <https://www.scientificamerican.com/article/what-is-the-memory-capacity/>

Hoy en día, gracias a los avances en tecnologías de vanguardia como las pruebas de imagen cerebral y los estudios de neurociencia, es posible medir el promedio de pensamientos diarios de una persona, que ronda los 6.2 mil por día.³

Nuestra mente registra todo, pero no tiene un botón de “eliminar”. Si bien podemos olvidar información que no consideramos importante, en realidad no se borra de nuestro cerebro.

¿Conoces ese nombre que no puedes recordar o esa información que está en la punta de la lengua pero no sale? Estos recuerdos están almacenados en algún lugar de tu mente. Podemos olvidar temporalmente, pero nunca borrar.

Hay escenas tan impactantes que nuestro cerebro, en un intento de protegernos de un mayor sufrimiento, encapsula estos recuerdos en nuestro inconsciente. Las personas con recuerdos encapsulados tienden a tener frases como: me siento triste, pero no puedo saber por qué, no sé por qué siempre actúo de esta manera. Me gustaría actuar de otra manera, pero no sé cómo hacerlo. Se necesita la ayuda de un especialista para aliviar todo este sufrimiento.

Pero también están esos acontecimientos dolorosos que permanecen conscientemente en nuestra mente, dañándonos y paralizándonos. Es común escuchar a la gente decir: “Me gustaría borrar lo que pasó. No quería tener ese recuerdo”.

Lamento informarte que la única forma de olvidar es a través de la amnesia, la pérdida neuronal o incluso alguna enfermedad degenerativa. Sin embargo, estoy segura de que preferirías conservar esos recuerdos.

Imagina la importancia de nuestro cerebro en el registro de recuerdos para evitar que repitamos experiencias dolorosas. Piensa en un ejemplo sencillo, pero que se pueda aplicar a situaciones más complejas. ¿Quién no se ha sorprendido alguna vez al poner un tornillo en un tomacorriente? Es una experiencia que no querrás repetir. La memoria nos advierte: ¡duele, duele!

Algunos recuerdos son cruciales y no se pueden olvidar precisamente porque nos protegen de futuros errores. Sin embargo, el problema surge cuando estos recuerdos se generalizan. Por ejemplo, después de una decepción amorosa, es posible que decidas no volver a tener una relación romántica. ¿Ves lo exagerada y extrema que es esta reacción? Es fundamental reflexionar sobre los comportamientos radicales. Buscar ayuda profesional puede ser un gran aliado en este proceso.

En los próximos minutos, pasaremos a este segundo grupo de pensamientos: los recuerdos que insisten en permanecer y seguir dividiendo nuestra vida en un “antes” y un “después”. Es fundamental encontrar un equilibrio para que estos recuerdos nos protejan sin limitarnos.

Felipe, un niño de 7 años, tenía su papá que era policía y guardaba el arma en la parte superior del armario. Un día, el hermano mayor, de 9 años, usó una escalera

3. <https://www.nature.com/articles/s41467-020-17255-9>

para conseguir el arma. Felipe también quería ver y, trágicamente, su propio hermano le disparó accidentalmente.

El incidente fue grave, pero Felipe sobrevivió, aunque con secuelas en el lado derecho de su cuerpo. Este episodio marcó profundamente su vida, creando un antes y un después. Su hermano de 9 años, por otro lado, llevó esta historia con él durante toda su vida.

¿Alguna vez has experimentado una situación tan notable que divides tu vida en un “antes” y un “después”? La Biblia cuenta la historia de una mujer que, después de pérdidas irreparables, incluso cambió su nombre. Está registrado en el libro de Rut. En el capítulo 1:1-5 nos damos cuenta de que Noemí perdió a su esposo, pero algún tiempo después, cuando perdió a sus hijos, este dolor se renovó, dejándola completamente desamparada. En el versículo 6, vemos que Noemí decide regresar a su tierra.

Entonces tiene lugar el apasionante diálogo entre Noemí y sus nueras. Orfa se despide, pero Rut decide quedarse. En este momento, en los versículos 16 y 17, se nos presenta una de las declaraciones de amor más hermosas de toda la Biblia.

¿Crees que la historia de Noemí trata sobre la pérdida? La relación entre la nuera y la suegra a menudo se considera una de las más desafiantes, pero Noemí y Rut desafiaron esta percepción. De hecho, la historia de Rut y Noemí es aún más fuerte que las pérdidas de Noemí.

Noemí, cuyo nombre significa “graciosa, dulce, amorosa”, se ganó un lugar especial en el corazón de Rut. Tanto es así que Rut no quería separarse de su suegra en absoluto.

Esta historia nos muestra que, incluso en medio de las dificultades, pueden surgir vínculos profundos y afectivos que transforman vidas y superan las expectativas.

Continuando con la lectura, los versículos 19 al 21 destacan el antes y el después en la vida de Noemí. Las mujeres de Belén miraban a la Noemí que conocían, no a la Noemí marcada por la situación. Pero Noemí se veía a sí misma como una persona marcada por sus pérdidas. Rut también observó a Noemí, pero percibió algo aún más profundo y significativo que lo que otros veían.

Al igual que Rut, Dios también ve más allá de las apariencias y reconoce su verdadero valor. ¿Y tú? ¿Te limitas a etiquetas como “la que sufre”, “la de mal genio”, “la divorciada”, “la madre soltera” o “la perdedora”? Reflexiona sobre lo que has estado diciendo sobre ti mismo. ¿Tiene que ver con experiencias pasadas?

Fuiste creado a imagen y semejanza de Dios, poseyendo una capacidad extraordinaria para lograr incluso lo que parece imposible. Como dice en Jeremías 1:5: “Antes de formarlo en el vientre materno, lo escogí”. Tu vida no está definida por la adversidad, sino por el propósito divino que Dios tiene para ti. En Isaías 43:4, él declara: “Puesto que ante mis ojos tú eres de gran estima”.

Noemí tenía una visión distorsionada de sí misma, marcada por el dolor y el sufrimiento que enfrentaba. Donde ella veía amargura, Dios veía dulzura. Donde ella veía un final, Dios vio una oportunidad para un nuevo comienzo.

