

## Clásicos de la gracia - Parte 10

### “Gracia o emoción”

Erich Engler

Para comenzar en el día de hoy quiero utilizar un ejemplo práctico que nos va a ser de gran ayuda.

Como todos saben, cada semana me reúno con mi equipo pastoral para conversar sobre los diferentes aspectos que atañen a la organización de la iglesia, orar juntos y buscar al Señor para guía y dirección. Durante nuestro último encuentro, el hermano que se encarga de la organización general nos compartió algo muy interesante de su experiencia laboral que, si bien yo ya lo conocía, no lo tenía tan presente. Después que escuché su aporte me di cuenta que era así realmente de acuerdo a las experiencias en mi propia vida personal.

Él expuso el siguiente concepto:

Como seres humanos, todos nosotros tenemos permanentemente experiencias negativas, las que nos llenan de dolor y/o frustración, y experiencias positivas las cuales nos llenan de gozo y satisfacción. Si lo representáramos en forma visual por medio de una escala, tendríamos que señalar en el medio un punto el cual vamos a denominar como neutral. Desde allí hacia la izquierda, por ejemplo, vamos a ubicar una experiencia muy positiva la cual nos alegra muchísimo, como podría ser encontrar un billete de alto valor tirado en la calle.

Pocos días más tarde todo vuelve a la normalidad y las emociones se van estabilizando otra vez y, para representarlo gráficamente, es como que volvemos al punto neutral.

Pasan algunos días más y tenemos una experiencia negativa que nos llena de tristeza y frustración, digamos que perdemos un billete del mismo valor al que encontramos. Esa experiencia la vamos a representar en un punto ubicado hacia el lado derecho de nuestro punto neutral, o sea del lado opuesto a la experiencia positiva.

La cosa es, que a pesar de la experiencia positiva que tuvimos antes, la cual aunque nos motivó y llenó de alegría quedó pronto en el olvido, esta experiencia negativa actual

influencia tan intensamente nuestras emociones que nos hace sentir doblemente frustrados y tristes.

Técnicamente representado por esa escala de valores que les mencioné anteriormente, deberíamos decir que lo negativo influencia nuestras emociones y sentimientos 2 veces y media más que lo positivo. A pesar de la gran experiencia positiva que tuvimos recientemente, lo negativo del momento nos hace olvidar aquello y no hay manera de establecer un balance o equilibrio entre las dos experiencias.

Está comprobado que las experiencias negativas influyen mucho más nuestros sentimientos y emociones que las positivas. Necesitamos mucho más tiempo para salir de una experiencia negativa y volver al punto neutral, que lo que necesitaríamos para pasar de una experiencia positiva del mismo nivel al mismo punto neutral. Por lo general, tenemos la tendencia a exagerar mucho más lo negativo, lo cual hace que se amontonen otros sentimientos negativos por encima y esto hace doblemente más difícil salir de ese laberinto de emociones en que nos encontramos.

Seguramente después de escuchar esta realidad, te sentirás un poco desilusionado y no estarás diciendo: “¡aleluya, eso sí que es un mensaje de la gracia divina para mí!, ¿verdad?”

Sin embargo, hoy quiero presentarte un buen mensaje de la gracia de Dios, pero a la vez te voy a desafiar de una manera muy especial al confrontarte con una de las verdades más incómodas que hay.

Seguramente estarás pensando que sería mejor no escuchar este mensaje, pero yo te aconsejaría que escuches hasta el final porque te va a ser de gran ayuda.

¿Estás preparado para escucharlo? Antes de desarrollar el tema quiero anticipar un pensamiento: No podemos crecer espiritualmente mientras caminamos sobre senderos llanos, sino cuando escalamos las montañas de los problemas y los vencemos.

Hoy vamos a escalar una de esas montañas y vamos a salir victoriosos por la revelación de la gracia que vamos a obtener.

Vamos a ir al cap. 15 de 1 Corintios vers. 10 donde el apóstol Pablo nos dice:

“Pero por la gracia de Dios soy lo que soy; y su gracia no ha sido en vano para conmigo... (La gracia de Dios nunca es en vano en nuestras vidas, aunque no nos demos cuenta en el momento en que la estamos recibiendo)... antes he trabajado más que todos ellos; pero no yo, sino la gracia de Dios conmigo”.

