

LECCIÓN 19

TEMOR Y PREOCUPACIÓN

“Mas buscad primeramente el reino de Dios y su justicia, y todas estas cosas os serán añadidas. Así que, no os afanéis por el día de mañana, porque el día de mañana traerá su afán. Basta a cada día su propio mal.”

Mateo 6:33-34

“En el amor no hay temor, sino que el perfecto amor echa fuera el temor; porque el temor lleva en sí castigo. De donde el que teme, no ha sido perfeccionado en el amor.”

I Juan 4:18

PRINCIPIOS BÍBLICOS: TEMOR Y PREOCUPACIÓN

El temor, la preocupación y la ansiedad son pecados que pueden paralizar tu mente, inmovilizar tu cuerpo e impedir tu crecimiento en Cristo. Adán y Eva inicialmente cometieron estos pecados en el jardín del Edén después de creer las mentiras de Satanás, y luego decidieron desobedecer a Dios. Satanás, y no Dios, está detrás de estos obstáculos a la madurez espiritual. Dios, bondadosamente te ha dado todo lo que es necesario para vencerlos (*basado en Génesis 3:9-10* Mas Jehová Dios llamó al hombre, y le dijo: ¿Dónde estás tú? Y él respondió: Oí tu voz en el huerto, y tuve miedo, porque estaba desnudo; y me escondí; Mateo 6:25-34 Por tanto os digo: No os afanéis por vuestra vida, qué habéis de comer o qué habéis de beber; ni por vuestro cuerpo, qué habéis de vestir. ¿No es la vida más que el alimento, y el cuerpo más que el vestido? Mirad las aves del cielo, que no siembran, ni siegan, ni recogen en graneros; y vuestro Padre celestial las alimenta. ¿No valéis vosotros mucho más que ellas? ¿Y quién de vosotros podrá, por mucho que se afane, añadir a su estatura un codo? Y por el vestido, ¿por qué os afanáis? Considerad los lirios del campo, cómo crecen: no trabajan ni hilan; pero os digo, que ni aun Salomón con toda su gloria se vistió así como uno de ellos. Y si la hierba del campo que hoy es, y mañana se echa en el horno, Dios la viste así, ¿no hará mucho más a vosotros, hombres de poca fe? No os afanéis, pues, diciendo: ¿Qué comeremos, o qué beberemos, o qué vestiremos? Porque los gentiles buscan todas estas cosas; pero vuestro Padre celestial sabe que tenéis necesidad de todas estas cosas. Mas buscad primeramente el reino de Dios y su justicia, y todas estas cosas os serán añadidas. Así que, no os afanéis por el día de mañana, porque el día de mañana traerá su afán. Basta a cada día su propio mal;

Filipenses 4:6-9 Por nada estéis afanosos, sino sean conocidas vuestras peticiones delante de Dios en toda oración y ruego, con acción de gracias. Y la paz de Dios, que sobrepasa todo entendimiento, guardará vuestros corazones y vuestros pensamientos en Cristo Jesús. Por lo demás, hermanos, todo lo que es verdadero, todo lo honesto, todo lo justo, todo lo puro, todo lo amable, todo lo que es de buen nombre; si hay virtud alguna, si algo digno de alabanza, en esto pensad. Lo que aprendisteis y recibisteis y oísteis y visteis en mí, esto haced; y el Dios de paz estará con vosotros; 2 Timoteo 1:7 Porque no nos ha dado Dios espíritu de cobardía, sino de poder, de amor y de dominio propio; 1 Juan 4:18 En el amor no hay temor, sino que el perfecto amor echa fuera el temor; porque el temor lleva en sí castigo. De donde el que teme, no ha sido perfeccionado en el amor, 5:4-5 Porque todo lo que es nacido de Dios vence al mundo; y esta es la victoria que ha vencido al mundo, nuestra fe. ¿Quién es el que vence al mundo, sino el que cree que Jesús es el Hijo de Dios?).

I. La perspectiva de Dios

(Principio 84) El temor y la preocupación que abruma proceden de vivir para agradarte a ti mismo en vez de vivir para agradar al Señor (basado en Mateo 6:25-34 Por tanto os digo: No os afanéis por vuestra vida, qué habéis de comer o qué habéis de beber; ni por vuestro cuerpo, qué habéis de vestir. ¿No es la vida más que el alimento, y el cuerpo más que el vestido? Mirad las aves del cielo, que no siembran, ni siegan, ni recogen en graneros; y vuestro Padre celestial las alimenta. ¿No valéis vosotros mucho más que ellas? ¿Y quién de vosotros podrá, por mucho que se afane, añadir a su estatura un codo? Y por el vestido, ¿por qué os afanáis? Considerad los lirios del campo, cómo crecen: no trabajan ni hilan; pero os digo, que ni aun Salomón con toda su gloria se vistió así como uno de ellos. Y si la hierba del campo que hoy es, y mañana se echa en el horno, Dios la viste así, ¿no hará

mucho más a vosotros, hombres de poca fe? No os afanéis, pues, diciendo: ¿Qué comeremos, o qué beberemos, o qué vestiremos? Porque los gentiles buscan todas estas cosas; pero vuestro Padre celestial sabe que tenéis necesidad de todas estas cosas. Mas buscad primeramente el reino de Dios y su justicia, y todas estas cosas os serán añadidas. Así que, no os afanéis por el día de mañana, porque el día de mañana traerá su afán. Basta a cada día su propio mal.; 25:14-30

Porque el reino de los cielos es como un hombre que yéndose lejos, llamó a sus siervos y les entregó sus bienes. A uno dio cinco talentos, y a otro dos, y a otro uno, a cada uno conforme a su capacidad; y luego se fue lejos. Y el que había recibido cinco talentos fue y negoció con ellos, y ganó otros cinco talentos. Asimismo el que había recibido dos, ganó también otros dos. Pero el que había recibido uno fue y cavó en la tierra, y escondió el dinero de su señor. Después de mucho tiempo vino el señor de aquellos siervos, y arregló cuentas con ellos. Y llegando el que había recibido cinco talentos, trajo otros cinco talentos, diciendo: Señor, cinco talentos me entregaste; aquí tienes, he ganado otros cinco talentos sobre ellos. Y su señor le dijo: Bien, buen siervo y fiel; sobre poco has sido fiel, sobre mucho te pondré; entra en el gozo de tu señor. Llegando también el que había recibido dos talentos, dijo: Señor, dos talentos me entregaste; aquí tienes, he ganado otros dos talentos sobre ellos. Su señor le dijo: Bien, buen siervo y fiel; sobre poco has sido fiel, sobre mucho te pondré; entra en el gozo de tu señor. Pero llegando también el que había recibido un talento, dijo: Señor, te conocía que eres hombre duro, que siegas donde no sembraste y recoges donde no esparciste; ²⁵ por lo cual tuve miedo, y fui y escondí tu talento en la tierra; aquí tienes lo que es tuyo. ²⁶ Respondiendo su señor, le dijo: Siervo malo y negligente, sabías que siego donde no sembré, y que recojo donde no esparcí. Por tanto, debías haber dado

mi dinero a los banqueros, y al venir yo, hubiera recibido lo que es mío con los intereses. Quitadle, pues, el talento, y dadlo al que tiene diez talentos. Porque al que tiene, le será dado, y tendrá más; y al que no tiene, aun lo que tiene le será quitado. Y al siervo inútil echadle en las tinieblas de afuera; allí será el lloro y el crujir de dientes, especialmente los versículos 25-26; Lucas 12:4 Mas os digo, amigos míos: No temáis a los que matan el cuerpo, y después nada más pueden hacer; 1 Pedro 3:13-16 ¿Y quién es aquel que os podrá hacer daño, si vosotros seguís el bien? Mas también si alguna cosa padecéis por causa de la justicia, bienaventurados sois. Por tanto, no os amedrentéis por temor de ellos, ni os conturbéis, sino santificad a Dios el Señor en vuestros corazones, y estad siempre preparados para presentar defensa con mansedumbre y reverencia ante todo el que os demande razón de la esperanza que hay en vosotros; teniendo buena conciencia, para que en lo que murmuran de vosotros como de malhechores, sean avergonzados los que calumnian vuestra buena conducta en Cristo; 1 Juan 4:15-19 Todo aquel que confiese que Jesús es el Hijo de Dios, Dios permanece en él, y él en Dios. Y nosotros hemos conocido y creído el amor que Dios tiene para con nosotros. Dios es amor; y el que permanece en amor, permanece en Dios, y Dios en él. En esto se ha perfeccionado el amor en nosotros, para que tengamos confianza en el día del juicio; pues como él es, así somos nosotros en este mundo. En el amor no hay temor, sino que el perfecto amor echa fuera el temor; porque el temor lleva en sí castigo. De donde el que teme, no ha sido perfeccionado en el amor. Nosotros le amamos a él, porque él nos amó primero). En lugar de tener un enfoque pecaminoso centrado en el yo, debes temer (reverenciar) a Dios (Deuteronomio 5:29 !!Quién diera que tuviesen tal corazón, que me temiesen y guardasen todos los días todos mis mandamientos, para que a ellos y a sus hijos les fuese

bien para siempre, 13:4 En pos de Jehová vuestro Dios andaréis; a él temeréis, guardaréis sus mandamientos y escucharéis su voz, a él serviréis, y a él seguiréis; Salmos 25:14 La comunión íntima de Jehová es con los que le temen, Y a ellos hará conocer su pacto, 33:8 Tema a Jehová toda la tierra; Teman delante de él todos los habitantes del mundo, 147:11 Se complace Jehová en los que le temen, Y en los que esperan en su misericordia; Proverbios 10:27 El temor de Jehová aumentará los días; Mas los años de los impíos serán acortados; Lucas 1:50 Y su misericordia es de generación en generación A los que le temen, 12:5 Pero os enseñaré a quién debéis temer: Temed a aquel que después de haber quitado la vida, tiene poder de echar en el infierno; sí, os digo, a éste temed; 2 Corintios 7:1 Así que, amados, puesto que tenemos tales promesas, limpiémonos de toda contaminación de carne y de espíritu, perfeccionando la santidad en el temor de Dios; 1 Pedro 2:17 Honrad a todos. Amad a los hermanos. Temed a Dios. Honrad al rey) y también tener un interés (cuidado) genuino por los demás (basado en 1 Corintios 12:25 para que no haya desavenencia en el cuerpo, sino que los miembros todos se preocupen los unos por los otros; 2 Corintios 11:24-30 De los judíos cinco veces he recibido cuarenta azotes menos uno. Tres veces he sido azotado con varas; una vez apedreado; tres veces he padecido naufragio; una noche y un día he estado como náufrago en alta mar; en caminos muchas veces; en peligros de ríos, peligros de ladrones, peligros de los de mi nación, peligros de los gentiles, peligros en la ciudad, peligros en el desierto, peligros en el mar, peligros entre falsos hermanos; en trabajo y fatiga, en muchos desvelos, en hambre y sed, en muchos ayunos, en frío y en desnudez; ²⁸y además de otras cosas, lo que sobre mí se agolpa cada día, la preocupación por todas las iglesias. ¿Quién enferma, y yo no enfermo? ¿A quién se le hace tropezar, y yo no me indigno? Si es necesario

gloriarse, me gloriaré en lo que es de mi debilidad, especialmente el versículo 28; Filipenses 4:10 En gran manera me gocé en el Señor de que ya al fin habéis revivido vuestro cuidado de mí; de lo cual también estabais solícitos, pero os faltaba la oportunidad).

II. Tu esperanza

(Principio 85) Dios no te ha dado un espíritu de cobardía (temor), sino un espíritu de poder, de amor y de dominio propio (disciplina) (2 Timoteo 1:7 Porque no nos ha dado Dios espíritu de cobardía, sino de poder, de amor y de dominio propio).