Es hora de cambiar la forma en la que te ves a ti mismo y comenzar a verte a través de los ojos de Dios. Algunas personas tienen una visión distorsionada de Dios porque nuestro concepto de Dios el Padre a menudo está moldeado por las experiencias que tuvimos con nuestros propios padres durante la infancia.

Alguien me dijo una vez: "Me cuesta mucho ver a Dios como amoroso porque mi padre siempre fue muy estricto conmigo".

Nuestros padres son humanos y tienen sus imperfecciones, como todos nosotros. Sin embargo, incluso con tus fracasos, Dios nunca te fallará (Isaías 49:15). Es hora de que sigas las expectativas de Dios para tu vida. Vean su historia a través de los ojos del Señor. Rut siempre veía a Noemí, no a Mara. Dios siempre vio a Noemí, no a Mara.

¿Cómo hacer este cambio?

Primer paso: abre tu corazón a Dios y pídele que te guíe (Salmo 139:23-24).

Dios enviará mensajes como este, pondrá a personas como Rut en tu camino y te proporcionará todo lo que necesitas para transformar tu historia.

Segundo paso: elige seguir adelante (Filipenses 3:13,14).

No conozco tus experiencias, ni las influencias que prefieres seguir, pero sí sé que hoy tienes la oportunidad de elegir un nuevo camino junto al Señor.

La vida es demasiado breve para quedarse atrapada en las historias del pasado. Mantener vivos estos recuerdos nos impide seguir el plan de Dios para nuestras vidas con libertad.

Mientras nos alimentemos del pasado, nuestro viaje se estancará, avanzando a un ritmo lento cuando podríamos estar corriendo hacia nuestra meta.

Tercer paso: busca ayuda si es necesario.

Si lo que experimentaste en el pasado fue muy doloroso, es esencial buscar la curación de estos traumas. Así como Dios puso a Rut para ayudar a Noemí, hoy en día hay expertos listos para ayudarte a superar estas dificultades y seguir adelante. Es esencial entender que el pasado ha quedado atrás y no volverá.

Si bien es posible que hayas sido una víctima, eso no define quién eres ahora. Si sigues atrapado en estas historias, corres el riesgo de caer en un ciclo de victimización. Permanecer en este estado obstaculizará tu progreso y te impedirá avanzar en tu vida.

Dios es claro al decir: "Olvidando las cosas que están detrás". No se trata de olvidar el evento, es simplemente no dejar que haga más daño. Se trata de superarse y seguir adelante.

Y eso es exactamente lo que sucedió en la vida de Noemí. En Rut 4:14-17 vemos el papel crucial de Noemí en la inserción de Rut en la genealogía de Jesús. Su historia ha dejado una profunda huella en generaciones, de la misma manera que la tuya puede inspirar y transformar la vida de muchos.

Arthur se mudó a São Paulo a los 17 años y comenzó a trabajar en un restaurante, donde conoció a Amanda. Se enamoraron y, con el tiempo, Arthur se convirtió en el gerente del restaurante. Amanda, una cocinera talentosa, y Arthur decidieron abrir su propio restaurante, que prosperó rápidamente. Con éxito, abrieron un segundo restaurante y Amanda pudo reducir su carga de trabajo. Decidieron tener hijos y fueron bendecidos con gemelos. Sin embargo, la felicidad se vio interrumpida cuando los abuelos maternos y los nietos murieron trágicamente en un accidente automovilístico durante un viaje a la costa.

La pérdida devastó a Amanda, quien se enfermó y falleció ocho meses después. Arthur, conmocionado, comenzó a beber y a consumir drogas. En un momento de desesperación, usó hojas de una Biblia para hacer cigarrillos de marihuana y terminó leyendo unos versículos que comenzaron a calar en su mente. Más tarde, mientras escuchaba un sermón que mencionaba los mismos versículos, sintió un profundo toque divino: "olvidar las cosas que quedaron atrás". Esto despertó en él la sed de seguir adelante y permitió que Dios llenara el vacío en su vida.

Arthur se entregó a Jesús y transformó su vida. Hoy en día, trabaja con consumidores de drogas, ayudándolos a cambiar sus historias, tal como cambió la suya. Arthur ha encontrado una nueva vida en Cristo y espera ansiosamente el regreso de Jesús, para reunirse con su esposa e hijos.

Llamado

Cuál será la base para manejar tu vida: ¿las historias del pasado? ¿Qué dice Dios a través de su Palabra? Nada, nada es mejor que seguir adelante de verdad y ser guiado por Cristo. Ahora es el momento de que dejes el pasado en su lugar y elijas vivir lo nuevo de Dios para tu vida. **Texto:** Colosenses 3:13



SERMÓN 6

LLEGÓ LA HORA DE VIVIR LO NUEVO EN LAS RELACIONES

Historia bíblica: Jesús y la práctica del perdón

Propósito: la práctica del perdón en la vida cotidiana

Principio doctrinal: Conducta cristiana

Lecturas complementarias: *Palabras de vida del gran Maestro, cap. 19*

¿Cuántas veces sufrimos por no saber cómo tratar con los conflictos de relaciones? Los desacuerdos son inevitables, pero no tienen por qué generar sufrimiento o incluso el final de una relación. El tema de hoy desafía nuestra voluntad y nuestro sentido común. Hablemos del mejor antídoto no solo para los conflictos relacionales, sino principalmente para tu salud física y emocional.

Japón, situado en una zona de alta actividad sísmica, es famoso por la solidez de sus edificios, diseñados para resistir terremotos. Del mismo modo, nuestras relaciones deben estar preparadas para enfrentar conflictos y desacuerdos inevitables. ¿Estás preparado para los “terremotos” de la vida? Para disfrutar de relaciones resilientes, Colosenses 3:13 ofrece tres pilares fundamentales que ayudarán no solo a fortalecer y mantener tus fuertes conexiones, sino que también al bienestar emocional, incluso cuando enfrentamos la adversidad.