Pablo dice aquí que él trabajó más que todos los demás. Podemos suponer que él se refiere a Pedro por ejemplo, o a Juan, o a los otros colaboradores en el cuerpo de Cristo. ¿No es ésta acaso una expresión demasiado audaz de su parte?

Sin embargo él dice, que en lo que a trabajo respecta, ha hecho mucho más que los otros discípulos.

La gran mayoría de las veces no nos sentimos con ganas de trabajar, ¿verdad? Cuando nos levantamos por la mañana, no nos alegramos demasiado al saber que nos espera un día de

mucho trabajo ¿cierto? Son pocos los que se entusiasman y se alegran con ese desafío que les espera, y los podríamos considerar como una excepción.

Normalmente, no hay nadie que se alegre demasiado al despertarse sabiendo que ese día le esperan 16 horas de trabajo frente al ordenador, y algunas horas más para llamadas telefónicas que no pueden quedar de lado. Nadie sería tan audaz como para decir que todo eso que ese día de trabajo tiene por delante le da tanto placer que no necesita comer, ni descansar, ni beber con tal de lograr trabajar mucho más que los demás. Nadie piensa así ¿cierto?

Sin embargo, Pablo se atreve a decir algo semejante ¿cómo puede ser?

Justamente es la gracia de Dios la que hace posible esto, ya que en lo natural, nuestras emociones y deseos están normalmente más orientados a las vacaciones y al descanso que a otra cosa.

Evidentemente, la gracia de Dios hace posible que logremos hacer cosas que de otro modo serían imposibles. De acuerdo a nuestras emociones, no nos agrada trabajar más de lo necesario.

Si es que Pablo atribuye a la gracia de Dios el haber logrado mucho más que los demás, debemos saber donde es que reside la diferencia.

En el contexto total del pasaje que leímos encontramos la respuesta, y es que cuando nos dejamos regir por nuestras emociones no estamos bajo la influencia de la gracia de Dios y mucho menos andamos en la fe.

Si nos dejamos dominar por los sentimientos negativos usando el ejemplo de la escala que les presenté anteriormente, no estamos bajo la gracia de Dios.

¡Pero, gloria a Dios que podemos cambiar nuestra actitud! Seguramente que si el apóstol Pablo se hubiese dejado llevar por sus sentimientos y emociones, no hubiera logrado ni una parte de lo que hizo. Es más que evidente que todos sus logros se debieron a la gracia de Dios sobre su vida.

Por ese motivo, repito, que si nosotros nos dejamos dominar por nuestros sentimientos, especialmente por los negativos, no andamos en la fe y no estamos bajo la influencia de la gracia divina.

Yo no estoy diciendo que nuestros sentimientos sean algo malo, ¡no me malinterpreten por favor! Necesitamos los sentimientos para expresar nuestras emociones, sobre todo aquellos que son buenos y constructivos, para el buen trato con nuestros semejantes. Cuando hablamos con una persona que está atravesando por un problema le podremos ayudar más si le expresamos nuestra comprensión y misericordia.

Cuando hablo de no dejarnos dominar por nuestros sentimientos, no me estoy refiriendo precisamente a los sentimientos positivos y agradables, sino a aquellos que son negativos, como por ejemplo: la frustración por algo que nos sucedió, o a la crítica a la que estamos expuestos, etc.

Las emociones negativas ocupan nuestra mente por un largo período de tiempo.

Aunque fuimos perdonados por Cristo de una vez y para siempre, somos salvos, y TODOS nuestros pecados, tanto pasados, como presentes y futuros ya han sido perdonados, nuestros sentimientos nunca nos van a demostrar esa realidad. A juzgar por nuestras emociones, nunca nos vamos a “sentir” completamente perdonados, justificados o limpios delante de Dios. Debemos aceptarlo solo por la fe.

¿Dónde radica la raíz del problema? Las emociones se ocupan siempre de sí mismas, en cambio la gracia apunta su mirada hacia Cristo.

