

Tratando con el desaliento – Lección

Resumen de Lección: Todos tendremos el desánimo en nuestra vida y debemos estar preparados para enfrentarlo e impedir que el diablo salga ganando en nuestra vida.

1 SAMUEL 30:6 (RVR)

Y David se angustió mucho, porque el pueblo hablaba de apedrearlo, pues todo el pueblo estaba en amargura de alma, cada uno por sus hijos y por sus hijas; mas David se fortaleció en Jehová su Dios.

1. **Trate de identificar sus emociones**—Las emociones impiden su visión, a fin de que todo lo que puede ver es la situación inmediata, y pierde la esperanza.
 - a) Escribir lo que siente expresando sus emociones, ayuda aclarar las emociones.
2. **No haga decisiones cuando está sintiendo emociones intensas.**
 - a) Las emociones son facultades inferiores sobre que basar sus decisiones.
3. **Desarrolle buenos hábitos de la mente**
 - a) Ganar o perder toma lugar en la mente.
 - b) Todos los campeones primero han sido campeones en la mente.
 - c) Siempre creen que pueden volver a estar de pie y salir adelante.
4. **Esté consciente de la nube de mentiras** que dice que no sirves para nada, que eres estúpido, y cosas por el estilo.
 - a) Identifíquelos como mentiras y ha ganado la mayor parte de la batalla.
 - b) Confronte cada mentira con la verdad.
5. **No permita que la preocupación** controle su mente; enfoque sobre Jesús.
 - a) La preocupación lleva a la ingratitud, lo que lleva a justificar el pecado en su corazón.
6. **Ore** sobre cualquier cosa que siente orar.
 - a) A veces las oraciones en la debilidad y tiempos difíciles pueden ser solamente “Jesús, dime cuánto me amas, y cuanto pagó por mí.” Dios está bien con esto.
 - b) Siempre puede volver a Jesús. Hazlo.
7. **No se castigue por su sentimiento de desaliento;** sea sincero acerca de sí mismo.
 - a) Es mucho peor fingir que todo está bien, que admitir la verdad y tratar con ello.
 - b) A veces todos nos sentimos desanimados. Está bien.
 - c) Determine los siguientes pasos que debe tomar y enfoque solamente sobre hacer eso.

Douglas McArthur era un general destacado de la Segunda Guerra Mundial. Estaba estacionado en las Filipinas cuando sucedió Pearl Harbor. Él se angustió al recibir las noticias de la tragedia y no podía pensar en qué hacer en seguida. Así que agarró su Biblia y comenzó a leerlo. Ese día, diciembre 7, era uno de los días más confusos de su carrera porque no podía tomar decisiones. Estaba totalmente arrollado por las noticias. La pista de aterrizaje Clark fue destruido porque no pudo mandar los aviones de bombardeo a atacar a la pista en Japón LaMosa. Tenía nueve horas para hacerlo antes de que los aviones atacaran la pista de Clark.

Source: *American Caesar: Douglas MacArthur 1880–1964*, by William Manchester

A veces a los más valientes se les amontonan demasiadas circunstancias penosas. Tenemos que lamentar sobre nuestras pérdidas, entregarlos a Dios, y reconocer que hay un fin a cada prueba y tribulación. Agradezca a Dios por lo que está haciendo en usted a través de esta circunstancia. Las pruebas y el sufrimiento son los mejores tiempos para el crecimiento que tendremos en la vida.