Colosenses 3:13 – *“soportándose los unos a los otros y perdonándose los unos a los otros, cuando alguien tenga queja del otro. De la manera que el Señor los perdonó, así también háganlo ustedes”.*

1. SOPORTARSE LOS UNOS A LOS OTROS

Soportar significa actuar, tolerar. Vivimos en tiempos en los que la intolerancia a las diferencias se ha convertido en un desafío creciente. En las redes sociales es común ver ataques a quienes piensan diferente. El egoísmo, el individualismo y la autosuficiencia prevalecen, debilitando nuestras relaciones. Olvidamos que somos seres sociales y que la convivencia requiere tolerancia.

Tolerar no es sinónimo de aceptar la falta de respeto, sino de aceptar las diferencias, ejercer la empatía, la compasión y la comprensión. Es un esfuerzo continuo para mantener la unidad y preservar las relaciones que son preciosas. Cuántas relaciones se están destruyendo porque no hay tolerancia. Pero el versículo continúa:

2. PERDÓNENSE LOS UNOS A LOS OTROS

Además de la tolerancia, el perdón es fundamental. Jesús enseñó que debemos perdonar “setenta veces siete” (Mateo 18:21, 22), lo que indica que el perdón debe ser una práctica diaria.

Perdonar no solo fortalece las relaciones, sino que también mejora nuestra salud mental, física y emocional. En los últimos años, la psicología ha estudiado los beneficios del perdón, comprobando que aporta una serie de ventajas a nuestra calidad de vida. Abrazar el perdón y la tolerancia puede transformar profundamente nuestras interacciones sociales y nuestra propia felicidad.

Beneficios⁴ del perdón para nuestra salud

1. Las personas que practican el perdón tienen menos problemas de presión arterial. Hay estudios que correlacionan la falta de perdón con los infartos;⁵
2. Mejora del sistema inmunológico. Un estudio en pacientes con VIH que practican el perdón mostró un aumento del sistema inmunológico (aumento de las defensas del cuerpo);⁶
3. Mejora la calidad del sueño, reduciendo así la fatiga;⁷
4. Disminuye el nivel de estrés, y la ira;⁸
5. Hay estudios que relacionan la práctica del perdón como fundamental para la remisión de los síntomas depresivos y ansiosos;⁹
6. Mejora la salud física, emocional y las relaciones sociales.¹⁰

Hace algún tiempo, escuché una historia impresionante sobre una señora de 80 años. Hace unos 15 años, comenzó a sufrir un dolor insoportable en las piernas, hasta el punto de que no podía caminar. Después de ser admitida en el hospital y someterse a varias pruebas, los médicos no pudieron encontrar la causa de su sufrimiento.

Un misionero estaba visitando ese hospital y, cuando conoció a la mujer, le preguntó si le guardaba rencor a alguien. Reveló que había roto relaciones con un primo al que quería mucho, debido a un incidente imperdonable. El misionero, recordando el versículo de Proverbios 17:22, que dice: “El corazón alegre mejora la salud, pero un espíritu abatido seca los huesos”, le sugirió que le diera este dolor a Dios y tratara de perdonar a su primo, aunque pareciera imposible.

4. https://www.uclastresslab.org/pubs/Toussaint_JHP_2014.pdf

5. AVEZUM, S. C. P. Evaluación de la disposición a perdonar en pacientes con infarto agudo de miocardio. 2018. Disertación (Maestría en Ciencias de la Salud) — Universidad Santo Amaro, São Paulo, 2018.

6. <https://repositorio.umaia.pt/handle/10400.24/1213>

7. https://www.researchgate.net/publication/258189537_Dimensions_of_forgiveness_The_views_of_laypersons

8. https://www.researchgate.net/publication/258189537_Dimensions_of_forgiveness_The_views_of_laypersons

9. https://repositorio.ispa.pt/bitstream/10400.12/9133/1/14CNPS_25.pdf

10. <https://osf.io/preprints/osf/8qzgw>

La señora hizo una oración sincera y, poco después, fue dada de alta. Tres días después de regresar a casa, sonó el timbre. Para su sorpresa, se levantó y caminó en silencio hacia la puerta. Sin embargo, algo más grande estaba por llegar. Al otro lado de la puerta estaba su primo, que había viajado hasta allí para pedirle perdón. Se abrazaron y se perdonaron, lo que le puso fin a años de angustia y sufrimiento.

El perdón es un acto de autocuidado, no para el otro, sino para uno mismo. Es como quitar el pus de una herida para que pueda sanar. Si no aprendemos a perdonar, nos volveremos susceptibles a las enfermedades, ya sean físicas o emocionales, ya que nuestra mente se llenará de basura emocional en lugar de ser libre para crear y planificar. Cuanto más intenso es el dolor y la humillación, mayor es la necesidad de practicar el perdón.

Pero, después de todo, ¿qué es el perdón?

Es estar en paz con algo que sucedió, incluso si prefiriésemos que no hubiera sucedido. Es convertir un pensamiento negativo en algo neutral, por ejemplo, podemos pensar así: “ya no me afecta”. Antes, cuando recordabas lo que pasó, sentías dolor, pero cuando perdonas, este dolor se convierte en nada. Perdonar no es olvidar, sino recordar sin sufrir, logrando la paz con ese recuerdo. Es como una cicatriz; recuerdas lo que pasó, pero ya no sientes el dolor.

¿Cómo poner en práctica este comportamiento?

Necesitamos entender que el perdón es un proceso gradual y no ocurre de la noche a la mañana. Lleva tiempo porque, de hecho, es el resultado de un sentimiento de dolor resuelto.

El dolor surge debido a un evento negativo: una falta de respeto, una actitud dura, una palabra hiriente. Indica que hubo un comportamiento inapropiado. Es importante tomar conciencia de que el dolor surgió debido a un comportamiento, no a la persona en sí.

Normalmente, asociamos los acontecimientos con los sentimientos generados y la persona involucrada. Sin embargo, debemos centrarnos en el comportamiento. Decir: “Esto que hiciste me lastimó”, en lugar de decir “tú me lastimaste”. Déjale claro a la otra persona la acción que generó este sentimiento. Concéntrate en el comportamiento, no en la persona. Esto nos permite vivir en armonía, ya que el perdón se convierte en una consecuencia natural de esta comprensión. Al separar el comportamiento de la persona, facilitamos el proceso de perdón y evitamos asociar el dolor con el individuo.