(Principio 86) Dios ha prometido proveer para todas las necesidades de tu vida, cuando lo buscas para agradecerle (Proverbios 3:5-10 Fíate de Jehová de todo tu corazón, Y no te apoyes en tu propia prudencia. Reconócelo en todos tus caminos, Y él enderezará tus veredas. No seas sabio en tu propia opinión; Teme a Jehová, y apártate del mal; Porque será medicina a tu cuerpo, Y refrigerio para tus huesos. Honra a Jehová con tus bienes, Y con las primicias de todos tus frutos; Y serán llenos tus graneros con abundancia, Y tus lagares rebosarán de mosto; Lucas 12:22-34 Dijo luego a sus discípulos: Por tanto os digo: No os afanéis por vuestra vida, qué comeréis; ni por el cuerpo, qué vestiréis. La vida es más que la comida, y el cuerpo que el vestido. Considerad los cuervos, que ni siembran, ni siegan; que ni tienen despensa, ni granero, y Dios los alimenta. ¿No valéis vosotros mucho más que las aves? ¿Y quién de vosotros podrá con afanarse añadir a su estatura un codo? Pues si no podéis ni aun lo que es menos, ¿por qué os afanáis por lo demás? Considerad los lirios, cómo crecen; no trabajan, ni hilan; mas os digo, que ni aun Salomón con toda su gloria se vistió como uno de ellos. Y si así viste Dios la hierba que hoy está en el campo, y mañana es echada al horno, ¿cuánto más a vosotros, hombres de poca fe? Vosotros,

pues, no os preocupéis por lo que habéis de comer, ni por lo que habéis de beber, ni estéis en ansiosa inquietud. Porque todas estas cosas buscan las gentes del mundo; pero vuestro Padre sabe que tenéis necesidad de estas cosas. Mas buscad el reino de Dios, y todas estas cosas os serán añadidas. No temáis, manada pequeña, porque a vuestro Padre le ha placido daros el reino. Vended lo que poseéis, y dad limosna; haceos bolsas que no se envejezcan, tesoro en los cielos que no se agote, donde ladrón no llega, ni polilla destruye. Porque donde está vuestro tesoro, allí estará también vuestro corazón; Filipenses 4:19 Mi Dios, pues, suplirá todo lo que os falta conforme a sus riquezas en gloria en Cristo Jesús). Dios siempre está cercano para ayudarte (Salmos 55:22 Echa sobre Jehová tu carga, y él te sustentará; No dejará para siempre caído al justo, 94:17-19 Si no me ayudara Jehová, Pronto moraría mi alma en el silencio. Cuando yo decía: Mi pie resbala, Tu misericordia, oh Jehová, me sustentaba. En la multitud de mis pensamientos dentro de mí, Tus consolaciones alegraban mi alma, 145:14 Sostiene Jehová a todos los que caen, Y levanta a todos los oprimidos), y está firmemente en control de cada aspecto de tu vida (basado en Salmo 139:1-18 Oh Jehová, tú me has examinado y conocido. Tú has conocido mi sentarme y mi levantarme; Has entendido desde lejos mis pensamientos. Has escudriñado mi andar y mi reposo, Y todos mis caminos te son conocidos. Pues aún no está la palabra en mi lengua, Y he aquí, oh Jehová, tú la sabes toda. Detrás y delante me rodeaste, Y sobre mí pusiste tu mano. Tal conocimiento es demasiado maravilloso para mí; Alto es, no lo puedo comprender. ¿A dónde me iré de tu Espíritu? ¿Y a dónde huiré de tu presencia? Si subiere a los cielos, allí estás tú; Y si en el Seol hiciere mi estrado, he aquí, allí tú estás. Si tomare las alas del alba Y habitare en el extremo del mar, Aun allí me guiará tu mano, Y me asirá tu diestra. Si dijere: Ciertamente las

tinieblas me encubrirán; Aun la noche resplandecerá alrededor de mí. Aun las tinieblas no encubren de ti, Y la noche resplandece como el día; Lo mismo te son las tinieblas que la luz. Porque tú formaste mis entrañas; Tú me hiciste en el vientre de mi madre. Te alabaré; porque formidables, maravillosas son tus obras; Estoy maravillado, Y mi alma lo sabe muy bien. No fue encubierto de ti mi cuerpo, Bien que en oculto fui formado, Y entretejido en lo más profundo de la tierra. Mi embrión vieron tus ojos, Y en tu libro estaban escritas todas aquellas cosas Que fueron luego formadas, Sin faltar una de ellas. !!Cuán preciosos me son, oh Dios, tus pensamientos! !!Cuán grande es la suma de ellos! Si los enumero, se multiplican más que la arena; Despierto, y aún estoy contigo; Jeremías 17:7-8 Bendito el varón que confía en Jehová, y cuya confianza es Jehová. Porque será como el árbol plantado junto a las aguas, que junto a la corriente echará sus raíces, y no verá cuando viene el calor, sino que su hoja estará verde; y en el año de sequía no se fatigará, ni dejará de dar fruto, 29:11 Porque yo sé los pensamientos que tengo acerca de vosotros, dice Jehová, pensamientos de paz, y no de mal, para daros el fin que esperáis; Lamentaciones 3:32 Antes si aflige, también se compadece según la multitud de sus misericordias; Romanos 8:28-29 Y sabemos que a los que aman a Dios, todas las cosas les ayudan a bien, esto es, a los que conforme a su propósito son llamados. Porque a los que antes conoció, también los predestinó para que fuesen hechos conformes a la imagen de su Hijo, para que él sea el primogénito entre muchos hermanos, 35-39 ¿Quién nos separará del amor de Cristo? ¿Tribulación, o angustia, o persecución, o hambre, o desnudez, o peligro, o espada? Como está escrito: Por causa de ti somos muertos todo el tiempo; Somos contados como ovejas de matadero. M Antes, en todas estas cosas somos más que vencedores por medio de aquel que nos amó. Por lo cual estoy seguro de que

ni la muerte, ni la vida, ni ángeles, ni principados, ni potestades, ni lo presente, ni lo por venir, ni lo alto, ni lo profundo, ni ninguna otra cosa creada nos podrá separar del amor de Dios, que es en Cristo Jesús Señor nuestro).

III. Tu cambio

(Principio 87) Despójate de los pensamientos de cobardía, temor y aflicción. En su lugar, revístete de amor y dominio propio en el poder del Espíritu Santo (basado en 2 Timoteo 1:7 Porque no nos ha dado Dios espíritu de cobardía, sino de poder, de amor y de dominio propio; 1 Juan 4:9-19 En esto se mostró el amor de Dios para con nosotros, en que Dios envió a su Hijo unigénito al mundo, para que vivamos por él. En esto consiste el amor: no en que nosotros hayamos amado a Dios, sino en que él nos amó a nosotros, y envió a su Hijo en propiciación por nuestros pecados. Amados, si Dios nos ha amado así, debemos también nosotros amarnos unos a otros. Nadie ha visto jamás a Dios. Si nos amamos unos a otros, Dios permanece en nosotros, y su amor se ha perfeccionado en nosotros. En esto conocemos que permanecemos en él, y él en nosotros, en que nos ha dado de su Espíritu. Y nosotros hemos visto y testificamos que el Padre ha enviado al Hijo, el Salvador del mundo. Todo aquel que confiese que Jesús es el Hijo de Dios, Dios permanece en él, y él en Dios. Y nosotros hemos conocido y creído el amor que Dios tiene para con nosotros. Dios es amor; y el que permanece en amor, permanece en Dios, y Dios en él. En esto se ha perfeccionado el amor en nosotros, para que tengamos confianza en el día del juicio; pues como él es, así somos nosotros en este mundo. ¹⁸ En el amor no hay temor, sino que el perfecto amor echa fuera el temor; porque el temor lleva en sí castigo. De donde el que teme, no ha sido perfeccionado en el amor. Nosotros le amamos a él, porque él nos amó primero, especialmente el versículo 18). Reconoce que en Cristo

Jesús tienes paz (Juan 14:27 La paz os dejo, mi paz os doy; yo no os la doy como el mundo la da. No se turbe vuestro corazón, ni tenga miedo, 16:33 Estas cosas os he hablado para que en mí tengáis paz. En el mundo tendréis aflicción; pero confiad, yo he vencido al mundo).

(Principio 88) Despójate de las inquietudes egoístas sobre el futuro (Mateo 6:25 Por tanto os digo: No os afanéis por vuestra vida, qué habéis de comer o qué habéis de beber; ni por vuestro cuerpo, qué habéis de vestir. ¿No es la vida más que el alimento, y el cuerpo más que el vestido, 34 Así que, no os afanéis por el día de mañana, porque el día de mañana traerá su afán. Basta a cada día su propio mal; Lucas 12:22-34 ²² Dijo luego a sus discípulos: Por tanto os digo: No os afanéis por vuestra vida, qué comeréis; ni por el cuerpo, qué vestiréis. ²³ La vida es más que la comida, y el cuerpo que el vestido. Considerad los cuervos, que ni siembran, ni siegan; que ni tienen despensa, ni granero, y Dios los alimenta. ¿No valéis vosotros mucho más que las aves? ¿Y quién de vosotros podrá con afanarse añadir a su estatura un codo? Pues si no podéis ni aun lo que es menos, ¿por qué os afanáis por lo demás? Considerad los lirios, cómo crecen; no trabajan, ni hilan; mas os digo, que ni aun Salomón con toda su gloria se vistió como uno de ellos. Y si así viste Dios la hierba que hoy está en el campo, y mañana es echada al horno, ¿cuánto más a vosotros, hombres de poca fe? Vosotros, pues, no os preocupéis por lo que habéis de comer, ni por lo que habéis de beber, ni estéis en ansiosa inquietud. Porque todas estas cosas buscan las gentes del mundo; pero vuestro Padre sabe que tenéis necesidad de estas cosas. Mas buscad el reino de Dios, y todas estas cosas os serán añadidas. No temáis, manada pequeña, porque a vuestro Padre le ha placido daros el reino. Vended lo que poseéis, y dad limosna; haceos bolsas que no se envejezcan, tesoro en los cielos que no se agote, donde ladrón no llega, ni

polilla destruye. Porque donde está vuestro tesoro, allí estará también vuestro corazón, especialmente los versículos 22-23). Revístete con la práctica de la Palabra (basado en Salmo 119:165 Mucha paz tienen los que aman tu ley, Y no hay para ellos tropiezo; Mateo 6:33-34 Mas buscad primeramente el reino de Dios y su justicia, y todas estas cosas os serán añadidas. Así que, no os afanéis por el día de mañana, porque el día de mañana traerá su afán. Basta a cada día su propio mal; Filipenses 4:9 Lo que aprendisteis y recibisteis y oísteis y visteis en mí, esto haced; y el Dios de paz estará con vosotros; Hebreos 5:14 pero el alimento sólido es para los que han alcanzado madurez, para los que por el uso tienen los sentidos ejercitados en el discernimiento del bien y del mal; Santiago 1:22-25 Pero sed hacedores de la palabra, y no tan solamente oidores, engañándoos a vosotros mismos. Porque si alguno es oidor de la palabra pero no hacedor de ella, éste es semejante al hombre que considera en un espejo su rostro natural. Porque él se considera a sí mismo, y se va, y luego olvida cómo era. Mas el que mira atentamente en la perfecta ley, la de la libertad, y persevera en ella, no siendo oidor olvidadizo, sino hacedor de la obra, éste será bienaventurado en lo que hace), dando énfasis especial a la oración con acción de gracias (Filipenses 4:6-7 Por nada estéis afanosos, sino sean conocidas vuestras peticiones delante de Dios en toda oración y ruego, con acción de gracias. Y la paz de Dios, que sobrepasa todo entendimiento, guardará vuestros corazones y vuestros pensamientos en Cristo Jesús; 1 Tesalonicenses 5:17-18 Orad sin cesar. Dad gracias en todo, porque esta es la voluntad de Dios para con vosotros en Cristo Jesús) y en ocupar la mente en las cosas de Dios (Filipenses 4:8 Por lo demás, hermanos, todo lo que es verdadero, todo lo honesto, todo lo justo, todo lo puro, todo lo amable, todo lo que es de buen nombre; si hay virtud alguna, si

algo digno de alabanza, en esto pensad; Colosenses 3:2 Poned la mira en las cosas de arriba, no en las de la tierra).

IV. **Tu práctica**

(Principio 89) Para tratar bíblicamente con el temor centrado en el yo, tienes que confesarlo al Señor (1 Juan 1:9 Si confesamos nuestros pecados, él es fiel y justo para perdonar nuestros pecados, y limpiarnos de toda maldad) y cumplir tus responsabilidades en el amor de Cristo (1 Corintios 13:4-8ª El amor es sufrido, es benigno; el amor no tiene envidia, el amor no es jactancioso, no se envanece; no hace nada indebido, no busca lo suyo, no se irrita, no guarda rencor; no se goza de la injusticia, mas se goza de la verdad. Todo lo sufre, todo lo cree, todo lo espera, todo lo soporta. El amor nunca deja de ser; Colosenses 3:12-14 Vestíos, pues, como escogidos de Dios, santos y amados, de entrañable misericordia, de benignidad, de humildad, de mansedumbre, de paciencia; soportándoos unos a otros, y perdonándoos unos a otros si alguno tuviere queja contra otro. De la manera que Cristo os perdonó, así también hacedlo vosotros. Y sobre todas estas cosas vestíos de amor, que es el vínculo perfecto), a pesar de cómo te sientes (basado en 2 Corintios 5:14-15 Porque el amor de Cristo nos constrañe, pensando esto: que si uno murió por todos, luego todos murieron; y por todos murió, para que los que viven, ya no vivan para sí, sino para aquel que murió y resucitó por ellos; Filipenses 4:6-9 Por nada estéis afanosos, sino sean conocidas vuestras peticiones delante de Dios en toda oración y ruego, con acción de gracias. Y la paz de Dios, que sobrepasa todo entendimiento, guardará vuestros corazones y vuestros pensamientos en Cristo Jesús. Por lo demás, hermanos, todo lo que es verdadero, todo lo honesto, todo lo justo, todo lo puro, todo lo amable, todo lo que es de buen nombre; si hay virtud alguna, si algo digno de alabanza,

en esto pensad. Lo que aprendisteis y recibisteis y oísteis y visteis en mí, esto haced; y el Dios de paz estará con vosotros; 1 Juan 4:18 En el amor no hay temor, sino que el perfecto amor echa fuera el temor; porque el temor lleva en sí castigo. De donde el que teme, no ha sido perfeccionado en el amor).

(Principio 90) Para vencer la preocupación, elabora un plan para llevar a cabo las tareas de hoy y haz cada una de corazón, como para el Señor (Proverbios 16:9 El corazón del hombre piensa su camino; Mas Jehová endereza sus pasos; Efesios 5:15-17 Mirad, pues, con diligencia cómo andéis, no como necios sino como sabios, aprovechando bien el tiempo, porque los días son malos. Por tanto, no seáis insensatos, sino entendidos de cuál sea la voluntad del Señor; Filipenses 4:6-9 Por nada estéis afanosos, sino sean conocidas vuestras peticiones delante de Dios en toda oración y ruego, con acción de gracias. Y la paz de Dios, que sobrepasa todo entendimiento, guardará vuestros corazones y vuestros pensamientos en Cristo Jesús. Por lo demás, hermanos, todo lo que es verdadero, todo lo honesto, todo lo justo, todo lo puro, todo lo amable, todo lo que es de buen nombre; si hay virtud alguna, si algo digno de alabanza, en esto pensad. Lo que aprendisteis y recibisteis y oísteis y visteis en mí, esto haced; y el Dios de paz estará con vosotros; Colosenses 3:17 Y todo lo que hacéis, sea de palabra o de hecho, hacedlo todo en el nombre del Señor Jesús, dando gracias a Dios Padre por medio de él, 23-24 Y todo lo que hagáis, hacedlo de corazón, como para el Señor y no para los hombres; sabiendo que del Señor recibiréis la recompensa de la herencia, porque a Cristo el Señor servís).