Los sentimientos y/o emociones siempre te van a hacer mirar hacia adentro tuyo y te van a hacer sentir aplastado y decaído. La gracia y la fe te hacen mirar hacia Cristo y te levantan.

Cuando estamos dominados por nuestros sentimientos, y/o emociones negativas, no estamos bajo la gracia porque no andamos en la vida de fe.

Uno de los ejemplos más claros en cuanto a este tema nos lo da Pablo en Romanos cap. 7. Este pasaje, al cual me estoy refiriendo, es uno que sale del contexto general de lo que él escribe en el resto de la epístola, pero que trata justamente el tema que acabamos de mencionar.

Voy a leer los vers. 19 al 24 y quiero que establezcas la diferencia de acuerdo al énfasis:

(19) Porque no hago el bien que yo quiero, sino el mal que no quiero, eso hago.

(20) Y si hago lo que no quiero, ya no lo hago yo, sino el pecado que mora en mí.

(21) Así que, queriendo yo hacer el bien, hallo esta ley: que el mal está en mí.

(22) Porque según el hombre interior, me deleito en la ley de Dios;

(23) pero veo otra ley en mis miembros, que se rebela contra la ley de mi mente, y que me lleva cautivo a la ley del pecado que está en mis miembros.

(24) ¡Miserable de mí!, ¿quién me librá de este cuerpo de muerte?

¿Te das cuenta dónde radica su problema? Pablo está concentrado en sí mismo, en vez de mirar a Cristo.

Luego vemos la respuesta, la cual es precisamente mirar a Cristo.

Si bien es cierto que este pasaje se aplica de diferentes maneras, hoy deseo poner el énfasis sobre el contraste que existe entre, mirarse a sí mismo, o mirar a Cristo.

¿Por qué tenía Pablo todos esos problemas que describe aquí? Porque él miraba a sus emociones y sentimientos, a sus experiencias negativas, a sus pecados, etc.

Las emociones y sentimientos negativos siempre van a dirigir la mirada a uno mismo.

Los sentimientos y/o emociones positivos no presentan un problema en ese sentido porque su influencia es positiva y favorable para los que nos rodean.

Uno de los desafíos más grandes que tenemos continuamente en nuestra vida es, no dejarnos dominar por los sentimientos negativos sino levantar nuestra mirada por fe hacia Cristo. ¿No es esto acaso esa “montaña” que se erige como un obstáculo delante de nosotros de la cual nos habla el Evangelio de Marcos cap. 11 vers. 23?

En los momentos en que las emociones negativas nos dominan reaccionamos erróneamente y decimos o hacemos cosas que no deberíamos decir o hacer.

Dado a que las emociones negativas ocupan de manera desmedida nuestros pensamientos, la naturaleza humana se pone automáticamente a la defensiva. El orgullo propio se quiere defender. Al reaccionar de esa manera estamos mirándonos a nosotros mismos en vez de mirar a Cristo.

La cosa no se trata de lo mal que nos podamos sentir, sino de la persona de Cristo que ya cargó con todos nuestros sentimientos y fracasos.

¿Sabías que Él cargó mucho más sobre sí en la cruz de lo que nosotros somos conscientes? Jesús llevó allí mucho más que nuestros dolores y pecados. Él cargó todos nuestros fracasos, errores y todo lo negativo que pueda tener nuestra naturaleza humana. Allí cargó también nuestra testarudez, nuestra codicia, nuestro deseo de pasar por encima de los demás, etc., etc. Por supuesto, que nosotros vamos a ser tentados en esos aspectos una y otra vez, pero no necesitamos ceder a la tentación. Cristo cargó con TODAS las cosas de nuestra vieja naturaleza, ahora estamos bajo el manto de su gracia, y por eso no necesitamos actuar más como lo hacíamos antes de conocerle a Él. No necesitamos abrirnos paso a los codazos por la vida, ya que el Señor es el que nos va abriendo caminos.

Él cargó sobre sí en la cruz todo lo que concierne a nuestra vieja naturaleza, por ello ahora no necesitamos actuar más de manera negativa ya que estamos amparados bajo la gracia y gozamos de su favor inmerecido. ¡Eso es lo maravilloso!