Es importante recordar que, en casos de violencia, existen leyes en la sociedad que protegen a las personas de abusadores y agresores. Perdonar no significa que debas vivir con el abusador.

Si bien algunos estudios del comportamiento humano nos ayudan a entender cómo enfrentar el perdón, sabemos que practicar el perdón va en contra de nues-

tra naturaleza humana. Solo cuando tengamos la presencia de Dios en nuestras vidas seremos capaces de perdonar de verdad. El perdón como hábito es algo tan profundo en la Biblia que incluso está condicionado al acto de Dios hacia nosotros. Y esta es la tercera joya que encontramos en Colosenses 3:13.

3. DE LA MANERA QUE EL SEÑOR LOS PERDONÓ

Este versículo enfatiza una condición crucial: Dios nos perdona cuando nosotros perdonamos a los demás. Él establece que su perdón depende de nuestra capacidad de perdonar a nuestros hermanos creyentes.

Otros pasajes bíblicos refuerzan este mensaje. En **Mateo 6:12, 14-15**. Esto demuestra que el perdón de Dios está condicionado a nuestro acto de perdonar. Nos guía a perdonar por nuestro propio bien, y la ciencia confirma los beneficios del perdón para nuestras relaciones, salud física, emocional y espiritual.

Perdonar puede ir en contra de nuestra naturaleza, pero entender quién es Dios en nuestras vidas y permitirle que obre en nosotros es clave para practicar el perdón. Los estudios ayudan a entender, pero es la conexión con Dios lo que realmente nos permite perdonar genuinamente.

Jesús es nuestro mayor ejemplo de perdón. Tenía la costumbre de practicar el perdón, y demostró esta práctica en varias ocasiones, como cuando perdonó a la mujer sorprendida en adulterio, a la mujer samaritana, a Zaqueo e incluso al ladrón en la cruz. A la hora de su último aliento, a pesar de que se burlaban de él, pidió: "Padre, perdónalos, porque no saben lo que hacen" (Lucas 23:34).

Dios ya nos ha hecho explícita la importancia de perdonar. Ese es el antídoto. Sin la práctica del perdón, una circunstancia temporal se convierte en una condición perpetua.

¿Te das cuenta de que tanto el conocimiento bíblico como el científico apoyan nuestra creación del hábito de practicar el perdón? Permítanme hacer una reflexión más:

En química, el prefijo "PER" indica la cantidad máxima de átomos que puede contener una molécula. Por ejemplo, en "perclorato" y "peróxido". Este concepto de alcanzar el máximo también se aplica a nuestras acciones y sentimientos. Podemos hacerlo PERfecto.

Cuando hablamos de amor, comprendemos que significa entrega. El amor más grande jamás visto en la Tierra fue el que Dios hizo por nosotros, DARSE a sí mismo por ti y por mí. Por lo tanto, si quieres vivir el amor, que es entregarte a ti mismo, al máximo, solo tienes que poner el prefijo PER delante: PERDONAR, porque perdonar es amar en su nivel más alto. No hay salud en una relación si no hay perdón. Si quieres empezar a vivir lo nuevo de Dios, es hora de practicar el perdón (Efesios 4:32).

Lo que más necesitan las familias es el perdón y la reconciliación. El enemigo trata de hacerte creer que el perdón es imposible, pero la verdad es que **la familia**

no sobrevive sin el perdón, porque todos somos imperfectos. Romanos 3:23 nos recuerda que todos hemos pecado. El perdón florece a través de un encuentro sincero con Dios y la meditación en su Palabra.

Melissa, una hermosa niña de 10 años, era hija de una familia misionera. Tenía un hermano mayor, de 11 años.

Habían estado solo un año y medio en Palau, Micronesia, cuando, una noche, el 21 de diciembre, un bandido, bajo los efectos de las drogas, entró en la casa de la familia y mató a los padres y al hermano de Melissa con palos. Se llevó a la muchacha. Estuvo con ella por 24 horas. Luego la dejó en algún lugar aislado pensando que estaba muerta.

Ella recuerda que se acercó a la carretera y agitó las manos. Una pareja muy amable se detuvo. Nunca los volvió a ver y cree que fueron ángeles que la llevaron al hospital.

Han pasado más de 20 años. En un evento para misioneros, ahora como una hermosa joven enfermera y misionera, ella cuenta el siguiente relato:

Creo que la sanación y el perdón van de la mano. Cuando perdonas, la curación llega poco después. Aprendí que perdonar no significa necesariamente olvidar. Perdonamos y seguimos recordando lo que sucedió, pero ya no tenemos nada en contra de la persona que nos lastimó. Ciertamente, no es posible perdonar a alguien si no le pides a Dios que ponga el perdón dentro de ti. El perdón no es algo que solo ayuda a la persona perdonada. También es algo que es bueno para los que perdonan. Literalmente, es como si te quitaras un peso de encima.

Llamado

Si crees que la Biblia es la Palabra de Dios, recibe este mensaje hoy con un corazón abierto y permite que Dios traiga sanación a tu corazón, a tu relación. Es hora de que comiencen a vivir en esta Tierra un poco de lo que un día viviremos en el Cielo.



SERMÓN 7

LLEGÓ LA HORA DE VIVIR EL PROPÓSITO DE DIOS PARA MI VIDA

Texto: Efesios 1:5, 6

Historia bíblica: Adán y Eva interactuando con Dios en el Jardín del Edén

Propósito: es hora de vivir el propósito de Dios para mi vida

Principio doctrinal: Conducta cristiana

Lecturas complementarias: *El camino a Cristo, Comentario Bíblico Adventista del Séptimo Día*, vol. 6, pp. 1243 y 1244.

