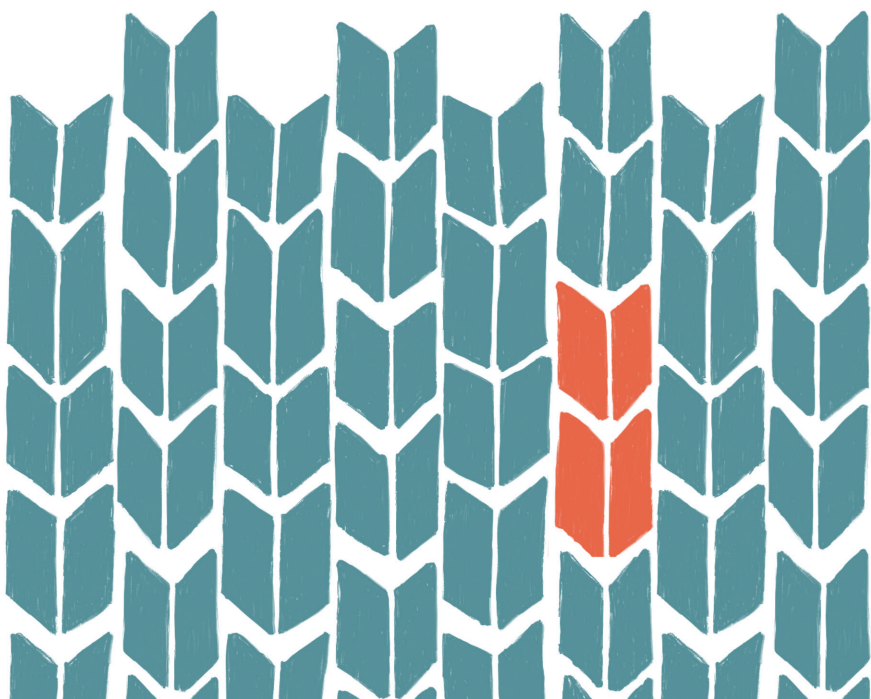




# ESPERANZA

**para los tiempos difíciles**

POR JOYCE MEYER



A menos que se indique lo contrario, los versículos son de la Biblia Nueva Versión Internacional (NVI) están tomadas de la Nueva Versión Internacional Holy Bible, New International Version®, NIV® Copyright © 1973, 1978, 1984, 2011 por Biblica, Inc.® Usado con permiso. Todos los derechos reservados en todo el mundo.

Las citas bíblicas marcadas (NTV) están tomadas de la Santa Biblia, Nueva Traducción Viviente, copyright © 1996, 2004, 2015 de Tyndale House Foundation. Usado con permiso de Tyndale House Publishers Inc., Carol Stream, Illinois 60188. Todos los derechos reservados.

© 2021 Ministerios Joyce Meyer

Reservados todos los derechos. Este libro o cualquier parte de este, no se puede reproducir ni utilizar en ninguna cantidad sin el permiso expreso por escrito del editor, excepto para el uso de breves citas en una reseña de un libro.

Impreso en los Estados Unidos de América.

ISBN 978-1-951225-33-9

Joyce Meyer Ministries  
P.O. Box 655  
Fenton, Missouri 63026  
joycemeyer.org

# **ESPERANZA**

**para los tiempos difíciles**

# CONTENIDO

- 6    **Introducción**
- 10   **Llenos de Esperanza**
- 17   **Qué Hacer Cuando Estás Estancado**
- 24   **Elige Una Actitud Esperanzadora**
- 29   **Confiar en Dios en Medio de la Tormenta**
- 35   **Todas las Cosas Hechas Nuevas**
- 42   **Cómo Levantar la Mirada Cuando Te Sientes Desanimado**
- 50   **¿Estás Pasando Por Un Tiempo Difícil?**

# INTRODUCCIÓN

**Estoy muy contenta de que hayas elegido leer este libro.** En este momento, a lo mejor estás sufriendo de alguna manera o sintiéndote abrumado por lo que está sucediendo en tu vida, aunque yo no conozco tus circunstancias exactas, sé una cosa con certeza:

**No estás solo; Dios te ama y nosotros también.**

De hecho, he escrito este libro para animarte y llenar tu corazón de esperanza. Quiero que sepas que incluso ahora, justo en medio de lo que estás pasando, Dios está de tu lado y nada es imposible para Él (ver Lucas 1:37). Él tiene un buen plan para tu futuro y ya está obrando detrás de escena para ayudarte (ver Jeremías 29:11).

Es posible que estés lidiando con una tragedia imprevista y no estés seguro de cómo recoger los pedazos y seguir adelante. O tal vez estás sufriendo un padecimiento de salud y no tienes la forma de ver a un médico. Sé que muchas personas viven del día a día, sin saber de dónde vendrá su próxima comida.

Cuando estamos pasando por algo increíblemente difícil, podemos sentir la tentación de darnos por vencidos y renunciar.

Sin embargo, lo mejor que podemos hacer es depositar nuestra confianza en Dios y permanecer llenos de esperanza. Pero ¿qué es realmente la esperanza?

*La esperanza es la expectativa segura de que va a suceder algo bueno. Está estrechamente relacionada con nuestra fe y con lo que creemos. Cuando nos atrevemos a tener esperanza, nuestra vida se llena de alegría y paz.*

El enemigo quiere que no tengamos esperanza. Quiere convencernos de que todo está perdido y nada saldrá bien. Pero Dios quiere que estemos llenos de esperanza, creyendo y esperando grandes cosas de parte de Él. De hecho, la Biblia dice que Él es el "Dios de la esperanza," lleno de misericordia y de nuevos comienzos (ver Romanos 15:13).

Debido al abuso sexual, verbal y emocional que sufrí por parte de mi padre cuando yo era una niña, desarrollé una actitud desesperanzada. Me pasaron tantas cosas negativas que comencé a esperar que algo malo sucediera todo el tiempo, incluso después de ser cristiana.

Sin embargo, puedo decir honestamente que Dios me ha transformado de ser negativa y pesimista a alguien que está llena de esperanza, siempre esperando Su bondad en cada esquina. Poco a poco, me ayudó a descubrir el poder de la esperanza y lo que eso significa para mis pensamientos, palabras, actitudes y para cada área de mi vida. Entonces, incluso ahora, cuando enfrento circunstancias difíciles o encuentro

un contratiempo, todavía me aferro a la esperanza, ¡sabiendo que Dios obrará todo para mi bien!

Tal vez has soportado mucho dolor, una decepción o una adversidad y no puedes imaginar que nada mejore. El enemigo quiere convencerte de que las cosas nunca cambiarán. Pero Dios quiere que sepas que Él te ama, ¡y puedes confiar en que Él hará un milagro de tu desastre! Tu parte es nunca perder la esperanza, esperar que Su bondad se manifieste en cualquier momento.

Estas páginas incluyen algunas de las lecciones más importantes que Dios me ha enseñado en esta área, lecciones que fortalecerán tu fe y te ayudarán a enfrentar la vida con una actitud completamente nueva.

A menudo digo que una persona que permanece llena de esperanza, que continúa creyendo en la Palabra de Dios y se niega a darse por vencida, nunca podrá ser de verdad derrotada. Porque incluso en medio de las tormentas de la vida, al depositar tu confianza en Dios, Él puede llenar tu vida con Su increíble paz y gozo y obrar en tu situación para tu bien.

No sé exactamente por lo que hayas pasado en tu vida o lo que puedes estar experimentando en este momento. Pero sí sé que Dios te ama tremendamente, tiene Sus ojos puestos en ti y te ayudará (ver Romanos 8: 38-39; Salmo 33:18).

Él es el Dios de toda esperanza, y Él es quien puede convertir incluso tus momentos más difíciles en algo grandioso.



- CAPÍTULO 1 -

# Llenos de Esperanza

**A veces digo que somos la generación del “muéstrame.”** Queremos ver antes de creer. De hecho, a la mayoría de nosotros nos cuesta creer que Dios está obrando a nuestro favor, hasta que vemos que algo está sucediendo con nuestros ojos naturales.