TENTACIONES AL TEMOR Y A LA PREOCUPACIÓN

Cuando vives para agradarte a ti mismo, las circunstancias que Dios diseña para enseñarte a confiar en Él y a obedecerle, se convierten para ti, en tentaciones al temor y a la preocupación (basado en Salmos 31:1-5 *En ti, oh Jehová, he confiado; no sea yo confundido jamás; Líbrame en tu justicia. Inclina a mí tu oído, líbrame pronto; Sé tú mi roca fuerte, y fortaleza para salvarme. Porque tú eres mi roca y mi castillo; Por tu nombre me guiarás y me encaminarás. Sácame de la red que han escondido para mí, Pues tú eres mi refugio. En tu mano encomiendo mi espíritu; Tú me has redimido, oh Jehová, Dios de verdad, 13-15* Porque oigo la calumnia de muchos; El miedo me asalta por todas partes, Mientras consultan juntos contra mí E idean quitarme la vida. Mas yo en ti confío, oh Jehová; Digo: Tú eres mi Dios. En tu mano están mis tiempos; Líbrame de la mano de mis enemigos y de mis perseguidores; 56:4 *En Dios alabaré su palabra; En Dios he confiado; no temeré; ¿Qué puede hacerme el hombre, 11 En Dios he confiado; no temeré; ¿Qué puede hacerme el hombre?; Isaías 12:2 He aquí Dios es salvación mía; me aseguraré y no temeré; porque mi fortaleza y mi canción es JAH Jehová, quien ha sido salvación para mí; Lamentaciones 3:22-24 Por la misericordia de Jehová no hemos sido consumidos, porque nunca decayeron sus misericordias. Nuevas son cada mañana; grande es tu fidelidad. Mi porción es Jehová, dijo mi alma; por tanto, en él esperaré; Lucas 12:29-31 Vosotros, pues, no os preocupéis por lo que habéis de comer, ni por lo que habéis de beber, ni estéis en ansiosa inquietud. Porque todas estas cosas buscan las gentes del mundo; pero vuestro Padre sabe que tenéis necesidad de estas cosas. Mas buscad el reino de Dios, y todas estas cosas os serán añadidas; Filipenses 4:6 9 Por nada estéis afanosos, sino sean conocidas vuestras peticiones delante de Dios en toda oración y ruego, con acción de gracias. Y la paz de Dios, que sobrepasa todo entendimiento, guardará vuestros corazones y vuestros pensamientos en Cristo Jesús. Por lo demás, hermanos, todo lo que es verdadero, todo lo honesto, todo lo justo, todo lo puro, todo lo amable, todo lo que es de buen nombre; si hay virtud alguna, si algo digno de alabanza, en esto pensad. Lo que aprendisteis y recibisteis y oísteis y visteis en mí, esto haced; y el Dios de paz estará con vosotros;*

Santiago 1:2-4 Hermanos míos, tened por sumo gozo cuando os halléis en diversas pruebas, sabiendo que la prueba de vuestra fe produce paciencia. Mas tenga la paciencia su obra completa, para que seáis perfectos y cabales, sin que os falte cosa alguna; 1 Pedro 5:5-7 Igualmente, jóvenes, estad sujetos a los ancianos; y todos, sumisos unos a otros, revestíos de humildad; porque: Dios resiste a los soberbios, Y da gracia a los humildes. Humillaos, pues, bajo la poderosa mano de Dios, para que él os exalte cuando fuere tiempo; echando toda vuestra ansiedad sobre él, porque él tiene cuidado de vosotros).

I. Situaciones que te tientan al temor y a la preocupación (lista de ejemplos - para ser leída hacia abajo)

Circunstancias de la vida

- Muerte inminente Gastos imprevistos
- Reducción o pérdida de ingresos económicos
- Lesiones que provocan invalidez, enfermedad prolongada
- Cirugía inminente
- Anticipar la pérdida de una relación Búsqueda de una nueva iglesia, trabajo, hogar, etc.
- Persecución, amenazas Hijos que dejan el hogar
- Dificultades en el hogar o en el trabajo

Mental/Espiritual

- Rechazar la salvación en Cristo Jesús Planear pecar u ocultar pecados pasados
- Posponer responsabilidades, tener indecisión
- Falta de oración Desconocimiento del futuro
- Centrarse en cambiar a los demás
- No tratar de una manera bíblica con el pecado de otro

- Rehusar perdonar a alguien Querer salirse siempre con la suya Esperar la perfección en los demás

II. **Tu respuesta bíblica a las situaciones que te tientan al temor y a la preocupación**

- A. **Debes temer (reverenciar) a Dios** (*Salmo 33:8 Tema a Jehová toda la tierra; Teman delante de él todos los habitantes del mundo; Proverbios 23:17 No tenga tu corazón envidia de los pecadores, Antes persevera en el temor de Jehová todo el tiempo; Eclesiastés 12:13 El fin de todo el discurso oído es este: Teme a Dios, y guarda sus mandamientos; porque esto es el todo del hombre; Mateo 10:28 Y no temáis a los que matan el cuerpo, mas el alma no pueden matar; temed más bien a aquel que puede destruir el alma y el cuerpo en el infierno*). **Esto dará como resultado, ejemplos como los que siguen:**
1. **La salvación** (*Salmo 85:9 Ciertamente cercana está su salvación a los que le temen, Para que habite la gloria en nuestra tierra*);
 2. **Sabiduría y conocimiento** (*Salmo 111:10 El principio de la sabiduría es el temor de Jehová; Buen entendimiento tienen todos los que practican sus mandamientos; Su loor permanece para siempre; Proverbios 1:7 El principio de la sabiduría es el temor de Jehová; Los insensatos desprecian la sabiduría y la enseñanza, 2-5 Para entender sabiduría y doctrina, Para conocer razones prudentes, Para recibir el consejo de prudencia, Justicia, juicio y equidad; Para dar sagacidad a los simples, Y a los jóvenes inteligencia y cordura. Oirá el sabio, y aumentará el saber, Y el entendido adquirirá consejo; Isaías 33:6 Y reinarán en tus tiempos la sabiduría y la ciencia, y abundancia de salvación; el temor de Jehová será su tesoro*);
 3. **Confianza** (*Salmo 112:7 No tendrá temor de malas noticias; Su corazón está firme, confiado en Jehová*);
 4. **Salud rebosante** (*Proverbios 3:7-8 No seas sabio en tu propia opinión; Teme a Jehová, y apártate del mal; Porque será medicina a tu cuerpo, Y refrigerio para tus huesos*);

5. **Larga vida** (*Proverbios 10:27 El temor de Jehová aumentará los días; Mas los años de los impíos serán acortados*);
6. **Vitalidad (manantial de vida)** (*Proverbios 14:27 El temor de Jehová es manantial de vida Para apartarse de los lazos de la muerte*);
7. **La bondad y misericordia de Dios por ti** (*Salmos 31:19 !!Cuán grande es tu bondad, que has guardado para los que te temen, Que has mostrado a los que esperan en ti, delante de los hijos de los hombres!; 103:11 Porque como la altura de los cielos sobre la tierra, Engrandeció su misericordia sobre los que le temen, 13 Como el padre se compadece de los hijos, Se compadece Jehová de los que le temen, 17 Mas la misericordia de Jehová es desde la eternidad y hasta la eternidad sobre los que le temen, Y su justicia sobre los hijos de los hijos*);
8. **Galardón eterno** (*Apocalipsis 11:18 Y se airaron las naciones, y tu ira ha venido, y el tiempo de juzgar a los muertos, y de dar el galardón a tus siervos los profetas, a los santos, y a los que temen tu nombre, a los pequeños y a los grandes, y de destruir a los que destruyen la tierra*);
9. **El cuidado y la protección de Dios en tu vida** (*Salmos 33:18-22 He aquí el ojo de Jehová sobre los que le temen, Sobre los que esperan en su misericordia, Para librar sus almas de la muerte, Y para darles vida en tiempo de hambre. Nuestra alma espera a Jehová; Nuestra ayuda y nuestro escudo es él. Por tanto, en él se alegrará nuestro corazón, Porque en su santo nombre hemos confiado. Sea tu misericordia, oh Jehová, sobre nosotros, Según esperamos en ti. Abimelec, y él lo echó, y se fue, 34:7 El ángel de Jehová acampa alrededor de los que le temen, Y los defiende, 9 Temed a Jehová, vosotros sus santos, Pues nada falta a los que le temen*);
10. **La bendición del Señor** (*Salmo 115:13 Bendecirá a los que temen a Jehová, A pequeños y a grandes*);

11. Obediencia y motivación para servir a Dios (Deuteronomio 10:12 Ahora, pues, Israel, ¿qué pide Jehová tu Dios de ti, sino que temas a Jehová tu Dios, que andes en todos sus caminos, y que lo ames, y sirvas a Jehová tu Dios con todo tu corazón y con toda tu alma; 2 Corintios 7:1 Así que, amados, puesto que tenemos tales promesas, limpiémonos de toda contaminación de carne y de espíritu, perfeccionando la santidad en el temor de Dios);
12. Reposo (Proverbios 19:23 El temor de Jehová es para vida, Y con él vivirá lleno de reposo el hombre; No será visitado de mal); y
13. Mucha confianza (Proverbios 14:26 En el temor de Jehová está la fuerte confianza; Y esperanza tendrán sus hijos).

B. No debes temer lo que el hombre te pueda hacer (Números 14:9 Por tanto, no seáis rebeldes contra Jehová, ni temáis al pueblo de esta tierra; porque nosotros los comeremos como pan; su amparo se ha apartado de ellos, y con nosotros está Jehová; no los temáis; Deuteronomio 1:16-17 Y entonces mandé a vuestros jueces, diciendo: Oíd entre vuestros hermanos, y juzgad justamente entre el hombre y su hermano, y el extranjero. No hagáis distinción de persona en el juicio; así al pequeño como al grande oiréis; no tendréis temor de ninguno, porque el juicio es de Dios; y la causa que os fuere difícil, la traeréis a mí, y yo la oiré; Salmo 46:1-3 Dios es nuestro amparo y fortaleza, Nuestro pronto auxilio en las tribulaciones. Por tanto, no temeremos, aunque la tierra sea removida, Y se traspasen los montes al corazón del mar; Aunque bramen y se turben sus aguas, Y tiemblen los montes a causa de su braveza. Selah; Proverbios 3:25-26 No tendrás temor de pavor repentino, Ni de la ruina de los impíos cuando viniere, Porque Jehová será tu confianza, Y él preservará tu pie de quedar preso; Mateo 10:24-28 El discípulo no es más que su maestro, ni el siervo más que su señor. Bástale al discípulo ser como su maestro, y al siervo como su señor. Si al padre de familia llamaron Beelzebú, ¿cuánto más a los de su casa? Así que, no los temáis; porque nada hay encubierto, que no haya de ser manifestado; ni

oculto, que no haya de saberse. Lo que os digo en tinieblas, decidlo en la luz; y lo que oís al oído, proclamadlo desde las azoteas. Y no temáis a los que matan el cuerpo, mas el alma no pueden matar; temed más bien a aquel que puede destruir el alma y el cuerpo en el infierno). Más bien, debes confiar en Dios (Salmos 23:4 Aunque ande en valle de sombra de muerte, No temeré mal alguno, porque tú estarás conmigo; Tu vara y tu cayado me infundirán aliento, 56:11, 118:6) y responder con acciones motivadas por el amor genuino (por ejemplo: 1 Samuel 17:11 Oyendo Saúl y todo Israel estas palabras del filisteo, se turbaron y tuvieron gran miedo, 24 Y todos los varones de Israel que veían aquel hombre huían de su presencia, y tenían gran temor, 32 Y dijo David a Saúl: No desmaye el corazón de ninguno a causa de él; tu siervo irá y peleará contra este filisteo; Ester 4:11 - 5:2; Todos los siervos del rey, y el pueblo de las provincias del rey, saben que cualquier hombre o mujer que entra en el patio interior para ver al rey, sin ser llamado, una sola ley hay respecto a él: ha de morir; salvo aquel a quien el rey extendiere el cetro de oro, el cual vivirá; y yo no he sido llamada para ver al rey estos treinta días. Y dijeron a Mardoqueo las palabras de Ester. Entonces dijo Mardoqueo que respondiesen a Ester: No pienses que escaparás en la casa del rey más que cualquier otro judío. Porque si callas absolutamente en este tiempo, respiro y liberación vendrá de alguna otra parte para los judíos; mas tú y la casa de tu padre pereceréis. ¿Y quién sabe si para esta hora has llegado al reino? Y Ester dijo que respondiesen a Mardoqueo: Ve y reúne a todos los judíos que se hallan en Susa, y ayunad por mí, y no comáis ni bebáis en tres días, noche y día; yo también con mis doncellas ayunaré igualmente, y entonces entraré a ver al rey, aunque no sea conforme a la ley; y si perezco, que perezca. Entonces Mardoqueo fue, e hizo conforme a todo lo que le mandó Ester. Aconteció que al tercer día se vistió Ester su vestido real, y entró en el patio interior de la casa del rey, enfrente del aposento del rey; y estaba el rey sentado en su trono en el aposento real, enfrente de la puerta del aposento. Y cuando vio a la reina Ester que estaba en el patio, ella obtuvo gracia ante sus ojos; y el rey extendió a Ester el cetro de oro que tenía en la mano. Entonces vino Ester y tocó la punta del cetro; Hechos 16:19-32 Pero viendo sus amos que había salido la esperanza de su ganancia, prendieron a Pablo y a Silas, y los trajeron al foro, ante las autoridades; y presentándolos a los magistrados,