¿Alguna vez te has preguntado cuál es tu propósito en este mundo? ¿Cómo descubres tu propósito y entiendes el plan de Dios para tu vida? El concepto de propósito puede entenderse como la intención o el diseño de lograr algo específico, un proyecto o una meta que deseamos alcanzar. Es lo que buscamos diligentemente, nuestro propósito e intención en la vida.

Si ganaras 50 millones de dólares hoy, ¿qué harías de inmediato? Si tu primera reacción fue cambiar completamente tu vida, es una señal de que puedes estar lejos de vivir tu verdadero propósito.

Tener un propósito claro es esencial para una vida plena y satisfactoria. Pregúntate: ¿sabes cuál es tu propósito? Y lo que es más importante, ¿estás cumpliendo con ese propósito? Encontrar y seguir tu propósito puede transformar tu vida, aportando más sentido y felicidad a tu vida diaria. ¿Qué dice la Biblia acerca del propósito?

Efesios 1:5, 6 – *“En amor nos predestinó por medio de Jesucristo para adopción como hijos suyos, según el beneplácito de su voluntad, para la alabanza de la gloria de su gracia, que nos dio gratuitamente en el Amado”.*

De ahora en adelante, hagamos una reflexión más detallada sobre estos dos versículos. Cuatro señales indican el propósito de Dios para nuestras vidas.

1. Nos predestinó

Debido al inmenso amor de Dios, que dio a su único Hijo por nosotros, hoy todos tenemos la oportunidad de alcanzar la vida eterna. Simplemente elige seguir los caminos del Señor y hacer su voluntad.

Además, tu vida tiene un propósito único. Dios tiene un plan especial para ti; no estás en este mundo y en este tiempo por casualidad.

2. Ser adoptados como hijos

¿Puedes entender la esencia de esta idea? Cuando nos convertimos en padres, la alegría y el amor nos envuelven por completo. Tener hijos nos deja asombrados. Siempre he sabido que soy una hija amada de Dios, pero solo cuando me convertí en madre comprendí la profundidad de este amor divino. Nuestro amor por nuestros hijos es inmenso; Pueden desafiarnos, pero siempre estamos con los brazos abiertos para recibirlos.

1 Juan 3:1 – *“Miren cuán grande amor nos ha dado el Padre para que seamos llamados hijos de Dios”.*

Los niños gozan de privilegios únicos: son cuidados, amados y siempre reciben asistencia. Hasta el peor de los criminales recibe el amor incondicional de su madre, quien, a pesar de sus errores, continúa amándolo profundamente y visitándolo.

Has sido adoptado como un hijo de Dios. Mientras no entiendas que eres un hijo de Dios, es imposible vivir el propósito de Dios para tu vida.

Además de ser llamados hijos, la Biblia también trae un segundo concepto precioso.

Juan 15:15 – *“Ya no los llamo más siervos porque el siervo no sabe lo que hace su señor. Pero los he llamado amigos porque les he dado a conocer todas las cosas que oí de mi Padre”.*

Cuando pensamos en amigos, pensamos en intimidad. Dios no te ve como uno más. Te ve como un amigo. Él conoce tu corazón como nadie más, y sabe exactamente lo que necesitas y lo que no necesitas. Él comprende tus errores y tus flaquezas. Solo él tiene este profundo conocimiento.

¿Alguna vez has imaginado ser amigo del Creador del Universo? El Dios todopoderoso quiere ser tu amigo.

En el Génesis encontramos el relato de la Creación. Dios creó a Adán y Eva y visitaba el Edén diariamente para hablar con sus amigos, porque Dios aprecia la intimidad y nos creó para vivir relaciones verdaderas.

Puedo imaginar el diálogo:

– El Señor preguntó: “Adán, ¿cómo estuvo tu día hoy? Eva, ¿qué hiciste hoy?”

– Adán respondió: —¡Ah, Señor! Hoy nadamos en aguas cristalinas, buceamos, recogimos manzanas y uvas en el huerto, cuyos frutos son deliciosos. Fuimos a andar a caballo, hablamos mucho. Fue un día maravilloso”.

– El Señor preguntó: —¿Y mañana? ¿Cuáles son los planes?”

– Eva respondió: “Bueno, todavía estamos decidiendo, tal vez montemos un elefante o trenzemos la melena del león”.

– Respondió el Señor: “Genial, sigan planeando. Pero sepan que al final del día, estaré aquí con ustedes de nuevo”.

Incluso si no estás seguro de muchas cosas, asegúrate de una cosa: todos los días, Dios está disponible para escuchar tus oraciones y hablarte.

Salmo 55:17 – *“Al anochecer, al amanecer y al mediodía oraré y clamaré; y él oirá mi voz”.*

Proverbios 8:17 – *“Yo amo a los que me aman, y me hallan los que con diligencia me buscan”.*

Salmo 121:4, 7, 8 – *“He aquí, no se adormecerá ni se dormirá el que guarda a Israel. [...] El Señor te guardará de todo mal; él guardará tu vida. El Señor guardará tu salida y tu entrada desde ahora y para siempre”.*

¿Entiendes? Dios te ve como un hijo, como un amigo. Él está contigo todo el tiempo, no importa qué hora del día o de la noche sea.

Una tercera reflexión que podemos tomar de nuestro texto de Efesios es que:

3. Conforme al buen propósito de su voluntad

A medida que te conviertes en un hijo de Dios y desarrollas una verdadera intimidad con él, comienzas a vivir plenamente el propósito de Dios para tu vida. Esto es poner los pies en el camino correcto, siguiendo un viaje guiado por la fe y la conexión espiritual.

4. A la alabanza de su gloriosa gracia, que nos ha dado gratuitamente en el Amado.

Todo lo que hagáis debe ser para la gloria de Dios. Al comprender esto, comenzarás a ver el verdadero propósito de tu vida. Para ello, es imprescindible centrarse en dos aspectos:

I. **Eclesiastes 9:10** – *“Todo lo que te venga a la mano para hacer, hazlo con empeño”.*

No sé cuáles serán los próximos capítulos de mi vida, pero estoy segura de que todo lo que haga lo haré bien.