Pero Dios no opera así: Él obra detrás de escena. Puede que no veas que algo sucede, pero ¿crees que Dios está obrando en cosas de tu vida en este momento? ¿Crees que Él tiene un plan para ayudar a tus hijos, tu matrimonio o esas cosas por las que has estado orando durante años?

Jeremías 29:11 dice que Dios tiene un buen plan para tu vida... **para darte esperanza en tu resultado final.** En otras palabras, ¡Dios está buscando una oportunidad para ser bueno contigo!

Tal vez sea difícil imaginarse a sí mismo como una persona positiva, llena de fe, llena de esperanza. Si es así, sé exactamente cómo te sientes. Algunas personas

simplemente tienen miedo de tener esperanza porque han experimentado tanta decepción y no creen que puedan afrontar más dolor.

Pero está bien, porque Dios es "el Dios de la esperanza", lleno de misericordia y nuevos comienzos (ver Romanos 15:13). Y con Él, nunca es demasiado tarde para comenzar a creer, anticipar, tener expectativa.

### **GRANDES EXPECTATIVAS...**

Una definición de *esperanza* es "tener una expectativa favorable y confiada."

Yo creo que muchas veces adoptamos una actitud pasiva, decidiendo que: simplemente "esperar y ver" si algo cambia o "sucede" para que nos vaya bien. Pero Dios quiere que esperemos a propósito. Él desea que nos anticipamos activamente a algo bueno.

Entonces, te pregunto: *¿Qué expectativa tienes?*

*¿Qué estás viendo en tu mente e imaginación?  
¿Cómo hablas de tu futuro? Cuando te levantas por la mañana, piensas: bueno, supongo que intentaré pasar otro día. ¿O te despiertas anticipando de que hoy podría ser el día en que recibas tu gran victoria?*

Es apropiado que cuando una mujer está embarazada, decir que está "esperando." Y cuanto más avanza, más se anticipa a lo que viene.

Mis embarazos fueron especialmente únicos, porque llevé a mis cuatro hijos en mi vientre aproximadamente casi un mes después de la fecha programada del parto.

¡Mi médico me dijo que yo era la única mujer que conocía que permanecía embarazada tanto tiempo como un elefante!

Hacia el final de cada embarazo, me despertaba todos los días y decía: "Hoy va a ser el día, ¡tiene que ser el día!" Tenía todas mis maletas preparadas y listas. Constantemente revisaba todo dos veces y me aseguraba de que todo estuviera en orden, con la confianza de que mi bebé llegaría en cualquier momento. Cada vez que sentía una punzada, pensaba: ¡Ahí está! ¡Está llegando!

¡Así es exactamente como Dios quiere que seas con Él! Dios tiene un plan increíble para tu vida y quiere que anticipes que las cosas buenas están a la vuelta de la esquina.

La esperanza dice: "Las cosas pueden haber sido así durante mucho tiempo, pero Dios es el Dios de lo imposible y las cosas pueden cambiar."

### ¿ERES UN CAUTIVO DE LA ESPERANZA?

Como lo mencioné, yo solía ser la persona más negativa que conocía. Definitivamente era un tipo de persona con el vaso medio vacío; veía la desventaja en cada situación.

Eso explica por qué me sentía tan infeliz. La duda y la negatividad nos deprimen... ¡pero la esperanza libera alegría!

La esperanza significa tener una mentalidad o actitud positiva. La persona esperanzada se niega absolutamente a ser negativa de cualquier manera. Aunque reconocen y lidian con las tormentas de la vida, mantienen la esperanza en sus pensamientos, actitudes y conversaciones.

Muchas veces, creo que quedamos atrapados en la trampa de esperar hasta sentirnos optimistas o esperanzados. Pero la esperanza es la decisión de ser positivo y no vivir por el cómo nos sentimos. La verdad es que cuando tomamos una decisión sólida de tener pensamientos positivos y esperanzadores, ¡nuestros sentimientos eventualmente se pondrán al mismo nivel!

Amo absolutamente a Zacarías 9:12. El Señor dice:  
***Vuelvan a su fortaleza, cautivos de la esperanza, pues hoy mismo les hago saber que les devolveré el doble.***

¿Qué significa convertirse en un “cautivo de la esperanza”? Significa que, independientemente de lo que suceda en nuestras vidas, nos negamos a dejar de esperar y confiar en la capacidad de Dios para salir adelante.

Cuando te conviertes en un cautivo de la esperanza, el enemigo no sabe qué hacer. Él puede venir contra

ti con pensamientos negativos, pero él no tiene poder para hacerte daño cuando estás decidido a poner continuamente toda tu confianza en Dios.

Dios quiere bendecirte y darte doble porción por el dolor del pasado y las cosas que se han perdido (ver Isaías 61: 7). Y nuestra parte marca la diferencia. Nuestra parte es creer, confiar y esperar.

### **ES HORA DE SOLTAR EL ANCLA**

Hebreos 6:19 dice: ***Tenemos como firme y segura ancla del alma una esperanza que penetra hasta detrás de la cortina del santuario...***

Analicemos este versículo. Ahora, creo que todos sabemos lo que es un ancla. Cuando quieres que un barco permanezca en un lugar, sueltas el ancla y ella solo le permitirá que se mueva hasta cierto punto.

Bueno, dice que la esperanza es el “ancla del alma.” Nuestra alma es nuestra mente, nuestra voluntad y nuestras emociones. Nuestra alma nos dice lo que *pensamos, queremos y sentimos*.

Entonces, ¿qué significa todo esto? Significa que cuando todo parece sombrío... cuando parece que nada tiene sentido, y parece que las promesas de Dios nunca se cumplirán en nuestras vidas, la esperanza es el ancla que nos tira hacia atrás y nos dice: “¡Espera! ¡Aún va a suceder!”

Pero llevemos esto un poco más lejos. Hebreos 6:19 dice que la esperanza es nuestra ancla y que está **“firme y segura”**

La esperanza es nuestra ancla y es precisamente lo que nos hace “dar un paso al frente.” Algunas personas no están experimentando las promesas y el poder de Dios, simplemente porque no están dando un paso de fe. ¡Es este dar un paso al frente lo que pone en acción las promesas de Dios!

Déjame darte un ejemplo. Durante más de 40 años, he viajado por todo el mundo y he enseñado la Palabra de Dios. Pero todavía hay momentos antes de una conferencia en los que no me siento unificada, calificada o preparada para hacer lo que estoy a punto de hacer.

Antes de subir al escenario, pienso: *Bueno, Dios, espero que aparezcas o me meteré en un gran problema.* Luego, cuando salgo a hacer lo que creo que Él me ha pedido que haga, Dios siempre interviene y me ayuda a transmitir mi mensaje. ¡Él no me ha fallado ni una sola vez!

Para muchos de ustedes, Dios solo está esperando que des el paso a esa ancla de esperanza. Él solo está esperando que hagas tu parte para que Él pueda aparecer en tu vida y hacer algo que te sorprenderá.

No dejes que las circunstancias de la vida te desvíen del rumbo. Suelta tu ancla y sal a la base segura de la esperanza. Porque cuando pones tu esperanza en Dios, no sentirás decepción.

- CAPÍTULO 2 -

# Qué Hacer Cuando Estás Estancado

**¿Alguna vez te has quedado estancado?** ¿Alguna vez has llegado a un lugar en la vida que parecía un callejón sin salida ... como si ya no tuvieras más opciones?

Yo he estado así muchas veces y estoy segura de que la mayoría de la gente también. Pero estoy muy agradecida de que a lo largo de los años Dios me haya enseñado que: incluso si nos estancamos, ¡no hay situación demasiado difícil de manejar para Él!

Comencemos mirando la historia de José en el libro de Génesis (ver Génesis 37-50). La Biblia dice que él era el favorito de los 12 hijos de su padre, y sus hermanos estaban muy celosos de él por eso.