dijeron: Estos hombres, siendo judíos, alborotan nuestra ciudad, y enseñan costumbres que no nos es lícito recibir ni hacer, pues somos romanos. Y se agolpó el pueblo contra ellos; y los magistrados, rasgándoles las ropas, ordenaron azotarles con varas. Después de haberles azotado mucho, los echaron en la cárcel, mandando al carcelero que los guardase con seguridad. El cual, recibido este mandato, los metió en el calabozo de más adentro, y les aseguró los pies en el cepo. Pero a medianoche, orando Pablo y Silas, cantaban himnos a Dios; y los presos los oían. Entonces sobrevino de repente un gran terremoto, de tal manera que los cimientos de la cárcel se sacudían; y al instante se abrieron todas las puertas, y las cadenas de todos se soltaron. Despertando el carcelero, y viendo abiertas las puertas de la cárcel, sacó la espada y se iba a matar, pensando que los presos habían huido. Mas Pablo clamó a gran voz, diciendo: No te hagas ningún mal, pues todos estamos aquí. El entonces, pidiendo luz, se precipitó adentro, y temblando, se postró a los pies de Pablo y de Silas; y sacándolos, les dijo: Señores, ¿qué debo hacer para ser salvo? Ellos dijeron: Cree en el Señor Jesucristo, y serás salvo, tú y tu casa. Y le hablaron la palabra del Señor a él y a todos los que estaban en su casa; 2 Corintios 11:23-29 ¿Son ministros de Cristo? (Como si estuviera loco hablo.) Yo más; en trabajos más abundante; en azotes sin número; en cárceles más; en peligros de muerte muchas veces. De los judíos cinco veces he recibido cuarenta azotes menos uno. Tres veces he sido azotado con varas; una vez apedreado; tres veces he padecido naufragio; una noche y un día he estado como náufrago en alta mar; en caminos muchas veces; en peligros de ríos, peligros de ladrones, peligros de los de mi nación, peligros de los gentiles, peligros en la ciudad, peligros en el desierto, peligros en el mar, peligros entre falsos hermanos; en trabajo y fatiga, en muchos desvelos, en hambre y sed, en muchos ayunos, en frío y en desnudez; ²⁸ y además de otras cosas, lo que sobre mí se agolpa cada día, la preocupación por todas las iglesias. ²⁹ ¿Quién enferma, y yo no enfermo? ¿A quién se le hace tropezar, y yo no me indigno?, especialmente los versículos 28-29).

- C. No debes preocuparte (estar ansioso) ya que esto revela una falta de confianza en Dios e impide que seas espiritualmente fructífero (basado en Mateo 6:25-34 Por tanto os digo: No os afanéis por

vuestra vida, qué habéis de comer o qué habéis de beber; ni por vuestro cuerpo, qué habéis de vestir. ¿No es la vida más que el alimento, y el cuerpo más que el vestido? Mirad las aves del cielo, que no siembran, ni siegan, ni recogen en graneros; y vuestro Padre celestial las alimenta. ¿No valéis vosotros mucho más que ellas? ¿Y quién de vosotros podrá, por mucho que se afane, añadir a su estatura un codo? Y por el vestido, ¿por qué os afanáis? Considerad los lirios del campo, cómo crecen: no trabajan ni hilan; pero os digo, que ni aun Salomón con toda su gloria se vistió así como uno de ellos. Y si la hierba del campo que hoy es, y mañana se echa en el horno, Dios la viste así, ¿no hará mucho más a vosotros, hombres de poca fe? No os afanéis, pues, diciendo: ¿Qué comeremos, o qué beberemos, o qué vestiremos? Porque los gentiles buscan todas estas cosas; pero vuestro Padre celestial sabe que tenéis necesidad de todas estas cosas. Mas buscad primeramente el reino de Dios y su justicia, y todas estas cosas os serán añadidas. Así que, no os afanéis por el día de mañana, porque el día de mañana traerá su afán. Basta a cada día su propio mal; Lucas 8:14 La que cayó entre espinos, éstos son los que oyen, pero yéndose, son ahogados por los afanes y las riquezas y los placeres de la vida, y no llevan fruto).

*Referirte a **AGRADANDO AL YO O AGRADANDO A DIOS** (Lección 9, Páginas 10-11) para recordar que no es la intensidad de una emoción lo que determina si es correcta o no. Más bien, el meollo es lo que tu respuesta revela, es decir, si estás viviendo para agradar al yo, o viviendo para el Señor.*

EL AMOR FRENTE AL TEMOR (EL CAMINO DE DIOS FRENTE AL CAMINO DEL HOMBRE)

El hombre a menudo teme las consecuencias de sus acciones y el “castigo” de la vida en general, porque no ha sido perfeccionado (madurado, completado) en el amor de Dios. El amor de Dios se perfecciona en ti cuando sinceramente crees en el Señor Jesucristo, permaneces obediente a la Palabra de Dios y amas a los demás en el Cuerpo de Cristo. El amor que se perfecciona de esta manera echa fuera todo el temor *(basado en Romanos 8:35-39 ¿Quién nos separará del amor de Cristo? ¿Tribulación, o angustia, o persecución, o hambre, o desnudez, o peligro, o espada? Como está escrito: “Por causa de ti somos muertos todo el tiempo; Somos contados como ovejas de matadero.” Antes, en todas estas cosas somos más que vencedores por medio de aquel que nos amó. Por lo cual estoy seguro de que ni la muerte, ni la vida, ni ángeles, ni principados, ni potestades, ni lo presente, ni lo por venir, ni lo alto, ni lo profundo, ni ninguna otra cosa creada nos podrá separar del amor de Dios, que es en Cristo Jesús Señor nuestro; 1 Corintios 13:4-8a El amor es sufrido, es benigno; el amor no tiene envidia, el amor no es jactancioso, no se envanece; no hace nada indebido, no busca lo suyo, no se irrita, no guarda rencor; no se goza de la injusticia, mas se goza de la verdad. Todo lo sufre, todo lo cree, todo lo espera, todo lo soporta. El amor nunca deja de ser; 1 Juan 2:3-5 Y en esto sabemos que nosotros le conocemos, si guardamos sus mandamientos. El que dice: Yo le conozco, y no guarda sus mandamientos, el tal es mentiroso, y la verdad no está en él; pero el que guarda su palabra, en éste verdaderamente el amor de Dios se ha perfeccionado; por esto sabemos que estamos en él; 4:7-8 Amados, amémonos unos a otros; porque el amor es de Dios. Todo aquel que ama, es nacido de Dios, y conoce a Dios. El que no ama, no ha conocido a Dios; porque Dios es amor, 12 Nadie ha visto jamás a Dios. Si nos amamos unos a otros, Dios permanece en nosotros, y su amor se ha perfeccionado en nosotros,*

15-21 *Todo aquel que confiese que Jesús es el Hijo de Dios, Dios permanece en él, y él en Dios. Y nosotros hemos conocido y creído el amor que Dios tiene para con nosotros. Dios es amor; y el que permanece en amor, permanece en Dios, y Dios en él. En esto se ha perfeccionado el amor en nosotros, para que tengamos confianza en el día del juicio; pues como él es, así somos nosotros en este mundo. En el amor no hay temor, sino que el perfecto amor echa fuera el temor; porque el temor lleva en sí castigo. De donde el que teme, no ha sido perfeccionado en el amor. Nosotros le amamos a él, porque él nos amó primero. Si alguno dice: Yo amo a Dios, y aborrece a su hermano, es mentiroso. Pues el que no ama a su hermano a quien ha visto, ¿cómo puede amar a Dios a quien no ha visto? Y nosotros tenemos este mandamiento de él: El que ama a Dios, ame también a su hermano).*

I. El contraste entre el amor y el temor (lista de ejemplos)

EL CAMINO DE DIOS (AMOR)	EL CAMINO DEL HOMBRE (TEMOR)
El amor busca oportunidades para dar (Juan 3:16 <i>Porque de tal manera amó Dios al mundo, que ha dado a su Hijo unigénito, para que todo aquel que en él cree, no se pierda, mas tenga vida eterna; 1 Juan 3:16-18 En esto hemos conocido el amor, en que él puso su vida por nosotros; también nosotros debemos poner nuestras vidas por los hermanos. Pero el que tiene bienes de este mundo y ve a su hermano tener necesidad, y cierra contra él su corazón, ¿cómo mora el amor de Dios en él? Hijitos míos, no amemos de</i>	El temor se mantiene cauteloso, precavido ante las posibles consecuencias de involucrarse.

<i>palabra ni de lengua, sino de hecho y en verdad).</i>	
<i>El amor pone su vida por los demás (1 Juan 3:16 En esto hemos conocido el amor, en que él puso su vida por nosotros; también nosotros debemos poner nuestras vidas por los hermanos).</i>	<i>El temor no se arriesga personalmente para ayudar a otro.</i>
<i>El amor todo lo cree (1 Corintios 13:7 Todo lo sufre, todo lo cree, todo lo espera, todo lo soporta).</i>	<i>El temor es sumamente desconfiado.</i>
<i>amor nunca falla (1 Corintios 13:8ª El amor nunca deja de ser).</i>	<i>El temor provoca mayor temor — el no asumir responsabilidades trae mayor temor de las consecuencias por actuar irresponsablemente.</i>

*Repasar **EL SIGNIFICADO DEL AMOR BÍBLICO** (Lección 13, Páginas 4-6). Nota que para cada elemento del amor bíblico, el temor enfocado en el yo te dice que hagas justamente lo opuesto.*

II. El poderoso amor de Jesucristo vence el temor

- A. *El Señor Jesús al conquistar la muerte, liberó a las personas que confían (creen) en Él, del temor de la muerte, y rompió la esclavitud que tenían al pecado y a Satanás (basado en Romanos 6:5-7 Porque si fuimos plantados juntamente con él en la semejanza de su muerte, así también lo seremos en la de su resurrección; sabiendo esto, que nuestro viejo hombre fue crucificado juntamente con él, para que el cuerpo del pecado sea destruido, a fin de que no sirvamos más al pecado. Porque el que ha muerto, ha sido justificado del pecado; Hebreos 2:14-15 Porque si fuimos plantados juntamente con él en la semejanza*

de su muerte, así también lo seremos en la de su resurrección; sabiendo esto, que nuestro viejo hombre fue crucificado juntamente con él, para que el cuerpo del pecado sea destruido, a fin de que no sirvamos más al pecado. Porque el que ha muerto, ha sido justificado del pecado).

- B. El amor de Dios por ti, demostrado con la muerte de Su Hijo en la cruz por tus pecados, te puede traer a Su familia eterna a través de Jesucristo y de este modo sacarte del temor (*Romanos 5:8 Mas Dios muestra su amor para con nosotros, en que siendo aún pecadores, Cristo murió por nosotros, 8:15 Pues no habéis recibido el espíritu de esclavitud para estar otra vez en temor, sino que habéis recibido el espíritu de adopción, por el cual clamamos: !!Abba, Padre!.*)
- C. El amor de Cristo te da el poder para ser más que un vencedor en cualquier situación de la vida (*Romanos 8:35-39 ¿Quién nos separará del amor de Cristo? ¿Tribulación, o angustia, o persecución, o hambre, o desnudez, o peligro, o espada? Como está escrito: “Por causa de ti somos muertos todo el tiempo; Somos contados como ovejas de matadero.” Antes, en todas estas cosas somos más que vencedores por medio de aquel que nos amó. Por lo cual estoy seguro de que ni la muerte, ni la vida, ni ángeles, ni principados, ni potestades, ni lo presente, ni lo por venir, ni lo alto, ni lo profundo, ni ninguna otra cosa creada nos podrá separar del amor de Dios, que es en Cristo Jesús Señor nuestro), al ejercitar tu fe en Él (1 Juan 5:4-5 Porque todo lo que es nacido de Dios vence al mundo; y esta es la victoria que ha vencido al mundo, nuestra fe. ¿Quién es el que vence al mundo, sino el que cree que Jesús es el Hijo de Dios?).*
- D. Dios, a través de Jesucristo, te ha otorgado poder y amor y disciplina (dominio propio), los cuales no pueden existir si hay espíritu de cobardía (*2 Timoteo 1:7 Porque no nos ha dado Dios espíritu de cobardía, sino de poder, de amor y de dominio propio).*

III. El perfecto amor echa fuera el temor

- A. El amor perfecto de Dios se demuestra en el regalo de Su Hijo

unigénito, Jesucristo (basado en Juan 3:16-17 Porque de tal manera amó Dios al mundo, que ha dado a su Hijo unigénito, para que todo aquel que en él cree, no se pierda, mas tenga vida eterna. Porque no envió Dios a su Hijo al mundo para condenar al mundo, sino para que el mundo sea salvo por él; Romanos 5:8 Mas Dios muestra su amor para con nosotros, en que siendo aún pecadores, Cristo murió por nosotros; 1 Juan 3:1 Mirad cuál amor nos ha dado el Padre, para que seamos llamados hijos de Dios; por esto el mundo no nos conoce, porque no le conoció a él, 16 En esto hemos conocido el amor, en que él puso su vida por nosotros; también nosotros debemos poner nuestras vidas por los hermanos; 4:9-10 En esto se mostró el amor de Dios para con nosotros, en que Dios envió a su Hijo unigénito al mundo, para que vivamos por él. En esto consiste el amor: no en que nosotros hayamos amado a Dios, sino en que él nos amó a nosotros, y envió a su Hijo en propiciación por nuestros pecados).