Jesús lo enseñó de manera muy práctica cuando usó el ejemplo de alguien que, estando invitado a una fiesta no debe buscar sentarse en las primeras filas sino más atrás, y si el jefe de la casa viene y le invita a ocupar los asientos de más adelante entonces recibirá también la honra de los demás. ¡Eso es gracia!

Sin embargo, si tú tratas apresuradamente de ocupar los primeros lugares, corres el riesgo que te digan que te corras más atrás porque esos lugares están reservados para otra persona, entonces te sentirás avergonzado. Cuando sucede algo así, la gente se siente ofendida y florecen esas emociones negativas que mencioné al principio. Si eso sucede en una iglesia, la gente se retira ofendida y se promete a sí misma que no va a volver nunca más.

¿Cuál es la razón por la que no necesitamos abrirnos paso a los codazos? Es porque el favor de Dios está sobre nosotros y porque Cristo cargó todo sobre sí para que podamos recibir su gracia.

No necesitamos usar los “métodos” de la vida pasada, sino que ahora andamos en los caminos del Señor.

Todo comienza con las cosas pequeñas, por ejemplo: esas pequeñas “trampitas” en tu lugar de trabajo las cuales, sin ser completamente malas no son tampoco del todo “legales.”

Jesús cargó en la cruz también esas “pequeñas trampitas” que pertenecen a la naturaleza pecaminosa.

Lo mismo sucede cuando decimos “pequeñas mentiras” como para conseguir un mejor negocio. ¿Por qué? Porque tú puedes conseguir ese negocio de todas maneras a causa de su gracia y así le das la honra solo a Él. De otra manera, tú serás el que se lleva la gloria y encima te guardas el diezmo que le corresponde a Él.

¿Cómo es que le das la gloria al Señor? Cuando no usas esas “trampitas” para poder conseguir ventaja, sino que reconoces que es el Señor quien te concedió la gracia para lograr dicho negocio y le das el fruto de las primicias a Él.

Ahora no usas más el “sistema financiero” que usabas antes, sino el “sistema financiero divino” el cual funciona dando el diezmo y las ofrendas pues de esa manera Él es quien recibe toda la honra.

Cuando ponemos al Señor como jefe de nuestras finanzas y negocios, Él es quien se encarga de dirigirlo y es quien recibe la honra. Cuando somos nosotros los que tratamos de hacer todo por nuestros propios esfuerzos, estaremos muy desilusionados cuando algo nos sale mal. Así nos ocupamos con nosotros mismos y no con Él.

¿No son acaso estas cosas a las que me estoy refiriendo, esas “montañas” que se interponen en nuestras vidas las cuales nos impiden poder seguir adelante?

Yo no estoy diciendo que todos nosotros hemos alcanzado ese nivel ideal, por el contrario, todos estamos de camino hacia allí, pero cuando eliminamos de nuestras vidas esas “pequeñas zorras” nos movemos en la dirección correcta.

Si pretendemos ver a nuestro alrededor personas con aureolas de santidad sobre sus cabezas, estaremos andando por vista o emociones y no por fe.

Todos esos sentimientos o emociones negativas que pretenden apoderarse de nosotros y gobernarnos, fueron clavados también en la cruz.

Tú puedes decirme: ¡yo no siento que sea así! Pues te diré que allí radica justamente el problema, la obra de la cruz no puede ser percibida por las emociones, sino por la fe. Cuando la recibimos por la fe, Él muestra su gracia para con nosotros.

Esas “montañas” de emociones negativas que se erigen delante de nosotros y tratan de aplastarnos, son las que a su vez nos dan la posibilidad de crecer espiritualmente en el momento en que las vencemos.

Nuestro crecimiento espiritual no se lleva a cabo en senderos llanos y parejos, sino en las “montañas” que vamos escalando y dejando atrás en nuestro andar cotidiano.

Yo no me refiero a los sentimientos buenos y positivos, ellos no nos presentan ningún problema y los podemos disfrutar a gusto e influenciar a los demás por medio de ellos, pero

me refiero a aquellos sentimientos negativos que se acumulan en nuestras emociones y nos dominan.

Hay personas que son positivas por naturaleza y esto es algo agradable, pero aquellas que no lo son pueden llegar a aprender a poner sus emociones negativas bajo control por medio de la gracia de Dios.