Un día, José compartió con sus hermanos un sueño que tuvo. En su sueño, todos se inclinaban ante él. No hace falta decir que eso no salió bien.

Como resultado, los hermanos se reunieron para decidir cómo deshacerse de José. Primero, lo arrojaron



a un pozo, lo dejaron allí para que muriera. Pero luego decidieron venderlo como esclavo a una banda de comerciantes ismaelitas ambulantes. Luego idearon un plan para convencer a su padre de la muerte de José.

Como sabrás, esta historia termina triunfalmente. José se convierte en el segundo al mando del Faraón, finalmente se reúne con su familia y todo es perdonado.

Lo que le sucedió a José es una prueba de que no importa por lo que pases en la vida, siempre hay esperanza. Puedes cumplir el propósito de Dios para ti, porque ¡todas las cosas son posibles para Dios!

Pero la parte de la historia de José en la que realmente debemos enfocarnos es en lo que sucedió entre el pozo y el palacio. La vida de José dio varios giros durante ese tiempo. Pero el único atributo de su carácter que lo llevó a este final victorioso fue la perseverancia. Debido a la fe de José en Dios, ¡nunca se dio por vencido!

## RENUNCIAR NO ES UNA OPCIÓN

En nuestras propias vidas, podemos caer en un pozo de vez en cuando. Podría ser un pozo de enfermedad, necesidad financiera, problemas de relación, u otros problemas. Siempre que eso suceda, debes estar decidido a que, sea cual sea la situación, ¡no te darás por vencido!

Recuerda siempre, para tener un buen testimonio de lo que Dios ha hecho, primero debemos pasar las pruebas. Jesús incluso nos dijo:

***Yo les he dicho estas cosas para que en mí hallen paz. En este mundo afrontarán aflicciones, pero ¡anídense! Yo he vencido al mundo*** (Juan 16:33).

Es inevitable que pases por cosas difíciles. A veces, incluso puedes tener ganas de darte por vencido. Pero si puedes mantenerte firme y confiar en Dios a pesar de todo, Él puede restaurarte. Puede tomar todo lo malo y hacer que obre para tu bien (ver Romanos 8:28).

Se dice que Winston Churchill dio el siguiente discurso a los graduados de la escuela de Harrow en 1941:

*“¡Nunca, nunca, nunca, nunca, nunca se den por vencidos! En nada, ni grande o pequeño, enorme o menor ¡nunca se den por vencidos!”*

No sé si eso es realmente lo único que él dijo, pero sí creo que el Espíritu Santo nos está diciendo a muchos de nosotros esto hoy: “¡No te des por vencido, porque Dios tiene muchas cosas guardadas para tu vida!”

Es muy fácil querer darse por vencido cuando las cosas se ponen difíciles. A veces, las personas se quedan estancadas donde están y no saben cómo salir, por lo que piensan que darse por vencidos sería más fácil.

Ellos a lo mejor sienten que no son lo suficientemente inteligentes o talentosos; tal vez les pasó algo traumático; o ellos pueden haber fallado en algo o haber cometido errores terribles en el pasado.

Pero el Espíritu Santo nos da la fuerza y la capacidad para seguir adelante, continuar y avanzar hacia nuestra victoria, incluso si las cosas no salen como las planeamos.

El fracaso no significa que no haya más opciones. Tú puedes aprender de los errores del pasado. ¡He descubierto que la historia es una buena maestra! Cuando todo lo demás falle, inténtalo de nuevo. Como nunca, aprenderás qué funciona y qué no, y comenzarás a partir de ahí. Puedes convertir tu obstáculo en una oportunidad para volverte más sabio y maduro espiritualmente.

Dios quiere que vivamos una buena vida, sin embargo, la confianza y la perseverancia son imprescindibles. El Espíritu Santo nos guiará paso a paso en la fe hacia los buenos planes que Dios tiene para cada uno de nosotros. Nuestra parte es dar esos pasos ... ¡y nunca darnos por vencidos!

### **QUÉ HACER CUANDO ESTÁS LASTIMADO**

Tu perspectiva mientras estás en tu “pozo” también puede marcar una gran diferencia.

Recuerda, es un momento de prueba... un momento en el que se está desarrollando tu carácter. Este período es lo que a veces yo le llamo: los “años silenciosos” porque es un momento en el cual puedes sentir que no está sucediendo mucho en tu vida.

O puedes estar pasando por mucho dolor y conmoción, y te sientes como si Dios no estuviera haciendo nada al respecto.

Pero es de vital importancia que confíes en Él durante este tiempo, porque Él está obrando en tu corazón para hacerte más como Cristo.

### **Entonces, ¿qué debes hacer cuando estás estancado en tu pozo?**

- **¡No te des por vencido!** Lucha contra la tentación de pensar que no hay manera de salir de tu situación. Jesús es el Camino. Este es tu momento de acercarte y seguirlo.
- **Evita culpar a Dios o pensar que te está castigando por algún pecado.** Simplemente Él está usando la situación para obrar en tu vida. Y aunque puede que no siempre se sienta bien, Su propósito siempre será para tu bien.
- **Haz lo correcto, incluso cuando estés sufriendo, cuando no te sientas bien o cuando otros te tratan mal.** Haz algo bueno para la mayor cantidad de personas que puedas con la mayor frecuencia posible.
- **No te apartes, no te enojas, o te aisles de los demás.** Recuerda, puedes dar lastima o ser poderoso, ¡pero no puedes ser ambas cosas! Muchas veces,

Dios puede usar a otros para animarte en este momento.

- **Mantén tu palabra y honra tus compromisos.** Este es un momento de formación de carácter y te está preparando para que tomes tu lugar en el “palacio.”
- **No dejes de creer** ... ¡no pierdas la esperanza de que Dios puede mejorar tu situación!

## SACÚDETE

Es posible que hayas escuchado la historia de un burro que se cayó en un pozo.

Al ver lo sucedido, su dueño lo pensó un rato, luego decidió que el pozo era demasiado profundo y el burro demasiado viejo, por lo que decidió enterrarlo en el pozo.

Llamó a algunos amigos y vecinos para que le ayudaran y empezaron a echar tierra en el hoyo.

Al principio, el burro gritó, obviamente aterrizado por su situación. Más tarde, sin embargo, su dueño notó que se había quedado callado y pensó que probablemente ya había muerto. Pero el burro no había muerto.

Cuando el dueño miró hacia abajo en el hoyo, vio que cada vez que la tierra caía sobre su lomo, el burro se la sacudía y la pisaba, apretándola debajo de sus

pezuñas. ¡Esto continuó durante horas hasta que, finalmente, el burro había comprimido la tierra lo suficiente como para levantarse y salir de ese pozo!

Podemos aprender algo de ese burro. La vida nos echará tierra de vez en cuando. Puede ser en las relaciones, nuestras finanzas, o la salud. Pero este es un momento para aprender a seguir la dirección del Espíritu Santo. Él te mostrará cómo sacudirte la suciedad y dar un paso adelante, dándote destellos de Su gloria en cada paso que des desde tu pozo hasta tu palacio.

Siempre habrá obstáculos que superar. Siempre habrá "problemas" que superar. Pero también habrá segundas oportunidades y nuevos comienzos.

Nunca es demasiado tarde, ¡no te des por vencido! Cuando hagas tu parte y haz lo que puedas, mientras te aferres a la esperanza, avances y te niegues a renunciar a Dios, Él será fiel en hacer lo que tú no puedas.

Entonces, si estás estancado y no sabes qué hacer, no pierdas la esperanza, porque estás en la posición perfecta para comenzar de nuevo.

- CAPÍTULO 3 -

# Elige Una Actitud Esperanzadora

**Debido a que fui abusada cuando era niña,** desarrollé un vago temor de que algo malo siempre estuviera a punto de suceder. A lo mejor te puedes identificar con lo que estoy diciendo.

Me sucedieron tantas cosas malas que llegué al punto en el que esperaba por algo malo todo el tiempo, incluso después de ser cristiana.