1. **Tu capacidad para amar a los demás está basada en el amor de Dios por ti, a través del Señor Jesucristo (Juan 13:34-35)** *Un mandamiento nuevo os doy: Que os améis unos a otros; como yo os he amado, que también os améis unos a otros. En esto conocerán todos que sois mis discípulos, si tuviereis amor los unos con los otros, 15:12 Este es mi mandamiento: Que os améis unos a otros, como yo os he amado; 1 Juan 4:7-11 Amados, amémonos unos a otros; porque el amor es de Dios. Todo aquel que ama, es nacido de Dios, y conoce a Dios. El que no ama, no ha conocido a Dios; porque Dios es amor. En esto se mostró el amor de Dios para con nosotros, en que Dios envió a su Hijo unigénito al mundo, para que vivamos por él. En esto consiste el amor: no en que nosotros hayamos amado a Dios, sino en que él nos amó a nosotros, y envió a su Hijo en propiciación por nuestros pecados. Amados, si Dios nos ha amado así, debemos también nosotros amarnos unos a otros, 19-21 Nosotros le amamos a él, porque él nos amó primero. Si alguno dice: Yo amo a Dios, y aborrece a su hermano, es mentiroso. Pues el que no ama a su hermano a quien ha visto, ¿cómo puede amar a Dios a quien no ha visto? Y nosotros tenemos este mandamiento de él: El que ama a Dios, ame también a su hermano).*
2. **Debes seguir el ejemplo de tu Padre Celestial y practicar el amor perfecto hacia los demás, aun en circunstancias difíciles (basado en Mateo 5:43-48)** *Oísteis que fue dicho: Amarás a tu prójimo, y aborrecerás a tu enemigo. Pero yo os digo: Amad a vuestros enemigos, bendecid a los que os maldicen, haced bien a los que os aborrecen, y orad por los que os ultrajan y os persiguen; para que seáis hijos de vuestro Padre que está en los cielos, que hace salir su sol sobre malos y buenos, y que hace llover sobre justos e injustos. Porque si amáis a los que os aman, ¿qué recompensa tendréis? ¿No hacen también lo mismo los publicanos? Y si saludáis a*

vuestros hermanos solamente, ¿qué hacéis de más? ¿No hacen también así los gentiles? Sed, pues, vosotros perfectos, como vuestro Padre que está en los cielos es perfecto).

3. *Tu respuesta al gran amor de Dios por ti a través de Jesús, se demuestra obedeciendo Su Palabra en todas las cosas (Juan 14:15 Si me amáis, guardad mis mandamientos, 21 El que tiene mis mandamientos, y los guarda, ése es el que me ama; y el que me ama, será amado por mi Padre, y yo le amaré, y me manifestaré a él, 23-24 Respondió Jesús y le dijo: El que me ama, mi palabra guardará; y mi Padre le amará, y vendremos a él, y haremos morada con él. El que no me ama, no guarda mis palabras; y la palabra que habéis oído no es mía, sino del Padre que me envió; 1 Juan 5:3 Pues este es el amor a Dios, que guardemos sus mandamientos; y sus mandamientos no son gravosos; 2 Juan 1:6 Y este es el amor, que andemos según sus mandamientos. Este es el mandamiento: que andéis en amor, como vosotros habéis oído desde el principio) y amando a los demás (1 Juan 3:10-18 En esto se manifiestan los hijos de Dios, y los hijos del diablo: todo aquel que no hace justicia, y que no ama a su hermano, no es de Dios. Porque este es el mensaje que habéis oído desde el principio: Que nos amemos unos a otros. No como Caín, que era del maligno y mató a su hermano. ¿Y por qué causa le mató? Porque sus obras eran malas, y las de su hermano justas. Hermanos míos, no os extrañéis si el mundo os aborrece. Nosotros sabemos que hemos pasado de muerte a vida, en que amamos a los hermanos. El que no ama a su hermano, permanece en muerte. Todo aquel que aborrece a su hermano es homicida; y sabéis que ningún homicida tiene vida eterna permanente en él. En esto hemos conocido el amor, en que él puso su vida por nosotros; también nosotros debemos poner nuestras vidas por los hermanos. Pero el que tiene bienes de este mundo y ve a su hermano tener necesidad, y cierra contra él su corazón, ¿cómo mora el amor de Dios en él? Hijitos míos, no amemos de palabra ni de lengua, sino de hecho y en verdad; 4:7-8 Amados, amémonos unos a otros; porque el amor es de Dios. Todo aquel que ama, es nacido de Dios, y conoce a Dios. El que no ama, no ha*

conocido a Dios; porque Dios es amor, 20-21 Si alguno dice: Yo amo a Dios, y aborrece a su hermano, es mentiroso. Pues el que no ama a su hermano a quien ha visto, ¿cómo puede amar a Dios a quien no ha visto? Y nosotros tenemos este mandamiento de él: El que ama a Dios, ame también a su hermano).

B. El amor de Dios a través de Jesucristo se perfecciona (madura, completa) en ti cuando permaneces en Él (1 Juan 4:15-17 *Todo aquel que confiese que Jesús es el Hijo de Dios, Dios permanece en él, y él en Dios. Y nosotros hemos conocido y creído el amor que Dios tiene para con nosotros. Dios es amor; y el que permanece en amor, permanece en Dios, y Dios en él. En esto se ha perfeccionado el amor en nosotros, para que tengamos confianza en el día del juicio; pues como él es, así somos nosotros en este mundo*). Puedes estar seguro de que permaneces en Él cuando:

1. Confiesas a Jesús como el Hijo de Dios (1 Juan 2:22-25 *¿Quién es el mentiroso, sino el que niega que Jesús es el Cristo? Este es anticristo, el que niega al Padre y al Hijo. Todo aquel que niega al Hijo, tampoco tiene al Padre. El que confiesa al Hijo, tiene también al Padre. Lo que habéis oído desde el principio, permanezca en vosotros. Si lo que habéis oído desde el principio permanece en vosotros, también vosotros permaneceréis en el Hijo y en el Padre. Y esta es la promesa que él nos hizo, la vida eterna; 4:9 En esto se mostró el amor de Dios para con nosotros, en que Dios envió a su Hijo unigénito al mundo, para que vivamos por él, 14-15 Y nosotros hemos visto y testificamos que el Padre ha enviado al Hijo, el Salvador del mundo. Todo aquel que confiese que Jesús es el Hijo de Dios, Dios permanece en él, y él en Dios*),
2. Guardas (obedeces) la Palabra de Dios (1 Juan 2:5 *pero el que guarda su palabra, en éste verdaderamente el amor de Dios se ha perfeccionado; por esto sabemos que estamos en él, 3:24 Y el que guarda sus mandamientos, permanece en Dios, y Dios en él. Y en esto sabemos que él permanece en nosotros, por el Espíritu que nos ha dado*), y
3. Practicas el amor bíblico hacia los demás (1 Juan 4:12 *Nadie*

*ha visto jamás a Dios. Si nos amamos unos a otros, Dios permanece en nosotros, y su amor se ha perfeccionado en nosotros). Referirte a **EL SIGNIFICADO BÍBLICO DEL AMOR** (Lección 13, Páginas 4-6).*

- C. En el grado en que el amor de Dios se perfecciona en ti (referirte al numeral III., inciso B. anterior), en esa misma medida serás capaz de conquistar el temor (*basado en 1 Juan 4:18 En el amor no hay temor, sino que el perfecto amor echa fuera el temor; porque el temor lleva en sí castigo. De donde el que teme, no ha sido perfeccionado en el amor*)

VENCIENDO EL TEMOR Y LA PREOCUPACIÓN

En todas las circunstancias de la vida, puedes decidir seguir el camino del hombre (confiar en ti y en la sabiduría natural) o el camino de Dios (confiar en Dios y en Su sabiduría). Para vencer cualquier problema, incluyendo el temor y la preocupación, debes disciplinarte a ti mismo con el propósito de ser santo *(basado en 1 Corintios 3:19-20 Porque la sabiduría de este mundo es insensatez para con Dios; pues escrito está: El prende a los sabios en la astucia de ellos. Y otra vez: El Señor conoce los pensamientos de los sabios, que son vanos; Filipenses 4:6-9 Por nada estéis afanosos, sino sean conocidas vuestras peticiones delante de Dios en toda oración y ruego, con acción de gracias. Y la paz de Dios, que sobrepasa todo entendimiento, guardará vuestros corazones y vuestros pensamientos en Cristo Jesús. Por lo demás, hermanos, todo lo que es verdadero, todo lo honesto, todo lo justo, todo lo puro, todo lo amable, todo lo que es de buen nombre; si hay virtud alguna, si algo digno de alabanza, en esto pensad. Lo que aprendisteis y recibisteis y oísteis y visteis en mí, esto haced; y el Dios de paz estará con vosotros; 1 Timoteo 4:7-8 Desecha las fábulas profanas y de viejas. Ejercítate para la piedad; porque el ejercicio corporal para poco es provechoso, pero la piedad para todo aprovecha, pues tiene promesa de esta vida presente, y de la venidera; 2 Timoteo 1:7 Porque no nos ha dado Dios espíritu de cobardía, sino de poder, de amor y de dominio propio; Santiago 1:22-25 Pero sed hacedores de la palabra, y no tan solamente oidores, engañándoos a vosotros mismos. Porque si alguno es oidor de la palabra pero no hacedor de ella, éste es semejante al hombre que considera en un espejo su rostro natural. Porque él se considera a sí mismo, y se va, y luego olvida cómo era. Mas el que mira atentamente en la perfecta ley, la de la libertad, y persevera en ella, no siendo oidor olvidadizo, sino hacedor de la obra, éste será bienaventurado en lo que hace, 4:17 y al que sabe hacer lo bueno, y no lo hace, le es pecado; 1 Juan 4:18 En el amor no hay temor, sino que el perfecto amor echa fuera el temor; porque el temor lleva en sí castigo. De donde el que teme, no ha sido perfeccionado en el amor).*

I. Examina cuidadosamente las siguientes referencias cruzadas:

- A. Los requisitos bíblicos fundamentales para el cambio (Lecciones 1 y 2), y reconocer las diferencias entre vivir a la manera del hombre y vivir a la manera de Dios (Lecciones 3 y 4);
- B. Los elementos esenciales del cambio bíblico (Lecciones 5 - 8) mientras mueres al yo y vives para el Señor (Lecciones 9 y 10);
- C. La necesidad de tratar bíblicamente con todo enojo y amargura en tu vida (Lección 11);
- D. La aplicación de los principios de amar a tu prójimo (Lección 12 y 13) a esta situación, y a las relaciones familiares (Lecciones 14 - 17);
- E. El posible vínculo entre sentirse deprimido (Lección 18) con el temor y la preocupación;
- F. La seriedad de los pecados que dominan la vida y su relación con el temor y la preocupación (Lecciones 20 y 21); y
- G. La necesidad para ti de establecer y mantener fielmente las normas específicas tomadas de la Palabra de Dios, en todas las áreas de la vida (Lección 22).

NOTA: Las referencias cruzadas citadas anteriormente son importantes para tratar con el temor y la preocupación. Al tratar con los problemas bíblicamente, tienes que examinar todos los aspectos de tu vida. Por ejemplo, el problema del temor no se puede resolver tratándolo como un fin en sí mismo. Más bien, cualquier problema específico se debe tratar a la luz de los principios de la Escritura para todo en la vida. Como puedes ver, se hace referencia a lecciones previas y a posteriores.

Si prosigues en el entrenamiento de consejería bíblica, encontrarás que las soluciones de Dios que se presentan en este curso se aplican a todos los problemas, incluyendo los que no se tratan en este manual.

II. Para darte cuenta de los patrones pecaminosos o de las tentaciones a pecar con respecto al temor y a la preocupación,

haz una lista de personas, lugares o circunstancias donde tus presentes problemas se hacen evidentes en tu vida.

- III. Usa una HOJA DE TRABAJO: LA VICTORIA SOBRE LOS FRACASOS (Suplemento 8). Para llenar las columnas 1-3, sigue las instrucciones que se dan en GUÍAS: HOJA DE TRABAJO, LA VICTORIA SOBRE LOS FRACASOS (Suplemento 7).**
- IV. Al llenar la columna cuatro de la HOJA DE TRABAJO: LA VICTORIA SOBRE LOS FRACASOS (Suplemento 8):**

A. Elabora un **plan básico** para vencer los pecados que has identificado. En tu plan, incluye obras (pensamientos, palabras y acciones) que te ayudarán a desarrollar la semejanza a Cristo tomando en cuenta las siguientes guías:

1. Piensa bíblicamente

- a. Recuerda que Dios ha prometido velar por ti en cualquier situación, sin importar lo inquietante que ésta parezca (*Salmos 23:1-6 Jehová es mi pastor; nada me faltará. En lugares de delicados pastos me hará descansar; Junto a aguas de reposo me pastoreará. Confortará mi alma; Me guiará por sendas de justicia por amor de su nombre. Aunque ande en valle de sombra de muerte, No temeré mal alguno, porque tú estarás conmigo; Tu vara y tu cayado me infundirán aliento. Aderezas mesa delante de mí en presencia de mis angustiadores; Unges mi cabeza con aceite; mi copa está rebosando. Ciertamente el bien y la misericordia me seguirán todos los días de mi vida, Y en la casa de Jehová moraré por largos días, 37:5; Proverbios 3:25-26 No tendrás temor de pavor repentino, Ni de la ruina de los impíos cuando viniere, Porque Jehová será tu confianza, Y él preservará tu pie de quedar preso; Mateo 10:28-31 Y no temáis a los que matan el cuerpo, mas el alma no pueden matar; temed más bien a aquel que puede destruir el alma y el cuerpo en el infierno. ¿No se venden dos pajarillos por un cuarto? Con todo, ni uno de ellos cae a tierra sin vuestro Padre. Pues aun vuestros cabellos están todos contados. Así que, no temáis; más valéis vosotros que muchos pajarillos; Romanos 8:36-39 Como está escrito: "Por causa de ti somos muertos todo el tiempo; Somos contados como ovejas de matadero." Antes, en todas estas cosas somos más que vencedores por medio de aquel que nos amó. Por lo cual estoy seguro de que ni la muerte, ni la vida, ni ángeles, ni principados, ni potestades, ni lo presente, ni lo por venir, ni lo alto, ni lo profundo, ni ninguna otra cosa*

creada nos podrá separar del amor de Dios, que es en Cristo Jesús Señor nuestro; 1 Corintios 10:13 No os ha sobrevenido ninguna tentación que no sea humana; pero fiel es Dios, que no os dejará ser tentados más de lo que podéis resistir, sino que dará también juntamente con la tentación la salida, para que podáis soportar).