No se trata de hacer todo, sino de lo que realmente se te presenta. Algunos pueden pensar: “Pero mi demanda es inmensa. Hay muchas tareas y responsabilidades”. ¿En serio? ¿Hay muchas demandas, o tienes dificultades para decir que no, tomar una posición?

Si tienes una relación con Dios y practicas las enseñanzas de la Biblia, encontrarás en ella la mejor guía para tus elecciones. Jeremías 1:5 nos recuerda que Dios ya nos ha elegido incluso antes de que fuéramos formados. Por lo tanto, es importante centrarse en tus intereses personales.

Si te interesan ciertos temas o actividades, invierte tu tiempo en ellos y evita gastar energía en cosas que no tengan nada que ver con tus intereses o principios bíblicos. Por ejemplo, si recibes invitaciones que no se alinean con tus valores, di no a lo que no contribuya a tu propósito.

Concéntrate en lo que te da placer y significado. ¿Te gusta cocinar? Así que, involúcrate en esa actividad. ¿Te apasionan las matemáticas? Explora esta área. ¿Te gusta la música o los bastidores? Invierte en ello. Cuando te dedicas a actividades que te hacen feliz y aún puedes ayudar a otros con ellas, es cuando la vida comienza a tener sentido. Este es el verdadero gozo interior, una sensación de logro que proviene de usar tus habilidades para servir a los demás y glorificar a Dios.

Mientras que el mundo predica que la plenitud proviene de la fama y el dinero, para Dios, la verdadera plenitud está en usar tus talentos para servir a los necesitados.

II. **Efesios 5:1** – “*Sed, pues, imitadores de Dios*”

¿Cuáles son los roles que desempeñas en tu vida hoy? ¿Es usted cónyuge, hijo, profesional, líder del hogar o líder de la iglesia? Imagínate cómo actuaría Jesús en tu lugar. ¿Cómo trataría a las personas en el lugar de trabajo, en el hogar y en la Iglesia? La cercanía a Dios puede transformar tu vida. Pregúntate: ¿Qué haría Jesús si estuviera en mi posición?

La intimidad con Dios cambia tus acciones y tus relaciones, creando un ambiente favorable para que surjan nuevas oportunidades en tu vida.

Permítanme leer un último versículo. Está escrito en:

Jeremías 11:29 – “*Porque yo sé los planes que tengo acerca de ustedes, dice el Señor, planes de bienestar y no de mal, para darles porvenir y esperanza*”.

Seguir el propósito de Dios puede cambiar tus planes, pero ten la seguridad de que sus planes son infinitamente mejores para tu vida.

“¡Ojalá que todos aquellos que no han decidido seguir a Cristo pudieran comprender que él tiene algo muchísimo mejor que ofrecerles que cuanto están buscando por sí mismos! El hombre inflige el mayor perjuicio e injusticia a su propia alma cuando piensa y obra de un modo contrario a la voluntad de Dios. Ningún gozo real puede haber en la senda prohibida por Aquel que conoce lo que es mejor y proyecta el bien de sus criaturas” (*El camino a Cristo*, p. 46).

Juan creció en la iglesia bajo la influencia de su padre, quien era un anciano respetado. Desde pequeño alimentó el sueño de ser piloto de avión, pero la vida lo llevó por caminos diferentes. A los 14 años, se convirtió en director de la obra misionera, y a los 16 años, se unió a la Fuerza Aérea como telegrafista de radio, dominando el código Morse con maestría. Fue trasladado a São Paulo, donde sintió que estaba cada vez más cerca de realizar su sueño. Sin embargo, su fe y las exigencias de una carrera militar entraron en conflicto.

Juan siempre fue querido por todos, pero un suboficial en funciones, que asumió durante las vacaciones del oficial a cargo, comenzó a exigirle que trabajara los sábados. Para Juan, que guardaba el sábado como un día santo, esto era inaceptable. Intentó cambiar la escala, pero no tuvo éxito. El 31 de diciembre, un sábado, no se presentó a trabajar. El lunes siguiente, cuando se presentó en el cuartel, le informaron que había una orden de arresto. Afortunadamente, debido al cariño y respeto que sus compañeros le tenían, solo fue castigado con la obligación de trabajar todos los sábados. Pero, ¿qué pasaría con su fe? El jueves, fue trasladado al cuartel general, donde no se aplicaba el castigo, y se hizo responsable de la lista de militares. Ya no tenía problemas con guardar el sábado.

Sin embargo, esta inestabilidad provocada por el conflicto entre su fe y su profesión hizo que Juan reflexionara seriamente sobre su vida. Sentía que Dios le mostraba otros planes. Se presentó al examen de ingreso a abogacía, pero una voz interna lo animó a seguir la teología, algo que siempre le gustó. El día del examen de ingreso, realizó el examen de derecho por la mañana y el de Teología por la tarde, aprobando en tercer lugar. Sintió una inmensa paz y, en poco tiempo, consiguió una beca completa para sus estudios de teología. Dos años más tarde, mientras colportaba en Belém do Pará, conoció a Ana. Le propuso casamiento y que estudiaran teología juntos. Se casaron y sirvieron en el ministerio pastoral durante 35 años. En el 2014, Juan se jubiló, pero continúa predicando el evangelio, fiel al propósito que Dios reveló para su vida.

Llamado

Solo aquellos que están dispuestos a entregar sus vidas viven sus vidas. Solo digo una cosa: vale la pena pagar el precio. Verás cuál es la acción de Dios en tu vida. Dios te llevará a lugares en los que nunca imaginaste vivir. ¿Estás listo para rendir tu camino al Señor y permitir que él te guíe de ahora en adelante?



SERMÓN 8

ERES UNA BENDICIÓN PARA LOS DEMÁS

Texto: 1 Timoteo 4:14-16

Historia bíblica: Timoteo, Ester y su primo Mardoqueo

Propósito: somos instrumentos de Dios para la salvación de los demás

Principio doctrinal: el remanente y su misión

Lecturas complementarias: *Servicio cristiano*, cap. 1

Vivimos en una época en la que Dios ha levantado a hombres, mujeres, jóvenes y niños para que sean usados por él en esta generación. Él da forma a nuestro interior, transforma nuestras vidas y nos hace discípulos.