Recuerdo la mañana que finalmente oré y le pregunté a Dios: "¿Qué es esto? ¿Por qué me siento así todo el tiempo?"

Dios habló a mi corazón y dijo: "Son malos presentimientos." Yo nunca había escuchado antes ese término, pero unos días después lo encontré en Proverbios 15:15, que dice:

***Para el afligido todos los días son malos; para el que es feliz todos son de fiesta.***

Todos enfrentaremos momentos difíciles en la vida, y cuando lo hacemos, es fácil temer por el futuro y tener pensamientos y presentimientos ansiosos. Pero tenemos que ir al punto donde aprendemos a estar de acuerdo con Dios y Su Palabra cuando surgen problemas.

Podemos liberar nuestra fe diciendo: "Sé que Dios me ama. Él me cuidará y me protegerá. Creo que Él me dará la gracia y la fortaleza para hacer lo que tengo que hacer, y algo bueno saldrá de esto."

### **¡NO TENGAS MIEDO!**

Dios nunca tiene la intención de que seamos infelices o que tengamos un "día horrible," incluso cuando las cosas no van como queremos. Él quiere que tengamos la expectativa de cosas buenas y que estemos llenos de esperanza, independientemente de nuestras circunstancias.

Y aquí hay tres palabras que te ayudarán a hacerlo: *No tengas miedo*.

¿Qué es el miedo? El miedo es simplemente esperar tener una experiencia desagradable, es exactamente lo opuesto a la esperanza.

Sin darse cuenta, creo que mucha gente tiene miedo a lo largo del día. Podemos tener miedo de ir al trabajo, miedo a la congestión del tráfico, miedo a lavar los platos, lavar la ropa, cortar el césped, cocinar la cena, etc.



Sin embargo, el miedo puede robarnos la alegría y arruinar nuestro día. El miedo puede dejarnos sin esperanza. En cambio, te animo a que dejes de sentirte infeliz por cosas sobre las que no puedes hacer nada. ¡Elige mantenerte feliz y deja que Dios se encargue de ello!

En cada situación, necesitamos tener una actitud que diga: "Puedo hacer lo que sea que tenga que hacer y no voy a dejar de disfrutar de mi vida, sin importar lo que esté sucediendo." No planeé esto, pero sé que Dios puede disponer todo para mi bien."

Ahora, yo no estoy diciendo que esto siempre hará que tus problemas desaparezcan. Sin embargo, ¡elegir no tener miedo sin duda mejorará la vida!

## ENCONTRA LA ALEGRÍA EN LAS COSAS PEQUEÑAS

Tener una vida victoriosa no se trata solo de las cosas "grandes" de la vida, esto comienza con las cosas pequeñas. El Señor quiere que podamos tener éxito y gozo en todos los aspectos de nuestra vida, y vencer el miedo es una parte importante de ello. ¡Nuestra decisión de tener una actitud positiva y esperanzada, puede literalmente marcar toda la diferencia!

Seguro, habrá algunas cosas en la vida que serán más difíciles o menos agradables; sin embargo, no tienen por qué hacernos sentir miserables o arruinar nuestro día. Elegir realmente depende de nosotros y de la actitud que decidamos tomar.

Es asombroso cómo podemos sentir lástima de nosotros mismos y luego permitir que nuestra actitud arruine un día perfectamente bueno para nosotros y para los demás. Créeme, lo sé, era bastante buena jugando al “mártir” cuando se trataba de hacer las tareas del hogar.

A menudo caminaba por la casa enfadada, murmurando cosas como, “Bueno, todos por aquí esperan que yo haga todo. Dave sale y juega golf y los niños hacen desorden. Yo solo cocino sus comidas y limpio sus platos y lavo la ropa. ¡Quiero saber quién se preocupa por mí!”

La verdad era que nadie me estaba obligando a hacer esas cosas. Elegí hacerlas porque amo a mi familia. Sin embargo, rara vez me divertía porque estaba muy decidida a tener una actitud negativa.

¿Te suena familiar? Es posible que tu situación no se trate de las tareas domésticas, pero todos estamos tentados a sentir lástima por nosotros mismos y tener miedo por algo en un momento u otro.

Incluso cuando nos suceden cosas malas o inconvenientes, podemos optar por responder de manera positiva. Cuando lo hacemos, estamos de acuerdo con Dios, porque Dios siempre es positivo.

## **ENFOCARSE EN LO POSITIVO**

A menudo yo animo a la gente a jugar “El juego

alegre." ¿Qué es? Cuando te enfrentes a una situación negativa, elige a propósito ver el buen potencial.

Por ejemplo, si te quedas atascado en el tráfico, di: "Me estoy moviendo lento y estoy retrasado, pero tal vez Dios me está protegiendo de un accidente que habría ocurrido si hubiera ido más rápido."

Esto funciona para cualquier situación, grande o pequeña. Incluso si es algo tan importante como perder un trabajo, puedes optar por cambiar tu enfoque a lo positivo y decir: "Puede que me quede sin trabajo, pero ahora tengo la oportunidad de ver cómo Dios me proporcionará un trabajo mejor que el que tenía antes."

La Biblia dice: *...Por eso el Señor los espera, para tenerles piedad; por eso se levanta para mostrarles compasión. Porque el Señor es un Dios de justicia. ¡Dichosos todos los que en él esperan!* (Isaías 30:18).

No importa lo que la vida te depare, Dios tiene un plan para mejorarlo, un plan lleno de esperanza y cosas buenas. Te animo a que te pongas de acuerdo con Él.

Acércate cada día con una actitud positiva y esperanzada y elige no tener miedo. Mientras lo haces, creo que comenzarás a encontrar alegría en cada parte de tu vida.

- CAPÍTULO 4 -

# Confiar en Dios en Medio de la Tormenta

**A lo largo de los años, he aprendido que, una cosa es confiar en Dios por algo**, para cambiar algo o alguien en tu vida, pero otra cosa completamente diferente es confiar en Dios en medio de algo.

Me consuela mucho Isaías 43: 2-3. Dice: ***Cuando cruces las aguas, yo estaré contigo; cuando cruces los ríos, no te cubrirán sus aguas; cuando camines por el fuego, no te quemarás ni te abrasarán las llamas. Yo soy el Señor, tu Dios...***

Cuando estás pasando por tiempos difíciles, es muy importante recordar que Dios está ahí contigo y puedes confiar en Él para que te ayude a superarlos.

Por ejemplo, puede ser difícil mantener la fe cuando las circunstancias no tienen sentido o la vida simplemente no parece justa. Es especialmente difícil cuando sientes que estás haciendo lo que deberías hacer y no estás obteniendo el resultado correcto.

O qué tal este: Ves a alguien que no está haciendo lo correcto, ¡pero aparentemente está obteniendo un mejor resultado que tú! Habrá momentos en nuestras vidas en los que todo se siente como si se estuviera sacudiendo y nada se siente seguro, y la única respuesta real es confiar en Dios y seguir confiando en Él.

También he aprendido por experiencia que Dios usará estos tiempos para nuestro beneficio. Cuando la vida se sienta inestable, Él usará nuestras circunstancias para ayudarnos a acercarnos más a Él y a aferrarnos firmemente a la roca de nuestra salvación, Jesucristo, ¡quien no puede ser movido ni sacudido! (Ver Salmo 62: 2, 6).

### “CRECER” EN LOS TIEMPOS DIFÍCILES

Esto puede sonar gracioso, pero he llegado al punto en el que creo que las pruebas y las dificultades pueden ser algunos de nuestros mejores amigos. ¿Por qué? Porque el Señor las usa para enseñarnos, entrenarnos y ayudarnos a crecer de maneras que no podemos hacerlo por nuestra propia cuenta.

De hecho, Santiago 1: 2-3 nos dice: ***Hermanos míos, considérense muy dichosos cuando tengan que enfrentarse con diversas pruebas, 3 pues ya saben que la prueba de su fe produce constancia.***

Las pruebas y el sufrimiento no son originadas por Dios, pero Él las usará para hacernos más fuertes y ayudarnos a disfrutar de una vida más pacífica, estable y satisfactoria.