- b. Confiesa a Dios todos los pensamientos pecaminosos (1 Juan 1:9 Si confesamos nuestros pecados, él es fiel y justo para perdonar nuestros pecados, y limpiarnos de toda maldad) y pídele ayuda para cambiar este patrón pecaminoso (1 Tesalonicenses 5:17 Orad sin cesar; Hebreos 4:15-16 Porque no tenemos un sumo sacerdote que no pueda compadecerse de nuestras debilidades, sino uno que fue tentado en todo según nuestra semejanza, pero sin pecado. Acerquémonos, pues, confiadamente al trono de la gracia, para alcanzar misericordia y hallar gracia para el oportuno socorro; Santiago 1:5 Y si alguno de vosotros tiene falta de sabiduría, pídala a Dios, el cual da a todos abundantemente y sin reproche, y le será dada).
- c. Regocíjate (1 Tesalonicenses 5:16 Estad siempre gozosos) y da gracias en medio de y por cada situación (Efesios 5:20 dando siempre gracias por todo al Dios y Padre, en el nombre de nuestro Señor Jesucristo; 1 Tesalonicenses 5:18 Dad gracias en todo, porque esta es la voluntad de Dios para con vosotros en Cristo Jesús), sabiendo que la resistencia en las pruebas te ayuda a ser conformado a la imagen de Jesucristo (basado en Romanos 5:3-5 Y no sólo esto, sino que también nos gloriamos en las tribulaciones, sabiendo que la tribulación produce paciencia; y la paciencia, prueba; y la prueba, esperanza; y la esperanza no avergüenza; porque el amor de Dios ha sido derramado en nuestros corazones por el Espíritu Santo que nos fue dado; Santiago 1:2-4 Hermanos míos, tened por sumo gozo cuando os halléis en diversas pruebas, sabiendo que la prueba de vuestra fe produce paciencia. Mas tenga la

paciencia su obra completa, para que seáis perfectos y cabales, sin que os falte cosa alguna).

- d. Recuerda que el perdón que Dios te ha dado, es la base para que tú perdonas a los demás (Mateo 18:21-35 Entonces se le acercó Pedro y le dijo: Señor, ¿cuántas veces perdonaré a mi hermano que peque contra mí? ¿Hasta siete? Jesús le dijo: No te digo hasta siete, sino aun hasta setenta veces siete. Por lo cual el reino de los cielos es semejante a un rey que quiso hacer cuentas con sus siervos. Y comenzando a hacer cuentas, le fue presentado uno que le debía diez mil talentos. A éste, como no pudo pagar, ordenó su señor venderle, y a su mujer e hijos, y todo lo que tenía, para que se le pagase la deuda. Entonces aquel siervo, postrado, le suplicaba, diciendo: Señor, ten paciencia conmigo, y yo te lo pagaré todo. El señor de aquel siervo, movido a misericordia, le soltó y le perdonó la deuda. Pero saliendo aquel siervo, halló a uno de sus conservos, que le debía cien denarios; y asiendo de él, le ahogaba, diciendo: Págame lo que me debes. Entonces su consiervo, postrándose a sus pies, le rogaba diciendo: Ten paciencia conmigo, y yo te lo pagaré todo. Mas él no quiso, sino fue y le echó en la cárcel, hasta que pagase la deuda. Viendo sus conservos lo que pasaba, se entristecieron mucho, y fueron y refirieron a su señor todo lo que había pasado. Entonces, llamándole su señor, le dijo: Siervo malvado, toda aquella deuda te perdoné, porque me rogaste. ¿No debías tú también tener misericordia de tu consiervo, como yo tuve misericordia de ti? Entonces su señor, enojado, le entregó a los verdugos, hasta que pagase todo lo que le debía. Así también mi Padre celestial hará con vosotros si no perdonáis de todo corazón cada uno a su hermano sus ofensas; Efesios 4:32 Antes sed benignos unos con otros, misericordiosos, perdonándoos unos a otros, como Dios también os perdonó a vosotros en Cristo; Colosenses 3:13 soportándoos unos a otros, y perdonándoos unos a otros si alguno tuviere queja contra otro. De la manera que Cristo os perdonó, así también

hacedlo vosotros).

- e. *Recuerda que tu amor por los demás demuestra el amor que le tienes a Dios (1 Juan 2:9-11 El que dice que está en la luz, y aborrece a su hermano, está todavía en tinieblas. El que ama a su hermano, permanece en la luz, y en él no hay tropiezo. Pero el que aborrece a su hermano está en tinieblas, y anda en tinieblas, y no sabe a dónde va, porque las tinieblas le han cegado los ojos; 3:14-16 Nosotros sabemos que hemos pasado de muerte a vida, en que amamos a los hermanos. El que no ama a su hermano, permanece en muerte. Todo aquel que aborrece a su hermano es homicida; y sabéis que ningún homicida tiene vida eterna permanente en él. En esto hemos conocido el amor, en que él puso su vida por nosotros; también nosotros debemos poner nuestras vidas por los hermanos; 4:7-11 Amados, amémonos unos a otros; porque el amor es de Dios. Todo aquel que ama, es nacido de Dios, y conoce a Dios. El que no ama, no ha conocido a Dios; porque Dios es amor. En esto se mostró el amor de Dios para con nosotros, en que Dios envió a su Hijo unigénito al mundo, para que vivamos por él. En esto consiste el amor: no en que nosotros hayamos amado a Dios, sino en que él nos amó a nosotros, y envió a su Hijo en propiciación por nuestros pecados. Amados, si Dios nos ha amado así, debemos también nosotros amarnos unos a otros, 20-21 Si alguno dice: Yo amo a Dios, y aborrece a su hermano, es mentiroso. Pues el que no ama a su hermano a quien ha visto, ¿cómo puede amar a Dios a quien no ha visto? Y nosotros tenemos este mandamiento de él: El que ama a Dios, ame también a su hermano).*
- f. *Centra tus pensamientos en glorificar y en agradecer a Dios y en ser de bendición a los demás en todas las situaciones (basado en Mateo 22:37-39 Jesús le dijo: Amarás al Señor tu Dios con todo tu corazón, y con toda tu alma, y con toda tu mente. Este es el primero y grande mandamiento. Y el*

segundo es semejante: Amarás a tu prójimo como a ti mismo; Lucas 9:23-24 Y decía a todos: Si alguno quiere venir en pos de mí, niéguese a sí mismo, tome su cruz cada día, y sígame. Porque todo el que quiera salvar su vida, la perderá; y todo el que pierda su vida por causa de mí, éste la salvará; 2 Corintios 5:9 Por tanto procuramos también, o ausentes o presentes, serle agradables, 15 y por todos murió, para que los que viven, ya no vivan para sí, sino para aquel que murió y resucitó por ellos; 10:5 derribando argumentos y toda altivez que se levanta contra el conocimiento de Dios, y llevando cautivo todo pensamiento a la obediencia a Cristo; Gálatas 5:16-17 Digo, pues: Andad en el Espíritu, y no satisfagáis los deseos de la carne. Porque el deseo de la carne es contra el Espíritu, y el del Espíritu es contra la carne; y éstos se oponen entre sí, para que no hagáis lo que quisiereis; Filipenses 2:3-4 Nada hagáis por contienda o por vanagloria; antes bien con humildad, estimando cada uno a los demás como superiores a él mismo; no mirando cada uno por lo suyo propio, sino cada cual también por lo de los otros, 4:8 Por lo demás, hermanos, todo lo que es verdadero, todo lo honesto, todo lo justo, todo lo puro, todo lo amable, todo lo que es de buen nombre; si hay virtud alguna, si algo digno de alabanza, en esto pensad; Colosenses 3:1-2 Si, pues, habéis resucitado con Cristo, buscad las cosas de arriba, donde está Cristo sentado a la diestra de Dios. Poned la mira en las cosas de arriba, no en las de la tierra).

- g. *Aun en medio de la situación en la que te encuentres, no te ocupes de las cosas que conducen al pecado. Más bien, disciplina tu mente a pensar en las cosas que agradan al Señor (Filipenses 4:8 Por lo demás, hermanos, todo lo que es verdadero, todo lo honesto, todo lo justo, todo lo puro, todo lo amable, todo lo que es de buen nombre; si hay virtud alguna, si algo digno de alabanza, en esto pensad; Colosenses 3:2 Poned la mira en las cosas de arriba, no en las de la tierra). Recuerda orar por los que te persiguen*

(Mateo 5:44 Pero yo os digo: Amad a vuestros enemigos, bendecid a los que os maldicen, haced bien a los que os aborrecen, y orad por los que os ultrajan y os persiguen).

- h. Repasa salmos, himnos y cánticos espirituales que has memorizado (basado en Efesios 5:19-20 hablando entre vosotros con salmos, con himnos y cánticos espirituales, cantando y alabando al Señor en vuestros corazones; dando siempre gracias por todo al Dios y Padre, en el nombre de nuestro Señor Jesucristo; Colosenses 3:16 La palabra de Cristo more en abundancia en vosotros, enseñándoos y exhortándoos unos a otros en toda sabiduría, cantando con gracia en vuestros corazones al Señor con salmos e himnos y cánticos espirituales).*
- i. Piensa en las formas en que puedes animar a otros creyentes, estimulándolos al amor y a las buenas obras (Hebreos 10:23-25 Mantengamos firme, sin fluctuar, la profesión de nuestra esperanza, porque fiel es el que prometió. Y considerémonos unos a otros para estimularnos al amor y a las buenas obras; no dejando de congregarnos, como algunos tienen por costumbre, sino exhortándonos; y tanto más, cuanto veis que aquel día se acerca).*

2. Habla bíblicamente

- a. Confiesa al Señor tus pecados de temor y preocupación. Confiesa tus pecados a los que no has amado de una manera bíblica, inclusive los pecados relacionados con el incumplimiento de tus responsabilidades. Confiesa cualquier otro pecado que recuerdes que todavía no has admitido (basado en Salmo 51:1-4 Ten piedad de mí, oh Dios, conforme a tu misericordia; Conforme a la multitud de tus piedades borra mis rebeliones. Lávame más y más de mi maldad, Y límpiame de mi pecado. Porque yo reconozco mis rebeliones, Y mi pecado está siempre delante de mí. Contra ti, contra ti solo he pecado Y he hecho lo malo delante de tus ojos; Para que seas reconocido justo en tu palabra, Y tenido por puro en tu juicio; Santiago 5:16 Confesaos vuestras*

ofensas unos a otros, y orad unos por otros, para que seáis sanados. La oración eficaz del justo puede mucho; 1 Juan 1:9 Si confesamos nuestros pecados, él es fiel y justo para perdonar nuestros pecados, y limpiarnos de toda maldad).

Para repasar cómo confesar tus pecados a las personas en contra de las cuales has pecado referirte a: **GUÍAS: HOJA DE TRABAJO, LA VICTORIA SOBRE LOS FRACASOS** (Suplemento 7) numeral VI. **Aplicación del cambio bíblico**, inciso D. y **RECONCILIACIÓN (ELIMINANDO TODOS LOS OBSTÁCULOS A LA UNIDAD Y A LA PAZ)** (Lección 12, Páginas 6-8) numeral II. **Confesión.**

- b. No hables de tus éxitos pasados (Proverbios 27:2 Alábetelo el extraño, y no tu propia boca; El ajeno, y no los labios tuyos, 30:32 Si neciamente has procurado enaltecerte, O si has pensado hacer mal, Pon el dedo sobre tu boca; 2 Corintios 10:18 porque no es aprobado el que se alaba a sí mismo, sino aquel a quien Dios alaba), tristezas, derrotas (especialmente las que están vinculadas con el temor y la preocupación) (Filipenses 3:13-14 Hermanos, yo mismo no pretendo haberlo ya alcanzado; pero una cosa hago: olvidando ciertamente lo que queda atrás, y extendiéndome a lo que está delante, prosigo a la meta, al premio del supremo llamamiento de Dios en Cristo Jesús) o ansiedad sobre el futuro (Mateo 6:34 Así que, no os afanéis por el día de mañana, porque el día de mañana traerá su afán. Basta a cada día su propio mal). No hagas comparaciones contigo mismo y/o con los demás (2 Corintios 10:12 Porque no nos atrevemos a contarnos ni a compararnos con algunos que se alaban a sí mismos; pero ellos, midiéndose a sí mismos por sí mismos, y comparándose consigo mismos, no son juiciosos), ni prometas jactanciosamente lo que harás en el futuro (Proverbios 27:1 No te jactes del día de mañana; Porque no sabes qué dará de sí el día; Santiago 4:13-16 ¡¡Vamos ahora! los que decís: Hoy y mañana iremos a tal ciudad, y estaremos allá un año, y traficaremos, y ganaremos; cuando no sabéis lo que será mañana. Porque

¿qué es vuestra vida? Ciertamente es neblina que se aparece por un poco de tiempo, y luego se desvanece. En lugar de lo cual deberíais decir: Si el Señor quiere, viviremos y haremos esto o aquello. Pero ahora os jactáis en vuestras soberbias. Toda jactancia semejante es mala). En cambio, edifica a los demás hablando con agradecimiento de la bondad del Señor y de la diferencia que últimamente Él ha hecho en tu vida (Lucas 10:20 Pero no os regocijéis de que los espíritus se os sujetan, sino regocijaos de que vuestros nombres están escritos en los cielos; Efesios 4:29 Ninguna palabra corrompida salga de vuestra boca, sino la que sea buena para la necesaria edificación, a fin de dar gracia a los oyentes; Colosenses 4:6 Sea vuestra palabra siempre con gracia, sazonada con sal, para que sepáis cómo debéis responder a cada uno; Hebreos 13:15 Así que, ofrezcamos siempre a Dios, por medio de él, sacrificio de alabanza, es decir, fruto de labios que confiesen su nombre; 1 Pedro 3:15 sino santificad a Dios el Señor en vuestros corazones, y estad siempre preparados para presentar defensa con mansedumbre y reverencia ante todo el que os demande razón de la esperanza que hay en vosotros).