No vamos a tratar de “mejorar” o “purificarnos” por esfuerzo propio a nosotros mismos porque no va a dar resultado duradero, el único que nos limpia perfectamente de todas esas cosas es nuestro Señor Jesucristo, de hecho ya lo ha hecho llevando todos nuestros pecados en la cruz. Nosotros estamos limpios de todo pecado por medio de su sangre.

Al reconocer la situación y traerla a Cristo nos estamos lavando los pies los unos a los otros.

Cristo Jesús nos ha limpiado completamente de todas nuestras maldades y pecados con su obra expiatoria en la cruz la cual aceptamos por fe. El ser humano no se puede purificar a sí mismo de sus pecados, ¡es imposible!

Si al ser humano le fuera posible limpiarse a sí mismo, pondría la mirada en sí mismo; pero al tener que ser limpiado por medio de un Salvador, debe dirigir su mirada hacia Cristo.

Cuando me dejo limpiar por ÉL, dirijo mi mirada hacia arriba y la saco de mí mismo.

De la misma manera sucede con las emociones, tú nunca te vas a “sentir” completamente limpio pues si así fuera estarías poniendo la mirada en ti mismo.

En el momento en que aceptamos por la fe que ÉL ya nos ha limpiado, dirigimos nuestra mirada hacia arriba. ¡Eso es gracia! La Palabra nos dice que ÉL nos limpia continuamente de todos nuestros pecados y errores, por eso debemos tener siempre nuestra mirada puesta en Jesús.

Aún a pesar del ejemplo que usé al comienzo, el cual se usa normalmente en el ámbito del mundo, acabo mi predicación mostrándote a Cristo.

En esta iglesia nunca escucharás una predicación que no te lleve a Cristo. ¡Todo se debe a Jesús y su obra en la cruz!

Esas fueron las primeras palabras que pronuncié cuando subí a la plataforma el día de la inauguración de nuestro nuevo edificio cuando estaban presentes autoridades de la ciudad y representantes de varios medios informativos y firmas en general. Ese día tan especial en el que les dábamos la honra a nuestros ilustres visitantes, debíamos honrar a nuestro Señor Jesucristo por encima de todo.

Podemos vencer esos obstáculos que se nos presentan por delante que nos parecen ser tan grandes como montes y crecer en la fe al mismo tiempo.

Jesús dice en Marcos cap. 11 vers. 23:

Porque de cierto os digo que cualquiera que dijere a este monte: Quítate y échate en el mar, y no dudare en su corazón, sino creyere que será hecho lo que dice, lo que diga le será hecho.

¿Por qué será que Jesús usó la palabra “monte” para describir un obstáculo y no una palabra que indicara un camino de canto rodado por ejemplo? Porque solo podemos crecer en la fe cuando enfrentamos dificultades grandes como “montes”. Cuando nosotros les ordenamos a esos grandes problemas como “montes” que se aparten de nosotros, estamos ejercitando nuestra fe en grandes desafíos. El problema de las emociones negativas que nos quieren dominar es uno bastante grande ¿verdad?

Ese problema nos hace sentir constantemente un poco depresivos, nos quita la energía, nos tira el ánimo al piso.

Ese es nuestro “monte” el cual debemos quitar de nuestras vidas y así crecer espiritualmente.

Si estamos pendientes de nuestras emociones estaremos ocupados con nosotros mismos. Si en cambio ponemos nuestra mirada en la gracia y en la fe estaremos ocupándonos de Cristo.

Personalmente creo, que en los círculos cristianos se le da demasiada importancia a las emociones, a las ideas o a las opiniones de los demás, en vez de mirar más a Cristo como debería ser.

Para culminar vamos a ir al libro de 1 Pedro cap. 5 vers. 10 donde leemos lo siguiente:

Mas el Dios de toda gracia, que nos llamó a su gloria eterna en Jesucristo, después que hayáis padecido un poco de tiempo, él mismo os perfeccione, afirme, fortalezca y establezca.

Esas emociones negativas que a veces nos asaltan son incómodas y nos hacen padecer en cierta manera ¿verdad?

