

Me siento Agotado
Serie: Cuida tu corazón
Ps. Pedro Hernández

²⁹ *El da esfuerzo al cansado, y multiplica las fuerzas al que no tiene ningunas.*

³⁰ *Los muchachos se fatigan y se cansan, los jóvenes flaquean y caen;*

³¹ *pero los que esperan a Jehová tendrán nuevas fuerzas; levantarán alas como las águilas; correrán, y no se cansarán; caminarán, y no se fatigarán.*

Isaías 40



Es normal sentirnos cansados o agotados, todos experimentamos perdidas, desilusiones, presión, frustración, y otros sentimientos que nos llevan a sentirnos agotados, y aun que durmamos suficiente, nos levantamos con una sensación de cansancio. Este cansancio, en la mayoría de los casos, tiene un origen emocional. Cansarse no es tan malo cuando utilizamos ese sentimiento para salir de alguna situación equivocada en nuestra vida, y decidimos terminar con algo que nos está lastimando o deteniendo. Pero la pregunta es ¿Cómo salgo de este cansancio?, la Biblia enseña que solamente Dios puede dar fuerza al cansado y multiplicar las fuerzas al que no tiene ninguna, hoy aprenderemos a la luz de la Biblia como ponerle punto final al cansancio en nuestra vida

1. Se necesitan Valientes. Lo primero que debemos saber es que la vida no es sencilla, y mucho menos seguir a Cristo, se requiere valentía para vencer, para conquistar. En el camino de nuestro Señor no hay lugar para cobardes *“⁸ Pero los **cobardes e incrédulos, los abominables y homicidas, los fornicarios y hechiceros, los idólatras y todos los mentirosos tendrán su parte en el lago que arde con fuego y azufre, que es la muerte segunda.**” Apocalipsis 21.* La lista de los desechados del reino de Dios comienza con los Cobardes. Josué estaba triste y cansado por la muerte de Moisés, pero en su momento Dios le dijo: **“Mi siervo Moisés ha muerto;** ahora, pues, levántate y pasa este Jordán, tú y todo este pueblo, a la tierra que yo les doy a los hijos de Israel...” Josué 1:2. No te puedes quedar en la tristeza o el cansancio, debes esforzarte y ser valiente. Jesús acepto comer con un cobrador de impuestos, con un hombre ladrón, con asesinos, pero no con cobardes.
2. La trampa de la Autoconmiseración, Sentir lástima por ti mismo, jugar el papel de la víctima del cuento, Pobrecito de mí, nadie me comprende, soy tan desdichado, nadie valora mi tiempo, tanto que he trabajado y apoyado a las personas y mira como son malas conmigo, etc... La autoconmiseración es un pecado delante de Dios, y un arma poderosa del enemigo de nuestra alma. Las personas que experimentan depresión o algún trastorno de personalidad viven presas del “Pobrecito Yo” y se desvían de cumplir la voluntad de Dios porque se centran solo en ellas en lugar de poner los ojos en Jesús. El diablo intentó atacar con estos pensamientos a nuestro Jesús: “Entonces Pedro, tomándolo aparte, comenzó a reconvénirle, diciendo: Señor, **ten compasión de ti;** en ninguna manera esto te acontezca.” Mateo 16:22 . Jesús respondió Categóricamente “Aléjate de mí Satanás”. Deja de sentirte la víctima, la vida no es fácil, está llena de

aflicción, pero con Jesús somos más que vencedores. En lugar de sentir lastima por ti mismo, mejor fortalécete en el Señor y en el poder de su fuerza.

3. Fortalécete en Dios. Levántate, se valiente y no caigas en la trampa de la autoconmiseracion. En Cristo somos invencibles. Hechos Capitulo 16 habla sobre la golpiza que les dieron al Apóstol Pablo y Silas, además los metieron en el calabozo, pero a media noche en lugar de sentirse desgraciados, cantaban himnos a Dios, se fortalecían en Jesús. " *pero los que esperan a Jehová tendrán nuevas fuerzas; levantarán alas como las águilas; correrán, y no se cansarán; caminarán, y no se fatigarán.*" Isaias 40:31

Preguntas de discusión.

1. ¿Por qué a las personas nos gusta tomar el lugar de víctimas, "pobrecito Yo"?
2. ¿Cuándo te has sentido agotado, que pensamientos predominan en ti?
3. ¿Pensaste que ser cristiano era fácil, por qué?
4. ¿Por qué crees que Dios requiere gente valiente, porque los cobardes no entraran al reino de los cielos?
5. ¿Cómo afecta a las personas autoconmiserarse?

Aplicación:

Sentir cansancio es normal, lo que no es normal es quedarte atorado y sin avanzar. "Por lo cual dice: *Despiértate, tú que duermes, Y levántate de los muertos, Y te alumbrará Cristo.*" Efesios 5:14

Se bendición