Los momentos difíciles de la vida nos hacen convertirnos en la persona que queremos ser. Cuando nos encontramos con una situación que está “sobre nuestras cabezas,” nos ayuda a poner nuestra dependencia en Él, sabiendo que no podemos resolver todos nuestros propios problemas.

El Señor quiere que vayamos a Él en busca de nuestras fuerzas y alcancemos un punto en el que podamos permanecer estables, incluso cuando enfrentamos las pruebas de la vida. Él quiere que tengamos gozo y contentamiento en Él, incluso cuando nuestras circunstancias no sean perfectas (ver Nehemías 8:10).

Al igual que los diamantes se forman bajo gran presión, Dios a menudo usa las dificultades en nuestras vidas para hacernos humildes, desarrollar nuestro carácter, transformarnos a Su imagen... y prepararnos para las cosas buenas que Él tiene para nuestro futuro.

### **LAS PRUEBAS NOS AYUDAN A CONFIAR**

Hay una tremenda libertad en confiar en Dios. Cuando algo no va como queremos, en lugar de enojarnos u ofendernos, podemos confiar en que Él tiene un plan que es mejor que el nuestro, y finalmente dispondrá la situación para nuestro bien (ver Romanos 8:28).

Necesitamos entender esto porque a veces, cuando tenemos problemas, podemos ofendernos con Dios o incluso con otras personas que están siendo bendecidas. Podemos tener una actitud moralista que diga: “Bueno, yo soy mejor cristiano que tú, merezco esas bendiciones.”

Por ejemplo, tal vez desees un ascenso en el trabajo, pero alguien más lo recibe en vez de ti. *¿Qué deberías hacer?*

Puedes ofenderte, ser moralista y realmente lastimarte espiritualmente. O puedes confiar en Dios y decir: “Señor, si aquí es donde Tú me quieres ahora, entonces voy a servir a mi jefe con una sonrisa en mi rostro. Y sé que, si quieres ponerme en otro lugar, puedes hacerlo en el momento perfecto.”

¡He aprendido que Dios es más inteligente que nosotros! A veces pospone darnos lo que queremos porque Él tiene un propósito diferente en mente, algo mejor de lo que podríamos haber imaginado.

Por ejemplo, muchas veces el Señor me ha permitido pasar por cosas difíciles. A veces ha sido extremadamente difícil, especialmente cuando vi a otras personas recibir victorias en las mismas áreas rápidamente.

Pero cuando Dios me permite caminar por este camino, quiere que yo experimente y entienda por lo que está pasando la gente, para que yo pueda relacionarme con su dolor y ayudarles a atravesarlo con éxito.

Si no fuera por los momentos difíciles de mi vida, circunstancias que el Señor usó para ayudarme a crecer y cambiar, ¡ciertamente no podría ayudar a la cantidad de personas que ayudo hoy!

Dios nunca nos prometió una vida libre de problemas, pero sí promete jamás dejarnos ni desampararnos (ver Hebreos 13: 5). En los tiempos difíciles, podemos tener consuelo sabiendo que Él nos ama tremendamente y que ya tiene un plan para ayudarnos.

### **DIOS ESTÁ CONTIGO EN MEDIO DE TODO.**

Quiero animarte a tomar una decisión determinada de confiar en Dios en cada área de tu vida. Cuando te golpean las tormentas de la vida o experimentas cosas que no entiendes, es cuando tienes que elegir seguir confiando en Él, sin importar lo que pienses o sientas, y sin importar cómo sean tus circunstancias.

Y mientras confías en Dios a través de todo, Él te dará algo estable: *te dará más de Él mismo.*

¿Estás pasando por algo difícil hoy? ¿Hay alguna prueba que amenace con abrumarte? Si es así, te animo a que te tomes un momento ahora mismo y ora.

**“Señor, te agradezco por estar siempre conmigo, en los buenos tiempos y también cuando la vida se pone difícil. Ayúdame a acercarme más a Ti cuando la vida no tenga sentido. Confío en Ti y sé que todo lo dispondrás para mi bien. En el nombre de Jesús, oro. Amén.”**

Recuerda, lo que estás pasando ahora no va a durar para siempre. Cuando yo estoy pasando por un



momento difícil, me gusta recordarme a mí misma: “Esto también pasará.” Mientras tanto, puedes optar por poner tu confianza en Dios y permitirle que te dé gozo en medio de lo que está pasando.

También es bueno permanecer en la Palabra de Dios y animarse con versículos como Isaías 41:10. Dios dice: ***Así que no temas, porque yo estoy contigo; no te angusties, porque yo soy tu Dios. Te fortaleceré y te ayudaré...***

Sea lo que sea por lo que estés pasando en este momento, te animo a que aguantes y no te des por vencido. Toma la decisión de mantener una buena actitud y continuar depositando tu confianza en Dios. Porque Jesús está contigo en cada tormenta, y saldrás más fuerte al otro lado.

- CAPÍTULO 5 -

# Todas las Cosas Hechas Nuevas

**Cuando estás decepcionado y te sientes desesperado, es de gran ayuda recordar cómo el Señor te ha ayudado en el pasado.** También es alentador recordar Su fidelidad para con los demás, personas como tú que han necesitado desesperadamente la ayuda de Dios.

¿Alguna vez te has dado cuenta de todas las personas a lo largo de la Biblia a las que Dios les dio un nuevo comienzo?

**Moisés** era un anciano antes de tener un encuentro con la zarza ardiente y fue llamado por Dios para liderar una nación. ¡Antes de esto, sin embargo, pasó 40 años escondido en la parte trasera del desierto! No tenía idea de lo que Dios había planeado. (Ver Éxodo 1-4.)

**David**, un humilde joven pastor, fue ungido para ser el rey de Israel. Él era esencialmente un don nadie, era la última persona que alguien hubiera elegido para ser rey. Pero Dios lo usó para guiar a Su pueblo. (Ver 1 Samuel 16.)

**Pedro**, el apóstol que negó a Cristo, fue perdonado y llamado a pasar el resto de su vida predicando y glorificando a Dios. (Ver Lucas 22: 54-62; Juan 21; Hechos 3.)

¡Y **Pablo**, quien una vez persiguió al pueblo de Dios, se transformó en el camino a Damasco y terminó escribiendo gran parte del Nuevo Testamento! (Ver Hechos 9: 1-22.)

Cuando piensas en todas las personas a lo largo de las Escrituras a quienes Dios perdonó, redimió y usó de manera poderosa, ¿puedes dudar de que Él pueda hacer lo mismo por ti?

Nuestro Dios es el Dios de la esperanza. Él es el Dios de las “transformaciones,” las segundas oportunidades, los nuevos comienzos y nuevos inicios. Y Él no tiene ningún límite sobre cuántos puedes tener.

## VER CON EL OJO DE LA ESPERANZA

Recuerda, la esperanza es el ancla de nuestra alma. Cuando las cosas se ven oscuras y no tenemos una respuesta, es cuando la esperanza entra en acción para recordarnos que nuestro nuevo comienzo está a la vuelta de la esquina.

Cuando parece que todos los demás están siendo bendecidos, y estamos cansados y tenemos ganas de renunciar, es la esperanza la que estabiliza nuestro corazón y nos mantiene firme la fe en la promesa de Dios.

Una vez más, la esperanza es una expectativa favorable y segura. Es una actitud positiva y la feliz anticipación de que va a suceder algo bueno.

La verdadera esperanza no es una actitud vaga e indecisa de “esperemos y ojalá qué suceda,” sino creer y confiar en que lo que Dios prometió, Él lo hará. Dios solo está buscando oportunidades para ser bueno con Sus hijos, ¡y Él quiere que lo esperemos y lo anhelemos!

En 1 Tesalonicenses 5: 8, la esperanza se describe como un casco. Entonces, lo que *pensamos* debe ser bastante importante. ¡Nuestra actitud y lo que esperamos tiene mucho que ver con lo que estamos pensando y diciendo!