Por el hecho de que nos queremos defender de esto pensamos mal de los que nos rodean pero no deseamos admitir que podemos estar equivocados en nuestra apreciación. Otra vez estamos dirigiendo la mirada hacia nosotros mismos.

Es cierto que esas emociones negativas nos hacen padecer pero, ¿qué es lo que podemos hacer para liberarnos de ellas?

El versículo que acabamos de leer nos dice que el Dios de toda gracia nos va a perfeccionar, afirmar, fortalecer y establecer. ¡Eso es lo que hace la gracia en nuestras vidas!

La gracia te proporciona un fundamento tan estable que esas emociones negativas nunca más te tirarán abajo. La gracia estabiliza tus emociones.

Por esa razón es que dije al comienzo que si estamos dominados por nuestras emociones, sobre todo por las negativas, no estamos bajo la gracia divina porque ella nos da estabilidad.

¿Qué hacemos cuando nos invaden esas emociones negativas? Miramos a Cristo y a su gracia, sabiendo que estas emociones negativas nos harán padecer solo por muy corto tiempo.



Yo no estoy diciendo que nunca más vamos a experimentar ese tipo de emociones, puesto que estas nos seguirán asediando, pero el proceso hasta que nos liberamos de ellas será muchísimo más breve.

En el momento en que tú experimentas un fracaso, una frustración o una desilusión debes mirar a Cristo quien te extiende su gracia y hace que esas emociones desaparezcan de forma rápida. Él llevó eso también en la cruz. No debemos dar lugar al resentimiento.

Allí radica justamente el problema, la desilusión que experimentamos trae consigo sentimientos negativos, pero cuando le damos lugar al resentimiento, o a “volver a sentir” como su nombre lo indica, hacemos que el proceso dure mucho más tiempo del necesario.

En vez de eso deberíamos levantar nuestra mirada y extendernos hacia adelante.

Cada uno de nosotros estamos capacitados, por medio de la gracia de Dios, para acortar el proceso de “sufrimiento” de las emociones negativas.

Repito, la gracia de Dios nos proporciona la capacidad de acortar el proceso de sufrimiento de las emociones negativas que intentan derribarnos.

En nuestra familia, tenemos un dicho especial para solucionar de manera práctica los problemas grandes como “montes” que se levantan ante nosotros trayendo a nuestros corazones esas emociones negativas ¿quieres saber cuál es?

Primero debo repetir que los “montes” no desaparecen por sí solos a menos que les ordenes que se vayan. No se irán si tú te paras frente a ellos y los observas simplemente con una actitud de tristeza o de impotencia; o si solo tienes el deseo en tu corazón o el pensamiento en tu mente que estos desaparezcan. ¡No, eso no alcanza, tú les debes hablar ordenándoles que desaparezcan! Jesús dijo bien claro que es lo que debemos hacer.

Tampoco sirve que maldigas al “monte” que tienes delante, eso no lo hará desaparecer. Este se presenta justamente para darte la oportunidad que tú crezcas en la fe. En ese sentido podríamos decir que esos “montes” tienen su parte positiva pero, con eso y todo, no deben permanecer más del tiempo necesario.

Lo que nosotros hacemos en nuestra familia cuando hay algo que nos molesta debido a actitudes que pueden llegar a despertar emociones negativas, le decimos al “monte”: ¡basta, ya pasó! No sirve de nada seguir “rumiando” sobre el problema.

Esto es válido también para nuestros niños. Si bien es cierto que como padres debemos enseñarles y aplicar las consecuencias que corresponden a lo que haya sucedido si es necesario para que ellos aprendan, no debemos tomar más tiempo de lo necesario para seguir hablando del “problema”. Muchas veces, nosotros los adultos tendemos a exagerar las cosas pensando que así ellos nos van a comprender mejor, pero no ayuda demasiado hablar tanto de lo negativo.

Nuestros niños nos dan la pauta que comprendieron lo que hicieron y el porqué de la medida disciplinaria que hubo que aplicarles, cuando no quieren seguir hablando más de lo negativo, para ellos también rige la norma: ¡basta, ya pasó y no se habla más del asunto!