La transformación de nuestras vidas es solo un medio para un fin mayor: ser instrumentos de salvación en la vida de los demás. Una cita que me impacta profundamente dice: "Cada verdadero discípulo nace en el reino de Dios como misionero" (*Servicio cristiano*, p. 14).

Durante esta semana, estudiamos cómo Dios moldea nuestro ser interior y transforma nuestras vidas. Sin embargo, es esencial entender que esta transformación no es el objetivo final. Cuando comenzamos a vivir lo nuevo de Dios, nos damos cuenta de que también impactamos las vidas de quienes nos rodean. Si estás aquí hoy y sigues lo que Dios dice, eres un seguidor, una seguidora, un discípulo de Jesús y, desde el principio, naciste en el reino de Dios como misionero.

¿Por qué, muchas veces, parece tan desafiante atender al llamado para ser misionero? exploremos esta pregunta basándonos en la Biblia, en 1 Timoteo 4:14-16:

(14) **No descuides el don que está en ti, que te ha sido dado por medio de profecía**, con la imposición de las manos del concilio de ancianos.

(15) **Dedícate a** estas cosas; ocúpate en ellas para que tu progreso sea manifiesto a todos.

(16) **Ten cuidado de ti mismo y de la doctrina**; persiste en ello, pues haciendo esto te salvarás a ti mismo y a los que te escuchan.

Exploremos cuatro lecciones valiosas que podemos extraer de estos versículos. La primera lección es especialmente significativa:

I. No desprecies el don que tienes

Timoteo era un joven pastor que claramente había recibido un llamado y necesitaba valorar adecuadamente el don que tenía. Sin embargo, este mensaje no solo se aplica a Timoteo; es igualmente relevante para ti y para mí.

Muchas personas crecen creyendo que no tienen valor o que sus acciones son insignificantes, influenciadas por etiquetas negativas dadas por sus propios padres o cuidadores. Comentarios como: *“Haces todo mal”* o *“No sabes nada”* a menudo se convierten en pensamientos autocríticos como *“Soy incapaz”*, *“No puedo”*.

Padres, es crucial prestar atención a lo que les dicen a sus hijos. Las palabras tienen un poder inmenso. Si un niño realmente no puede realizar una actividad, déjelo claro: *“Todavía no puedes hacerlo porque eres pequeño y necesitas ayuda, pero pronto lo harás”*.

Sin embargo, cuando nos convertimos en adultos, podemos mirar hacia atrás y entender que nuestros tutores, quizás por falta de conocimiento, dijeron cosas que no nos definen. Reflexiona sobre si a menudo piensas o dices: *“No puedo”*, *“No soy capaz”*, *“Esto no va a funcionar”*. Estos son pensamientos limitantes que indican una mente enfocada en sí misma, excluyendo a Dios de la ecuación.

La Biblia, en Filipenses 4:13, nos recuerda: *“Todo lo puedo en Cristo que me fortalece”*. A Dios no le importa si no te sientes capaz; él puede hacerlo por ti. Esta verdad puede transformar vidas y ayudar a superar las limitaciones autoimpuestas. Es hora de silenciar esas voces internas negativas y escuchar lo que Dios dice sobre ti: *“Eres mi hijo y creo en ti”*. Imagínate a Dios en las gradas, viéndote jugar el juego de la vida y diciendo: *“Ve, hijo, puedes hacerlo”*. En Dios, tenemos la capacidad de hacer todas las cosas porque él mismo *“no nos ha dado Dios un espíritu de cobardía sino de poder, de amor y de dominio propio”* (2 Timoteo 1:7).

Ester era una joven extraordinariamente hermosa, aclamada como la más bella de Persia. Aunque esto pueda parecer superficial, su belleza fue el medio por el cual Dios trajo la salvación a miles de personas. Sin embargo, esta joven también se enfrentó al miedo y la inseguridad. Al leer su historia, es evidente que dudaba de sí misma y temía no ser capaz. Aun así, decidió escuchar el llamado divino y, con valentía, marcó la diferencia en la vida de muchos.

¿Cuál será tu elección? ¿Te centrarás en ti mismo y dejarás que el miedo te domine? ¿O buscarás la fuerza y la sabiduría de Dios para seguir tu propósito?

Cuando te sientes incapaz, pero aun así respondes al llamado, es en ese momento cuando comienzas a experimentar la presencia de Dios en tu vida. Él no solo te llama, sino que también te proporciona todo lo que necesitas.

Dios exige (pide) que cada uno sea un obrero en su viña (*Servicio cristiano*, p. 13).

No desprecies el don que tienes. Con Dios de nuestro lado, no nos falta nada. Donde nosotros somos insuficientes, Dios es suficiente. ¡Lo que nos falta, él lo completa! Pero sigamos: 1 Timoteo 4:15

II. **Dedícate a estas cosas; ocúpate en ellas para que tu progreso sea manifiesto a todos**

Asume la responsabilidad. Decir “lo intentaré” es un certificado de fracaso y permiso para no comprometerse. Esto va en contra de las enseñanzas bíblicas:

Eclesiastés 9:10 – *“Todo lo que te venga a la mano para hacer, hazlo con empeño”.*

La palabra de Dios es clara: Sí es sí y no es no.

Mateo 5:37 – *“Pero sea su hablar, ‘sí’, ‘sí’, y ‘no’, ‘no’. Porque lo que va más allá de esto, procede del mal”.*

Cuando te comprometes con responsabilidad, creces. Todo lo que cultivamos florece. Todo lo que alimentamos, fortalece. A todo lo que le dedicamos tiempo, lo perfeccionamos. Ocúpate de lo que es importante y ten la seguridad de que prosperarás. Y, es en este momento que, sin darnos cuenta, atraemos la atención de todos los que nos rodean

Al vivir el proceso diligentemente, las personas comienzan a percibir la presencia de Dios en nuestras vidas.

“La luz de un verdadero cristiano, que brilla a través de una firme piedad, y de una fe invariable, demostrará al mundo el poder de un Salvador vivo. En sus seguidores Cristo será revelado como una fuente de agua, que salta para vida eterna” (*Servicio cristiano*, p. 25).