Te animo a que, a primera hora de cada mañana tomes el control de tus pensamientos y palabras. Cuando te despiertes por la mañana, no te conformes con pensamientos como: *Bueno, supongo que intentaré pasar otro día.*

En cambio, anticipa las cosas buenas de Dios. Piensa y declara cosas como:

**¡Dios, gracias por este día! Sé que me amas y tienes un buen plan para mí hoy. Apartado de Ti, no puedo hacer nada, pero en Cristo, puedo hacer lo que sea necesario. Y con Tu ayuda voy a tener una buena actitud y pensamientos positivos.**

Entonces espera tu gran victoria y un nuevo comienzo.  
Di: "¡Hoy podría ser el día!"

Es importante darse cuenta de que no podemos vivir del cómo nos sentimos si queremos tener una vida positiva y llena de esperanza. Cuando surgen sentimientos negativos, si no nos rendimos ante ellos y no los alimentamos, morirán.

Por lo tanto, no caigas en la trampa de esperar para *sentirte* esperanzado, sino que decide estar lleno de esperanza. Cuando tomas la decisión consciente de tener pensamientos positivos y llenos de fe a lo largo del día, ¡tus sentimientos eventualmente se pondrán al día con tu decisión!

## **SAL DE TU CAMPAMENTO**

Hace varios años, le pregunté al Señor: "¿Por qué ya no me suceden cosas emocionantes y especiales en mi vida?"

Dios habló a mi corazón y dijo: "Joyce, todavía hago esas cosas todo el tiempo. Solamente que te has acostumbrado."

Dios quiere que vivamos asombrados por Su bondad en nuestras vidas... para que tomemos nota activamente de las cosas verdaderamente maravillosas que Él hace por nosotros. ¿Por qué? Porque cuando vivimos asombrados, ¡nunca estaremos sin esperanza! Veamos la historia de Abraham...

Dios había bendecido a Abraham abundantemente. Sin embargo, había una cosa que él y su esposa Sarah no tenían, un hijo. Abraham dijo: **Señor y Dios, ¿para qué vas a darme algo, si aún sigo sin tener hijos...?**

**Luego el Señor lo llevó afuera y le dijo: —Mira hacia el cielo y cuenta las estrellas, a ver si puedes. ¡Así de numerosa será tu descendencia!** (Génesis 15: 2, 5).

Aunque las circunstancias de Abraham parecían abrumadoras, el Señor lo sacó de su campamento para asombrarlo y recordarle que Él puede hacer lo imposible.

Creo que todos podemos pasar demasiado tiempo “en nuestro campamento,” mirando nuestros propios problemas. Es por eso que la Biblia dice que debemos apartar la mirada de las distracciones de la vida y enfocarnos en Jesús, el Autor y Consumador de nuestra fe (ver Hebreos 12: 2).

Cada vez que decidimos orar, leer Su Palabra o simplemente fijarnos en las grandes cosas que Él ha hecho por nosotros en el pasado, produce esperanza. Y, como Abraham, pronto estaremos pensando: *¡Guau, tal vez Él pueda hacer esto por mí!*

Cuando los tiempos son difíciles y te sientes desanimado, es hora de salir del campamento y ver lo que Dios tiene que decir. *Cuando lo hagas, encontrarás que Él está esperando para sorprenderte.*

## DOBLE PORCIÓN

Si eres como yo, te resulta fácil tener esperanza para otra persona. No me cuesta nada ver el lado positivo y animarlos con palabras como: "Todo saldrá bien, solo confía en Dios y Él cambiará las cosas."

¿Pero cuándo somos nosotros? ¡Esa es una historia diferente! Cuando estamos en medio del dolor o en un momento decepcionante, es muy tentador ceder a pensamientos como "Se acabó." *Es demasiado tarde para mí.*

¡Pero no es demasiado tarde! Nunca es demasiado tarde para comenzar de nuevo cuando tienes una vida en Cristo. Tu pasado no es tu destino. Si te niegas a perder la esperanza y permites que el Espíritu Santo te guíe, Dios no solo restaurará lo que tenías, sino que hará que tu vida sea aún mejor.

Amo a Joel 2: 25-26. Mientras lees, toma este pasaje en serio. Recibe esto para ti hoy.

***Yo les compensaré a ustedes por los años en que todo lo devoró ese gran ejército de langostas que envié contra ustedes: las grandes, las pequeñas, las larvas y las orugas. Ustedes comerán en abundancia, hasta saciarse, y alabarán el nombre del Señor su Dios, que hará maravillas por ustedes. ¡Nunca más será avergonzado mi pueblo!***

Cuando yo era una adulta joven, estaba convencida de que siendo abusada cuando era niña me había estropeado para siempre. Sentí que nunca podría ser como todos los demás o tener la vida que podría haber tenido.

¡Pero todo es posible para Dios! Cuando vemos callejones sin salida, Él ve nuevos comienzos. Él quiere tomar el dolor de nuestro pasado y no solo sanarlo, ¡sino que Él quiere restaurarnos más de lo que hubiéramos tenido al principio!

Mira conmigo Isaías 61: 7. Dice: ***En vez de su vergüenza, mi pueblo recibirá doble porción; en vez de deshonra, se regocijará en su herencia; y así en su tierra recibirá doble herencia, y su alegría será eterna.***

A menudo digo que, con Dios, si el Plan A falla, entonces Él siempre tiene un Plan B, ¡y será incluso mejor que el Plan A!

Dios es el Dios de la restauración y los nuevos comienzos. Si le permites, Él te dará un nuevo comienzo, ¡te dará el doble! Y será mejor de lo que imaginas.



- CAPÍTULO 6 -

# Cómo Levantar la Mirada Cuando Te Sientes Desanimado

**Todos experimentamos momentos en la vida en los que nos sentimos deprimidos por varias razones,** pero no podemos permitir que nuestras circunstancias controlen nuestras emociones.

Satanás busca llenar nuestra mente con pensamientos negativos que eventualmente nos hacen perder el gozo y sentirnos tristes. Es un desalentador y quiere hundirnos en todas las maneras posibles, emocional, espiritual, económicamente.

Pero Jesús es nuestro alentador, ¡y vino a levantarnos! Vino a darnos justicia, paz y gozo. Él quiere que esperemos cosas buenas para nuestro futuro y nos llena de esperanza.

Todos experimentamos momentos de frustración y angustia por planes o sueños incumplidos. Cuando las cosas no salen como esperamos, es normal sentirse desanimado o decepcionado.

Pero debemos tener cuidado con la forma en que lidiamos con estos sentimientos, porque si permanecemos allí demasiado tiempo, nos puede conducir a la depresión.

El Salmo 30: 5 nos dice que: ***Si por la noche hay llanto, por la mañana habrá gritos de alegría.***

Las cosas pueden hacernos sentir tristes temporalmente, pero no debemos permanecer tristes. Si lo hacemos, el enemigo aprovecha esa puerta abierta y se abre camino en nuestras vidas, trayendo problemas más serios.

Sin embargo, con Dios, cuando nos *decepcionamos*, siempre podemos tomar la decisión de volver a levantarnos. Podemos optar por buscar en Él una nueva esperanza y fuerzas renovadas para seguir adelante.

## **PON ATENCIÓN A TUS SENTIMIENTOS**

Si alguna vez has experimentado depresión, sabes que eso es muy real. Esto puede hacernos sentir aislados, solos y sin esperanza... como si todo lo que nos rodea se estuviera derrumbando.

Ahora, me doy cuenta de que la depresión puede ser el resultado de un desequilibrio físico o químico, y no quiero descartar estas causas. Hay ocasiones en las que el Señor dirigirá y guiará a alguien para que acuda a un profesional médico o un psicólogo capacitado que pueda ayudarlo a llegar a la raíz del problema. Creo que el conocimiento médico viene de Dios y que Él obra a través de los médicos para hacer grandes cosas.