A veces, como son pequeños aún, piensan que si cometieron algo que está mal, se arregla simplemente con no hablar más del asunto, ¡claro que la cosa no puede quedar ahí y debemos aclararlo con ellos para que aprendan!, pero en general van comprendiendo lo que intentamos enseñarles con respecto al efecto devastador que las emociones negativas producen en nuestras almas cuando se las retiene por más tiempo del necesario.

Por el hecho que las emociones negativas nos influyen más que el doble que las positivas, tenemos la tendencia a hablar de ellas también más que el doble de lo necesario, y eso no nos ayuda a eliminarlas cuanto antes.

Cada uno de nosotros está capacitado para hacer un corte inmediato con esas emociones negativas que tienden a acosarnos y hundirnos. Esa capacidad es otorgada por la gracia divina.

Repito: la gracia de Dios está a nuestra disposición para capacitarnos para hacer un corte inmediato con las emociones negativas.

Oremos: “Padre, hoy es mi deseo dar oportunidad a las preciosas personas que nos escuchan a experimentar esta bendita gracia. Te agradezco tanto por la Palabra que nos has dado en este día la cual va a marcar una diferencia en nuestras vidas. Gracias porque en esta semana la podremos poner en práctica en las diversas situaciones que se nos presenten en el trato con los demás. Gracias también por este ejemplo práctico el cual nos ha abierto los ojos para ver la realidad sobre la influencia que nuestras emociones ejercen sobre nosotros y los que nos rodean.

Te agradecemos Padre porque podemos comprender que la solución comienza a manifestarse cuando levantamos nuestra vista hacia tu hijo Jesucristo y su obra en la cruz a nuestro favor.

Si tú lees o escuchas este mensaje por primera vez y no comprendes lo que significa levantar la mirada hacia Cristo, te quiero decir que es simplemente rindiendo por completo tu vida a Él y aceptándole como tu Salvador personal. Para esto puedes hacer una sencilla oración diciendo:

“Jesús, yo te necesito y te invito a ser el Señor de mi vida. Acepto por la fe el sacrificio que hiciste por mí en la cruz y te recibo como mi Salvador personal. Gracias porque me vas a ayudar a saber cómo vencer mis emociones negativas”.

En caso que tú ya hayas hecho alguna vez esta oración, pero te has distanciado del Señor, no tienes por qué estar padeciendo más con emociones negativas de ninguna índole, puesto que Él está aquí para ayudarte a vencerlas por medio de su gracia. Solo espera tu decisión de volver a Él. ¡Amén!



**iglesiadelinternet**

El sitio diferente en la Web

**iglesiadelinternet.com**

*¡La gracia de Dios cambiará tu vida!*

*Efectivo a nivel internacional, porque es de bendición para miles de personas en todo el mundo. Contribuye a su bienestar espiritual.*

*De gracia recibimos, de gracia damos.  
Descargas gratuitas. Servicio de discos.*

*Prédicas, enseñanzas, seminarios, devocionales, etc.  
Amplia temática bíblica de aplicación práctica en la vida cotidiana. (Audio mp3, video y texto)*

Contacto: [ministerio@iglesiadelinternet.com](mailto:ministerio@iglesiadelinternet.com)

¡Muchas gracias por visitarnos!

¿Ha sido Usted bendecido/a por esta enseñanza? Le animamos a compartirnos un breve testimonio o agradecimiento, es una manera de bendecirnos a nosotros y a otros:

[gracia@iglesiadelinternet.com](mailto:gracia@iglesiadelinternet.com)

[ministerio@iglesia-del-internet.com](mailto:ministerio@iglesia-del-internet.com)

### Donaciones, transferencias bancarias:

**"Si nosotros sembramos entre vosotros lo espiritual, ¿es gran cosa si segáramos de vosotros lo material? 1. Corintios 9:11**

Beneficiario: Familienkirche  
Código Postal: 8640 Ciudad: Rapperswil  
Cuenta, IBAN: CH8208731001254182059  
Banco: Bank Linth LLB AG  
BIC/SWIFT: LINSCH23  
Código Postal: 8730 Ciudad: Uznach  
País: CH (Suiza)

### Más información en:

[www.iglesiadelinternet.com/donaciones](http://www.iglesiadelinternet.com/donaciones)