Estos versículos fueron escritos especialmente para nosotros. Si estás aquí hoy, debes saber que Dios está diciendo: no desprecies el don que tienes. Sé diligente y tómate el tiempo para desarrollarlo. Así, serás una luz para los que te rodean.

¿Alguna vez has tenido contacto con alguien que tenía un talento oculto, y cuando te diste cuenta de su potencial, te sorprendiste mucho? Piensa en esos programas de televisión donde las personas tímidas e introspectivas de repente revelan habilidades impresionantes y emocionan a todos. Cuando te pones en las manos de Dios, incluso tú puedes sorprenderte de lo que eres capaz de lograr. Para Dios, todas las cosas son posibles.

III. **Presta mucha atención a tu vida y tu doctrina**

Nuestras vidas personales y nuestros preceptos bíblicos están entrelazados. No hay necesidad de separarlos en compartimentos distintos. No es necesario decir “ahora es mi vida personal” o “ahora es mi vida misionera”. Somos una sola persona, ya sea como maestro, abogado, voluntario o misionero. Nuestras acciones y valores deben reflejar esta unidad en todos los aspectos de nuestra vida.

Gálatas 2:20 nos enseña: “Y ya no vivo yo sino que Cristo vive en mí. Lo que ahora vivo en la carne, lo vivo por la fe en el Hijo de Dios quien me amó y se entregó a sí mismo por mí”. Ante esta reflexión, es importante cuestionar nuestro estilo de vida: ¿estamos siendo coherentes entre lo que decimos y experimentamos durante la semana y los fines de semana?

Necesitamos profundizar en cuestiones esenciales:

1. ¿Cuál es mi estilo de vida? ¿Soy la misma persona durante la semana y los fines de semana?
2. ¿Qué es lo que realmente me apasiona? ¿Eso que hace brillar mis ojos?
3. ¿Cómo puedo usar esta pasión para servir a Dios?

Cuando comenzamos a usar nuestras pasiones y talentos para Dios, comprendemos mejor su propósito para nuestras vidas. Al alinear nuestras acciones e intereses con nuestra fe, encontramos un camino más pleno y significativo.

Hay personas que solo conocerán a Dios a través de tu vida. Gracias a tu profesión, habilidades y los lugares que frecuentas, tendrás acceso a personas a las que sería difícil llegar por los líderes espirituales.

“Cada persona, desde la más insignificante y desconocida hasta la más importante y exaltada, es un agente moral dotado con capacidades por las cuales tiene responsabilidades ante Dios” (*Recibiréis poder*, p. 220).

Durante la pandemia, una amiga que tenía talento para hacer pan decidió dar regalos a sus vecinos. La felicidad de los vecinos al recibir este gesto de cariño era simplemente contagiosa. No desprecies el don que tienes. Hay una multitud de personas que tienen sed de algún tipo de consuelo y esperanza, y sus acciones pueden llevarlos a la espiritualidad.

IV. Ser perseverante en estos deberes

La persistencia es clave para crear hábitos y refinar tu comportamiento. A través del esfuerzo continuo moldeas tus acciones y actitudes.

Además, mientras te dedicas a mejorar, terminas inspirando e impactando a quienes te rodean. Al enfocarte en tu evolución, te conviertes en un instrumento de transformación para los demás, reflejando la obra divina en tu vida. Esto es exactamente lo que el texto resalta: porque, al hacerlo, te salvarás a ti mismo y a los que oyen.

A Dios no le importa si te sientes incapaz. Él solo quiere que uses los dones que él te ha dado y perseveres, porque esto dará forma a un estilo de vida que te llevará a la vida eterna. Y no estarás solo: serás una poderosa influencia para quienes te rodean.

No estás aquí en este mundo para ser pasivo o simplemente observar la vida de los demás. Fuiste llamado a ser un agente de cambio, transformando tu propia historia y la de las personas que te rodean.

En Dios, puedes hacer todas las cosas. ¿Eres bueno con los números y los cálculos? No desprecies el don que hay en ti. Si eres médico, abogado, pastelero talentoso, buen oyente o narrador, no desprecies el don que hay en ti. No hay un tiempo o lugar específico para ser usado por Dios. Él te está llamando con las habilidades y los recursos que ya tienes, porque mientras impactas la vida de los demás, él también está salvando la tuya.

¿Recuerdas a Mardoqueo, el primo de Ester? Él era un instrumento de Dios para revelar a Ester su propósito. Él dijo: —¡Y quién sabe si para un tiempo como este has llegado al reino! (Ester 4:14).

Llamado

Al igual que Mardoqueo, tal vez este mensaje es el que Dios está usando para ayudarte a entender que tu posición y habilidades son medios para la salvación de los demás. Es hora de que vivas lo nuevo de Dios para tu vida.

Podrías pensar: “Pero Ester era una reina, yo soy una simple ama de casa”. Si entregas tu vida a Dios, tu hogar puede convertirse en un lugar de liberación. Jael salvó al pueblo de Israel del enemigo dentro de su propia casa (Jueces 4:17-23). No subestimes el don que posees.

Tal vez sientas que estás lejos de Dios o que estás haciendo cosas malas. María Magdalena también pensó lo mismo, pero al escuchar el llamado de Jesús, comenzó una nueva historia. Cuando entregas tu corazón a Dios, él comienza a obrar poderosamente en tu vida.

Ustedes no son el fin, sino el medio que Dios usa para la salvación de los demás. Esta semana vimos personajes como Moisés, Ester, Jael, Rut, Noemí, Marta, María, hombres y mujeres con diferentes historias y contextos, pero que decidieron permitir que Dios fuera Dios en sus vidas.

Dios ha puesto algo tremendo en ti. No desprecies este regalo, porque al hacerlo, te salvarás a ti mismo y a los que te escuchan. Es hora de comenzar una nueva historia. Dios usará los dones que tienes para que las personas que te rodean realmente reciban su mensaje.

¿Estás listo para ponerte de pie y decir que sí?