Sin embargo, para un gran número de personas, la depresión también es un problema espiritual. Verás, satanás usa la depresión para robar el poder espiritual y la libertad de una persona; él busca llenar nuestras mentes con oscuridad y tristeza, a fin de abatirnos emocionalmente.

Pero Dios quiere ayudarnos a vivir libres de la depresión. Quiere llenarnos de Su gozo, esperanza y expectativa de cosas buenas para nuestra vida. Para cooperar con Él, una cosa que debemos hacer es aprender a no vivir de acuerdo con nuestros sentimientos.

A menudo he dicho que las emociones pueden ser uno de nuestros mayores enemigos. Es fácil dejarse llevar por cómo nos sentimos, pero debemos darnos cuenta de que los sentimientos son inconstantes, ¡cambian de un día para otro!

No debemos seguir a todos los pensamientos o sentimientos que surjan, porque a menudo pueden contradecir la verdad de lo que Dios dice sobre nosotros.

Durante muchos años de mi vida, experimenté depresión moderada. Me despertaba por la mañana con una vocecita en mi cabeza que decía: "Me siento deprimida." Yo creía que era mi propio pensamiento, sin darme cuenta de que el enemigo estaba tratando de decirle mentiras a mi mente.

Más tarde, cuando Dios me llevó a caminar más cerca de Él y comencé a estudiar seriamente Su Palabra,

aprendí que no tenía que seguir cada sentimiento y pensamiento que tenía. Comencé a hablar en voz alta y a decir: “¡No me desanimaré ni me deprimiré!”

Siempre tendremos sentimientos, ellos nunca desaparecerán. Sin embargo, tenemos la opción de permitir o no que nuestros sentimientos dicten nuestras vidas.

## **HAZ UN INVENTARIO DE TUS PENSAMIENTOS**

La mente es otra clave importante para superar el desánimo y la depresión. ¿Sabías que lo que piensas tiene el poder de afectar todas las áreas de tu vida?

Proverbios 23: 7 (RVR1960) dice: ***Porque cuál es su pensamiento en su corazón, tal es él...***

¡Nuestras mentes son poderosas! Cuando elegimos morar en todas las cosas negativas sobre nosotros mismos o las cosas malas que nos han sucedido, se alimenta el desánimo y la depresión.

Hace años tuve una lucha contra el cáncer de pecho y fue realmente un momento de prueba para mí. Sabía que no haría falta mucho para llevarme al límite si permitía que mi mente se volviera negativa.

Durante ese tiempo, Dios puso en mi corazón el llenar mi mente con las siguientes cosas y luego decirlas en voz alta tan a menudo como pudiera. Pensaba y decía:

***“Dios, sé que me amas. Creo que todo les sale bien a los que te aman y son llamados de acuerdo con Tu***

**propósito. En Ti confío y no temeré.”** (Ver Romanos 8:28, 35-39; Josué 1: 9; Proverbios 3: 5.)

Verás, cuanto más tiempo pasas leyendo y pensando en Su Palabra, más se mete dentro de ti y comienzas a cambiar de adentro hacia afuera.

Hebreos 4:12 dice que la Palabra de Dios **es viva y poderosa**. Tiene la capacidad de cambiar la forma en que te ves a ti mismo e incluso tu futuro.

Al llenar tu mente con lo que Dios dice sobre ti y reclamar Sus promesas como propias, traerá esperanza y fortalecerá tu fe.

### UNA RECETA BÍBLICA PARA LA DEPRESIÓN

Como mencioné, la depresión a veces es el resultado de un problema físico o químico, y creo que es importante permitir que los médicos nos ayuden como el Señor guíe. Pero incluso cuando visitamos a un médico, creo que es bueno asegurarnos de que ponemos nuestra confianza en Dios, nuestro Sanador.

Sin embargo, la depresión también es a menudo una batalla espiritual... y la Biblia nos da excelentes instrucciones sobre cómo combatirla.

Isaías 61: 3 nos dice que nos vistamos con el **manto de alegría en lugar del espíritu angustiado...** (RVR1960).

Puede que no siempre tengamos ganas de alabar a Dios, pero tomarnos unos momentos para hablar con

el Señor y agradecerle por Su bondad, es una de las armas más poderosas que tenemos para combatir el desánimo y la depresión.

Literalmente invitamos a la presencia de Dios a nuestra situación, lo que nos trae Su fuerza, paz y gozo.

Filipenses 4: 4 dice: ***Alégrese siempre en el Señor. Insisto: ¡Alégrese!***

Alabar al Señor en medio de nuestro dolor es lo más grande que podemos hacer. ¿Por qué? Porque cuando elegimos fijar nuestra atención en Dios y alegrarnos en las cosas buenas que Él ha hecho, lo hacemos a Él más grande que nuestros problemas.

La verdad es que Dios siempre es bueno, independientemente de lo que esté sucediendo en nuestras vidas. Él es nuestra Fuente de gozo y podemos acudir a Él en busca de alivio en cualquier momento que lo necesitemos.

Esto me lleva al Salmo 16:11. Dice: ***...Me llenarás de alegría en tu presencia, y de dicha eterna a tu derecha.***

Cuando adoramos a Dios, invitamos Su presencia a nuestras vidas. Él reemplaza nuestro desánimo y tristeza con Su gozo y paz... dándonos esperanza y soplando nueva vida a nuestra situación.

No siempre podemos cambiar todo lo que sucede a nuestro alrededor, pero la presencia de Dios nos

cambiará el cómo pensamos, cómo nos sentimos y cómo vemos nuestras circunstancias.

## DEJA QUE DIOS SE LLEVE TU DOLOR

Nunca estaremos completamente libres de experimentar dolor o decepción, pero no tenemos que permitir que lo que suceda hoy arruine el mañana.

Tenemos una opción. De hecho, podemos cambiar las cosas al tomar la decisión de dejar de lado las situaciones que causaron el desánimo y la depresión, y avanzar hacia las cosas buenas que Dios ha planeado para nuestro futuro.

Me gusta mucho 1 Pedro 5: 9, que dice que: **Resístan lo, manteniéndose firmes en la fe...** Es muy importante resistir inmediatamente los sentimientos de desánimo y depresión, porque cuanto más tiempo les permitamos permanecer, más difícil será resistir.

He dicho esto durante años: si no dejas que satanás te impresione con lo que hace, entonces no podrá oprimirte; y si no puede *oprimirte*, tampoco puede *deprimirte*.

La próxima vez que te encuentres con una situación que amenaza con hundirte, toma la decisión de recurrir al Espíritu Santo y deja que Él te llene de esperanza. Elige creer lo que Dios dice, en lugar de tus sentimientos. Llena tu mente y boca con cosas positivas y esperanzadoras de la Palabra de Dios.

No tienes que permitir que el desánimo y la depresión gobiernen tu vida. Cuando “la vida pasa,” deja que el Dios de toda esperanza te fortalezca y te anime desde adentro hacia afuera.

Porque no importa por lo que estés pasando, Dios está listo y dispuesto para ayudarte a tomar tu dolor... y convertirlo en algo grandioso.



## CONCLUSIÓN

# ¿Estás Pasando Por Un Tiempo Difícil?

**Si estás pasando por un tiempo difícil en este momento, quiero que sepas que Dios te ama.** Él ve por lo que estás pasando, está contigo y desea ayudarte justo donde estás.

El Salmo 34:18 (NVI) dice: *El Señor está cerca de los quebrantados de corazón, y salva a los de espíritu abatido.* Cuando sufrimos, a Dios también le duele.

En este momento, puedes estar enfrentando lo que parece una situación imposible. Pero quiero que sepas que Dios puede hacer nuevas todas las cosas. Él puede tomar tu problema y convertirlo en algo bueno.

Si estás lidiando con circunstancias difíciles o algo que amenaza con abrumarte, te animo a que te tomes unos momentos y ores ahora mismo:

**Padre, te necesito ahora mismo. Tú dices que me amas y que ves exactamente dónde estoy... y a pesar de cómo me siento, elijo creer en Tu Palabra.**

**Frente a todo lo que estoy pasando, busco Tu ayuda. Necesito Tu fuerza para lidiar con todo lo que me parece demasiado grande en este momento. Ayúdame a mantener mis ojos en Ti. Por favor, hazte real para mí... y anímame para el camino que tengo por delante. Ayúdame a experimentar Tu amor y Tu presencia de una manera tangible. Te doy todo lo que soy. En el nombre de Jesús, amén.**

También te animo a que tomes un tiempo y leas los versículos de las Escrituras a continuación. Puedo decirte por experiencia que la Palabra de Dios cambiará tu vida, la forma en que piensas, la forma en que te sientes... e incluso cómo ves tu futuro.

Amo a Jeremías 29:11. Dice que Dios tiene un buen plan para tu futuro, planes de bienestar... planes que te trae *esperanza*.

Recuerda siempre que Dios está de tu lado. Él es el Dios de lo imposible y que puede hacer un milagro de cualquier situación.

### **DIOS TE AMA.**

*"Con amor eterno te he amado; por eso te sigo con fidelidad."*

#### **Jeremías 31: 3 (NVI)**

*"Aunque cambien de lugar las montañas y se tambaleen las colinas, no cambiará mi fiel amor por ti ni vacilará mi pacto de paz, —dice el Señor, que de ti se compadece."*

#### **Isaías 54:10 (NVI)**

*Tú llevas la cuenta de todas mis angustias y has juntado todas mis lágrimas en tu frasco; has registrado cada una de ellas en tu libro.*

**Salmos 56:8 (NTV)**

*Antes de formarte en el vientre, ya te había elegido; antes de que nacieras, ya te había apartado; te había nombrado profeta para las naciones.*

**Jeremías 1:5 (NVI)**

**DIOS TE AYUDARÁ.**

*“Así que no temas, porque yo estoy contigo; no te angusties, porque yo soy tu Dios. Te fortaleceré y te ayudaré; te sostendré con mi diestra victoriosa.”*

**Isaías 41:10 (NVI)**

*Aun si voy por valles tenebrosos, no temo peligro alguno porque tú estás a mi lado; tu vara de pastor me reconforta.*

**Salmos 23:4 (NVI)**

*Busqué al Señor, y él me respondió; me libró de todos mis temores.*

**Salmos 34:4 (NVI)**

*Cuando cruces las aguas, yo estaré contigo; cuando cruces los ríos, no te cubrirán sus aguas; cuando camines por el fuego, no te quemarás ni te abrasarán las llamas.*

**Isaías 43:2 (NVI)**

## **DIOS ES TU ESPERANZA.**

*Porque yo sé muy bien los planes que tengo para ustedes —afirma el Señor—, planes de bienestar y no de calamidad, a fin de darles un futuro y una esperanza.*

**Jeremías 29:11 (NVI)**

... “Nunca te dejaré; jamás te abandonaré.”

**Hebreos 13:5 (NVI)**

*Porque para Dios no hay nada imposible.*

**Lucas 1:37 (NVI)**

*Encomienda al Señor tus afanes, y él te sostendrá; no permitirá que el justo caiga y quede abatido para siempre.*

**Salmos 55:22 (NVI)**

*Cuando siento miedo, pongo en ti mi confianza.*

**Salmos 56:3 (NVI)**

## **DIOS ES TU CONSUELO Y FORTALEZA**

*Restaura a los de corazón quebrantado y cubre con vendas sus heridas.*

**Salmos 147:3 (NVI)**

*Él fortalece al cansado y acrecienta las fuerzas del débil... pero los que confían en el Señor renovarán sus fuerzas; volarán como las águilas: correrán y no se fatigarán, caminarán y no se cansarán.*

**Isaías 40:29, 31 (NVI)**

*Vengan a mí todos ustedes que están cansados y agobiados, y yo les daré descanso.*

**Mateo 11:28**

*Dios es nuestro amparo y nuestra fortaleza, nuestra ayuda segura en momentos de angustia.*

**Salmos 46:1**

# Oración de Salvación

**Dios te ama y quiere tener una relación personal contigo.** Si no has aceptado a Jesucristo como tu Salvador, puedes hacerlo ahora mismo. Simplemente ábrele tu corazón y haz esta oración:

“Padre, sé que he pecado contra Ti. Por favor, perdóname. Lávame y límpiame. Prometo confiar en Jesús, Tu Hijo. Creo que Él murió por mí; Él tomó mi pecado sobre Sí mismo cuando murió en la cruz.” Creo que resucitó de entre los muertos, yo entrego mi vida a Jesús ahora mismo.

“Gracias, Padre, por Tu regalo del perdón y la vida eterna. Por favor, ayúdame a vivir para Ti. En el nombre de Jesús, amén.”

Como has orado desde tu corazón, Dios te ha recibido, te ha limpiado y te ha liberado de la esclavitud de la muerte espiritual. Toma el tiempo para leer y estudiar estos versículos y pídele a Dios que te hable mientras caminas con Él a través de este camino en tu nueva vida.

Juan 3:16 1

Efesios 1: 4

1 de Juan 1: 9

1 de Juan 5: 1

Corintios 15: 3-4

Efesios 2: 8-9

1 de Juan 4: 14-15

1 Juan 5: 12-13

Ora y pídele que te ayude a encontrar una buena iglesia que crea en la Biblia para que puedas ser animado a crecer en tu relación con Cristo. Dios siempre está contigo. ¡Él te guiará día a día y te mostrará cómo vivir la vida abundante que Él tiene para ti!

## SI ESTÁS LISTO

*para comenzar tu propio viaje personal con Jesús o tal vez deseas conocerlo en una manera más profunda, visítanos en:*

**[tv.joycemeyer.org/espanol/como-conocer-jesus/](http://tv.joycemeyer.org/espanol/como-conocer-jesus/)**

*y también en inglés a:* **[joycemeyer.org/KnowJesus](http://joycemeyer.org/KnowJesus)**

## ACERCA DE LA AUTORA

Joyce Meyer es una de las autoras más vendidas del New York Times y una de las principales maestras bíblicas del mundo. A través de los Ministerios Joyce Meyer, ella enseña de manera práctica y sincera, compartiendo abiertamente sus experiencias y ayudando a millones de personas a aplicar los principios bíblicos a sus situaciones y en última instancia, a encontrar esperanza y restauración a través de Jesucristo.

Su libro *El Campo de Batalla de la Mente*, ha sido un éxito de ventas continuo, enseñando a las personas cómo ganar la guerra en sus mentes y "pensar en lo que piensan." Joyce ha realizado conferencias en los Estados Unidos y en todo el mundo, y su programa *Disfrutando la Vida Diaria* se transmite por televisión, radio y en línea a millones de personas en más de 100 idiomas. También es autora de más de 130 libros, que se han traducido a más de 155 idiomas.

# MINISTERIOS JOYCE MEYER

## Compartiendo a Cristo, Amando a la Gente

Los Ministerios Joyce Meyer tiene el llamado a compartir el Evangelio, discipular las naciones y extender el amor de Cristo.

A través de los medios de comunicación, enseñamos a las personas cómo aplicar la verdad bíblica en cada aspecto de sus vidas y animamos al pueblo de Dios a servir al mundo que les rodea. A través de nuestro brazo misionero, *Mano de Esperanza (Hand of Hope)*, proporcionamos ayuda humanitaria global, alimentamos a los hambrientos, vestimos a los pobres, ministramos a los ancianos, las viudas, los huérfanos, y llegamos a personas de todas las edades y en todos los ámbitos de la vida.

Los Ministerios Joyce Meyer está construido sobre una base de fe, integridad, con el apoyo de dedicados seguidores que comparten este llamado.



Para ver recursos adicionales de los Ministerios Joyce Meyer, mirar nuestro programa más reciente *Disfrutando la Vida Diaria*, o para recibir información sobre nuestros alcances misioneros de *Mano de Esperanza (Hand of Hope)*, visita [tv.joycemeyer.org/espanol](http://tv.joycemeyer.org/espanol).