- c. No calumnies, no propagues chismes, no seas contencioso ni uses palabras que no edifican a los demás (*Proverbios 10:18 El que encubre el odio es de labios mentirosos; Y el que propaga calumnia es necio; Efesios 4:29 Ninguna palabra corrompida salga de vuestra boca, sino la que sea buena para la necesaria edificación, a fin de dar gracia a los oyentes, 31 Quítense de vosotros toda amargura, enojo, ira, gritería y maledicencia, y toda malicia; 5:4 ni palabras deshonestas, ni necedades, ni truhanerías, que no convienen, sino antes bien acciones de gracias; Colosenses 3:8 Pero ahora dejad también vosotros todas estas cosas: ira, enojo, malicia, blasfemia, palabras deshonestas de vuestra boca; 2 Timoteo 2:24 Porque el siervo del Señor no debe ser contencioso, sino amable para con todos, apto para enseñar, sufrido; 1 Pedro 2:1 Desechando, pues, toda malicia, todo engaño, hipocresía, envidias, y todas las detracciones*). En cambio, que tus palabras sean verdaderas y siempre con gracia, de acuerdo a la necesidad del momento, para que sepas cómo responder a cada persona (*Efesios 4:15 sino que siguiendo la verdad en amor, crezcamos en todo en aquel que es la cabeza, esto es, Cristo, 25 Por lo cual, desechando la mentira, hablad verdad cada uno con su prójimo; porque somos miembros los unos de los otros, 29 Ninguna palabra corrompida salga de vuestra boca, sino la que sea buena para la necesaria edificación, a fin de dar gracia a los oyentes; Colosenses 4:6 Sea vuestra palabra siempre con gracia, sazonada con sal, para que sepáis cómo debéis responder a cada uno*).
- d. No saques a relucir el pecado de alguna persona en forma acusativa o vengativa, ya sea con los demás, contigo o con el que ha pecado (*Proverbios 10:18 El que encubre el odio es de labios mentirosos; Y el que propaga calumnia es necio, 17:9 El que cubre la falta busca amistad; Mas el que la divulga, aparta al amigo, 20:19 El que anda en chismes descubre el secreto; No te entremetas, pues, con el suelto de lengua; Efesios 4:29 Ninguna palabra corrompida salga*

de vuestra boca, sino la que sea buena para la necesaria edificación, a fin de dar gracia a los oyentes, 31 Quítense de vosotros toda amargura, enojo, ira, gritería y maledicencia, y toda malicia; Colosenses 3:8 Pero ahora dejad también vosotros todas estas cosas: ira, enojo, malicia, blasfemia, palabras deshonestas de vuestra boca; 1 Pedro 2:1 Desechando, pues, toda malicia, todo engaño, hipocresía, envidias, y todas las detracciones).

- e. Anima la reconciliación con Dios y con los demás, siguiendo los lineamientos bíblicos (Mateo 5:9 Bienaventurados los pacificadores, porque ellos serán llamados hijos de Dios, 23-24 Por tanto, si traes tu ofrenda al altar, y allí te acuerdas de que tu hermano tiene algo contra ti, deja allí tu ofrenda delante del altar, y anda, reconcíliate primero con tu hermano, y entonces ven y presenta tu ofrenda; Romanos 12:18 Si es posible, en cuanto dependa de vosotros, estad en paz con todos los hombres; 2 Corintios 2:6-8 Le basta a tal persona esta reprensión hecha por muchos; así que, al contrario, vosotros más bien debéis perdonarle y consolarle, para que no sea consumido de demasiada tristeza. Por lo cual os ruego que confirméis el amor para con él, 5:18 Y todo esto proviene de Dios, quien nos reconcilió consigo mismo por Cristo, y nos dio el ministerio de la reconciliación).

Referirte a **RECONCILIACIÓN (ELIMINANDO TODOS LOS OBSTÁCULOS A LA UNIDAD Y A LA PAZ)** (Lección 12, Páginas 6-8).

3. Actúa bíblicamente

- a. Perdona a los demás tal y como Dios te ha perdonado (Efesios 4:32 Antes sed benignos unos con otros, misericordiosos, perdonándoos unos a otros, como Dios también os perdonó a vosotros en Cristo; Colosenses 3:13 soportándoos unos a otros, y perdonándoos unos a otros si alguno tuviere queja contra otro. De la manera que Cristo os perdonó, así también hacedlo vosotros).

Referirte a **PERDÓN (PERDONANDO A LOS DEMÁS COMO DIOS TE HA PERDONADO)** (Lección 12, Páginas 3-5) y determina si estás practicando el perdón bíblico. Haz los cambios necesarios.

- b. Memoriza versículos y estudia pasajes de la Biblia específicamente relacionados con el temor, la preocupación, el amor bíblico, el esperar en Dios y el confiar en Él (basado en Salmo 119:9 ¿Con qué limpiaré el joven su camino? Con guardar tu palabra, 11 En mi corazón he guardado tus dichos, Para no pecar contra ti, 16 Me regocijaré en tus estatutos; No me olvidaré de tus palabras; 2 Corintios 10:5 derribando argumentos y toda altivez que se levanta contra el conocimiento de Dios, y llevando cautivo todo pensamiento a la obediencia a Cristo; Filipenses 4:8 Por lo demás, hermanos, todo lo que es verdadero, todo lo honesto, todo lo justo, todo lo puro, todo lo amable, todo lo que es de buen nombre; si hay virtud alguna, si algo digno de alabanza, en esto pensad; 2 Timoteo 2:15 Procura con diligencia presentarte a Dios aprobado, como obrero que no tiene de qué avergonzarse, que usa bien la palabra de verdad). Memoriza salmos, himnos y cánticos espirituales que pueden ser usados cuando seas tentado a tener temor o a estar preocupado (basado en Efesios 5:19-20 hablando entre vosotros con salmos, con himnos y cánticos espirituales, cantando y alabando al Señor en vuestros corazones; dando siempre gracias por todo al Dios y Padre, en el nombre de nuestro Señor Jesucristo; Colosenses 3:16 La palabra de Cristo more en abundancia en vosotros, enseñándoos y exhortándoos unos a otros en toda sabiduría, cantando con gracia en vuestros corazones al Señor con salmos e himnos y cánticos espirituales). Muchas promesas de la Escritura que se aplican a una persona deprimida, también son de beneficio para ayudar a vencer el temor y la preocupación. Para memorizar versículos específicos, referirte a:

PRINCIPIOS BÍBLICOS: DEPRESIÓN (Lección 18, Páginas 2-3) y a **PRINCIPIOS BÍBLICOS: TEMOR Y PREOCUPACIÓN** (Lección 19, Páginas 2-3).

- c. Ora siempre con acción de gracias (*Filipenses 4:6 Por nada estéis afanosos, sino sean conocidas vuestras peticiones delante de Dios en toda oración y ruego, con acción de gracias; 1 Tesalonicenses 5:17-18 Orad sin cesar. Dad gracias en todo, porque esta es la voluntad de Dios para con vosotros en Cristo Jesús*) y de acuerdo a la voluntad de Dios (*1 Juan 5:14-15 Y esta es la confianza que tenemos en él, que si pedimos alguna cosa conforme a su voluntad, él nos oye. Y si sabemos que él nos oye en cualquiera cosa que pidamos, sabemos que tenemos las peticiones que le hayamos hecho*). Humildemente se sumiso a los hermanos en Cristo (*1 Pedro 5:5 Igualmente, jóvenes, estad sujetos a los ancianos; y todos, sumisos unos a otros, revestíos de humildad; porque: Dios resiste a los soberbios, Y da gracia a los humildes*) y al Señor (*1 Pedro 5:6 Humillaos, pues, bajo la poderosa mano de Dios, para que él os exalte cuando fuere tiempo*), echa toda tu ansiedad sobre Él (*1 Pedro 5:7 echando toda vuestra ansiedad sobre él, porque él tiene cuidado de vosotros*) y ora por los que te persiguen (*Mateo 5:44 Pero yo os digo: Amad a vuestros enemigos, bendecid a los que os maldicen, haced bien a los que os aborrecen, y orad por los que os ultrajan y os persiguen*). Referirte a:

GUÍAS: LIBERACIÓN DE LA ANSIEDAD (PLAN BÍBLICO DE ACCIÓN Y ORACIÓN) (Suplemento 16) y LIBERACIÓN DE LA ANSIEDAD (PLAN BÍBLICO DE ACCIÓN Y ORACIÓN) (Suplemento 17).

- d. Identifica todas las señales de peligro — tales como situaciones, lugares y contactos personales que traen tentación — y da los pasos inmediatos para eliminar, huir o resistir la tentación (*basado en Salmo 1:1 Bienaventurado el varón que no anduvo en consejo de malos, Ni estuvo en camino de pecadores, Ni en silla de escarnecedores se ha sentado; Proverbios 27:12 El avisado ve el mal y se esconde; Mas los simples pasan y*

llevan el daño; 1 Corintios 15:33 No erréis; las malas conversaciones corrompen las buenas costumbres; 2 Timoteo 2:22 Huye también de las pasiones juveniles, y sigue la justicia, la fe, el amor y la paz, con los que de corazón limpio invocan al Señor; Santiago 4:7 Someteos, pues, a Dios; resistid al diablo, y huirá de vosotros; 1 Pedro 5:8-9 Sed sobrios, y velad; porque vuestro adversario el diablo, como león rugiente, anda alrededor buscando a quien devorar; al cual resistid firmes en la fe, sabiendo que los mismos padecimientos se van cumpliendo en vuestros hermanos en todo el mundo).

- e. Haz las correcciones por las malas acciones y busca la reconciliación con los que has ofendido (*basado en Mateo 5:23-24 Por tanto, si traes tu ofrenda al altar, y allí te acuerdas de que tu hermano tiene algo contra ti, deja allí tu ofrenda delante del altar, y anda, reconcílate primero con tu hermano, y entonces ven y presenta tu ofrenda*). Recuerda que aunque ya has confesado tus pecados (ver punto 2. a. anterior), necesitas demostrar la seriedad de tu intención de cambiar.

Ver RECONCILIACIÓN (ELIMINANDO TODOS LOS OBSTÁCULOS A LA UNIDAD Y A LA PAZ) (Lección 12, Páginas 6-8) numerales III. Restitución y IV. La importancia de la reconciliación.

- f. Sé de bendición a los demás con expresiones tangibles y sinceras de amor bíblico y de servicio (esto incluye tus responsabilidades

cotidianas como un miembro familiar, estudiante, patrón, empleado, compañero de pensión, etc.) (basado en Mateo 7:12 Así que, todas las cosas que queráis que los hombres hagan con vosotros, así también haced vosotros con ellos; porque esto es la ley y los profetas; Romanos 12:9-13 El amor sea sin fingimiento. Aborreced lo malo, seguid lo bueno. Amaos los unos a los otros con amor fraternal; en cuanto a honra, prefiriéndoos los unos a los otros. En lo que requiere diligencia, no perezosos; fervientes en espíritu, sirviendo al Señor; gozosos en la esperanza; sufridos en la tribulación; constantes en la oración; compartiendo para las necesidades de los santos; practicando la hospitalidad, 15-16 Gozaos con los que se gozan; llorad con los que lloran. Unánimes entre vosotros; no altivos, sino asociándoos con los humildes. No seáis sabios en vuestra propia opinión; 13:8-10 No debáis a nadie nada, sino el amaros unos a otros; porque el que ama al prójimo, ha cumplido la ley. Porque: No adulterarás, no matarás, no hurtarás, no dirás falso testimonio, no codiciarás, y cualquier otro mandamiento, en esta sentencia se resume: Amarás a tu prójimo como a ti mismo. El amor no hace mal al prójimo; así que el cumplimiento de la ley es el amor; 1 Corintios 13:4-8ª El amor es sufrido, es benigno; el amor no tiene envidia, el amor no es jactancioso, no se envanece; no hace nada indebido, no busca lo suyo, no se irrita, no guarda rencor; no se goza de la injusticia, mas se goza de la verdad. Todo lo sufre, todo lo cree, todo lo espera, todo lo soporta. El amor nunca deja de ser; Filipenses 2:3-8 Nada hagáis por contienda o por vanagloria; antes bien con humildad, estimando cada uno a los demás como superiores a él mismo; no mirando cada uno por lo suyo propio, sino cada cual también por lo de los otros. Haya, pues, en vosotros este sentir que hubo también en Cristo Jesús, el cual, siendo en forma de Dios, no estimó el ser igual a Dios como cosa a que aferrarse, sino que se despojó

a sí mismo, tomando forma de siervo, hecho semejante a los hombres; y estando en la condición de hombre, se humilló a sí mismo, haciéndose obediente hasta la muerte, y muerte de cruz; 1 Timoteo 6:17-19 A los ricos de este siglo manda que no sean altivos, ni pongan la esperanza en las riquezas, las cuales son inciertas, sino en el Dios vivo, que nos da todas las cosas en abundancia para que las disfrutemos. Que hagan bien, que sean ricos en buenas obras, dadivosos, generosos; atesorando para sí buen fundamento para lo por venir, que echen mano de la vida eterna; 1 Pedro 3:8-9 Finalmente, sed todos de un mismo sentir, compasivos, amándoos fraternalmente, misericordiosos, amigables; no devolviendo mal por mal, ni maldición por maldición, sino por el contrario, bendiciendo, sabiendo que fuisteis llamados para que heredaseis bendición; 1 Juan 3:18 Hijitos míos, no amemos de palabra ni de lengua, sino de hecho y en verdad). Debes hacer lo anterior:

- 1) *No obstante cómo te sientes (basado en Génesis 4:7 Si bien hicieres, ¿no serás enaltecido? y si no hicieres bien, el pecado está a la puerta; con todo esto, a ti será su deseo, y tú te enseñorearás de él; 2 Corintios 5:14-15 Porque el amor de Cristo nos constriñe, pensando esto: que si uno murió por todos, luego todos murieron; y por todos murió, para que los que viven, ya no vivan para sí, sino para aquel que murió y resucitó por ellos; Gálatas 5:16-17 Digo, pues: Andad en el Espíritu, y no satisfagáis los deseos de la carne. Porque el deseo de la carne es contra el Espíritu, y el del Espíritu es contra la carne; y éstos se oponen entre sí, para que no hagáis lo que quisiereis; Filipenses 4:13 Todo lo puedo en Cristo que me fortalece; Santiago 4:17 y al que sabe hacer lo bueno, y no lo hace, le es pecado);*
- 2) *Especialmente a los que parecen ser tus enemigos o a aquellos en contra de los cuales has pecado (basado en Mateo 5:23-24 Por tanto, si traes tu ofrenda al altar,*

y allí te acuerdas de que tu hermano tiene algo contra ti, deja allí tu ofrenda delante del altar, y anda, reconcíliate primero con tu hermano, y entonces ven y presenta tu ofrenda, 43-48 Oísteis que fue dicho: Amarás a tu prójimo, y aborrecerás a tu enemigo. Pero yo os digo: Amad a vuestros enemigos, bendecid a los que os maldicen, haced bien a los que os aborrecen, y orad por los que os ultrajan y os persiguen; para que seáis hijos de vuestro Padre que está en los cielos, que hace salir su sol sobre malos y buenos, y que hace llover sobre justos e injustos. Porque si amáis a los que os aman, ¿qué recompensa tendréis? ¿No hacen también lo mismo los publicanos? Y si saludáis a vuestros hermanos solamente, ¿qué hacéis de más? ¿No hacen también así los gentiles? Sed, pues, vosotros perfectos, como vuestro Padre que está en los cielos es perfecto; Marcos 11:25-26 Y cuando estéis orando, perdonad, si tenéis algo contra alguno, para que también vuestro Padre que está en los cielos os perdone a vosotros vuestras ofensas. Porque si vosotros no perdonáis, tampoco vuestro Padre que está en los cielos os perdonará vuestras ofensas; Romanos 12:14 Bendecid a los que os persiguen; bendecid, y no maldigáis, 17-21 No paguéis a nadie mal por mal; procurad lo bueno delante de todos los hombres. Si es posible, en cuanto dependa de vosotros, estad en paz con todos los hombres. No os venguéis vosotros mismos, amados míos, sino dejad lugar a la ira de Dios; porque escrito está: Mía es la venganza, yo pagaré, dice el Señor. Así que, si tu enemigo tuviere hambre, dale de comer; si tuviere sed, dale de beber; pues haciendo esto, ascuas de fuego amontonarás sobre su cabeza. No seas vencido de lo malo, sino vence con el bien el mal);

- 3) Con benignidad y misericordia hacia las personas con las que estás o has estado molesto (Efesios 4:31-32

Quítense de vosotros toda amargura, enojo, ira, gritería y maledicencia, y toda malicia. Antes sed benignos unos con otros, misericordiosos, perdonándoos unos a otros, como Dios también os perdonó a vosotros en Cristo);

- 4) *Aprovechando las oportunidades de ministrar, especialmente en formas que te mantienen en una actitud de siervo hacia los demás, como la de Cristo (basado en Mateo 20:25-28 Entonces Jesús, llamándolos, dijo: Sabéis que los gobernantes de las naciones se enseñorean de ellas, y los que son grandes ejercen sobre ellas potestad. Mas entre vosotros no será así, sino que el que quiera hacerse grande entre vosotros será vuestro servidor, y el que quiera ser el primero entre vosotros será vuestro siervo; como el Hijo del Hombre no vino para ser servido, sino para servir, y para dar su vida en rescate por muchos; Filipenses 2:3-8 Nada hagáis por contienda o por vanagloria; antes bien con humildad, estimando cada uno a los demás como superiores a él mismo; no mirando cada uno por lo suyo propio, sino cada cual también por lo de los otros. Haya, pues, en vosotros este sentir que hubo también en Cristo Jesús, el cual, siendo en forma de Dios, no estimó el ser igual a Dios como cosa a que aferrarse, sino que se despojó a sí mismo, tomando forma de siervo, hecho semejante a los hombres; y estando en la condición de hombre, se humilló a sí mismo, haciéndose obediente hasta la muerte, y muerte de cruz; 1 Pedro 4:10 Cada uno según el don que ha recibido, minístrelo a los otros, como buenos administradores de la multiforme gracia de Dios); y*
- 5) *Practicando la mayordomía bíblica para honrar al Señor y para ser de ayuda práctica a los demás (basado en Salmo 24:1 De Jehová es la tierra y su plenitud; El mundo, y los que en él habitan; Mateo*

25:14-29 Porque el reino de los cielos es como un hombre que yéndose lejos, llamó a sus siervos y les entregó sus bienes. A uno dio cinco talentos, y a otro dos, y a otro uno, a cada uno conforme a su capacidad; y luego se fue lejos. Y el que había recibido cinco talentos fue y negoció con ellos, y ganó otros cinco talentos. Asimismo el que había recibido dos, ganó también otros dos. Pero el que había recibido uno fue y cavó en la tierra, y escondió el dinero de su señor. Después de mucho tiempo vino el señor de aquellos siervos, y arregló cuentas con ellos. Y llegando el que había recibido cinco talentos, trajo otros cinco talentos, diciendo: Señor, cinco talentos me entregaste; aquí tienes, he ganado otros cinco talentos sobre ellos. Y su señor le dijo: Bien, buen siervo y fiel; sobre poco has sido fiel, sobre mucho te pondré; entra en el gozo de tu señor. Llegando también el que había recibido dos talentos, dijo: Señor, dos talentos me entregaste; aquí tienes, he ganado otros dos talentos sobre ellos. Su señor le dijo: Bien, buen siervo y fiel; sobre poco has sido fiel, sobre mucho te pondré; entra en el gozo de tu señor. Pero llegando también el que había recibido un talento, dijo: Señor, te conocía que eres hombre duro, que siegas donde no sembraste y recoges donde no esparciste; por lo cual tuve miedo, y fui y escondí tu talento en la tierra; aquí tienes lo que es tuyo. Respondiendo su señor, le dijo: Siervo malo y negligente, sabías que siego donde no sembré, y que recojo donde no esparcí. Por tanto, debías haber dado mi dinero a los banqueros, y al venir yo, hubiera recibido lo que es mío con los intereses. Quitadle, pues, el talento, y dadlo al que tiene diez talentos. Porque al que tiene, le será dado, y tendrá más; y al que no tiene, aun lo que tiene le será quitado; 1 Corintios 4:1-2 Así, pues, téngannos los hombres por servidores de Cristo, y administradores de los

misterios de Dios. Ahora bien, se requiere de los administradores, que cada uno sea hallado fiel; Efesios 5:15-17 Mirad, pues, con diligencia cómo andéis, no como necios sino como sabios, aprovechando bien el tiempo, porque los días son malos. Por tanto, no seáis insensatos, sino entendidos de cuál sea la voluntad del Señor; 1 Timoteo 6:17-19 A los ricos de este siglo manda que no sean altivos, ni pongan la esperanza en las riquezas, las cuales son inciertas, sino en el Dios vivo, que nos da todas las cosas en abundancia para que las disfrutemos. Que hagan bien, que sean ricos en buenas obras, dadivosos, generosos; atesorando para sí buen fundamento para lo por venir, que echen mano de la vida eterna; 1 Pedro 4:10 Cada uno según el don que ha recibido, minístrelo a los otros, como buenos administradores de la multiforme gracia de Dios). Referirte a **PRINCIPIOS BÍBLICOS DE LA MAYORDOMÍA** (Lección 10, Páginas 4-6) y a **MURIENDO AL YO SIRVIENDO A OTROS** (Lección 10, Páginas 7-8).

*Para ver ejemplos específicos de cómo y cuándo expresar el amor bíblico, aun en situaciones difíciles, referirte a **EL SIGNIFICADO DEL AMOR BÍBLICO** (Lección 13, Páginas 4-6).*

- g. Cuando sea necesario, dirige una mesa de conversación usando el plan trazado en **VENCIENDO LOS PROBLEMAS A TRAVÉS DE LA COMUNICACIÓN BÍBLICA (GUÍAS PARA CONDUCIR UNA MESA DE CONVERSACIÓN)** (Lección 15, Páginas 6-9).
- h. Corrige las deficiencias que existen en tu vida debido a la falta de disciplina o a la negligencia (*basado en Colosenses 3:1-7 Si, pues, habéis resucitado con Cristo, buscad las cosas de arriba, donde está Cristo sentado a la diestra de Dios. Poned la mira en las cosas de arriba, no en las de la tierra. Porque habéis muerto, y vuestra vida está escondida con Cristo en Dios.*

Cuando Cristo, vuestra vida, se manifieste, entonces vosotros también seréis manifestados con él en gloria. Haced morir, pues, lo terrenal en vosotros: fornicación, impureza, pasiones desordenadas, malos deseos y avaricia, que es idolatría; cosas por las cuales la ira de Dios viene sobre los hijos de desobediencia, en las cuales vosotros también anduvisteis en otro tiempo cuando vivíais en ellas; 1 Timoteo 4:7b Ejercítate para la piedad; Santiago 4:17 y al que sabe hacer lo bueno, y no lo hace, le es pecado).

- i. Si necesitas ayuda para poner en práctica tu **plan básico** y tu **plan de contingencia**, pídele a un amigo cristiano que sea la persona ante la cual serás responsable hasta que hayas establecido un nuevo patrón de vida consagrada (*Proverbios 27:17 Hierro con hierro se aguza; Y así el hombre aguza el rostro de su amigo; Eclesiastés 4:9-10 Mejores son dos que uno; porque tienen mejor paga de su trabajo. Porque si cayeren, el uno levantará a su compañero; pero !!ay del solo! que cuando cayere, no habrá segundo que lo levante; Hebreos 10:23-25 Mantengamos firme, sin fluctuar, la profesión de nuestra esperanza, porque fiel es el que prometió. Y considerémonos unos a otros para estimularnos al amor y a las buenas obras; no dejando de congregarnos, como algunos tienen por costumbre, sino exhortándonos; y tanto más, cuanto veis que aquel día se acerca.). Si es necesario, busca consejo bíblico de otros* (*Proverbios 11:14 Donde no hay dirección sabia, caerá el pueblo; Mas en la multitud de consejeros hay seguridad, 15:22 Los pensamientos son frustrados donde no hay consejo; Mas en la multitud de consejeros se afirman).*
- j. Rápidamente llena el vacío creado por la eliminación de los viejos patrones de temor y preocupación con un programa enérgico de vivir rectamente y pasar mucho tiempo con otros creyentes (*2 Timoteo 2:22 Huye también de las pasiones juveniles, y sigue la justicia, la fe, el amor y la paz, con los que de corazón limpio invocan al Señor; Hebreos 10:23-25 Mantengamos firme, sin fluctuar, la profesión de nuestra*

esperanza, porque fiel es el que prometió. Y considerémonos unos a otros para estimularnos al amor y a las buenas obras; no dejando de congregarnos, como algunos tienen por costumbre, sino exhortándonos; y tanto más, cuanto veis que aquel día se acerca).

*Para los siguientes tres puntos, referirte a **LAS NORMAS DE DIOS PARA TI** (Lección 22, Páginas 4-6) numeral **III. Incorporando las normas de Dios en tu vida.***

- k. Lleva un registro de todo lo que hagas en esta semana usando **MI HORARIO ACTUAL** (Suplemento 14). Al final de la semana, evalúa tus actividades y luego decide cuales deben ser eliminadas.
 - l. Determina las tareas bíblicas y las responsabilidades que se han descuidado y que necesitan ser incorporadas en el horario de la próxima semana.
 - m. Para la otra semana, usa **MI HORARIO BÍBLICO PROPUESTO** (Suplemento 15) para hacer tus planes como para el Señor.
- B. Si es necesario, elabora una **LISTA PARA “PENSAR Y HACER”** (Suplemento 10) usando **GUÍAS: LISTA PARA “PENSAR Y HACER”** (Suplemento 9).

- C. Pon en práctica tu **plan básico** (*Santiago 1:22 Pero sed hacedores de la palabra, y no tan solamente oidores, engañándoos a vosotros mismos*) y ejércitalo de todo corazón como para el Señor (*Colosenses 3:23-24 Y todo lo que hagáis, hacedlo de corazón, como para el Señor y no para los hombres; sabiendo que del Señor recibiréis la recompensa de la herencia, porque a Cristo el Señor servís*).
- D. Elabora un **plan de contingencia** para tratar con las situaciones que ocasionen la tentación al temor y a la preocupación. Toma en consideración los siguientes lineamientos:
1. Inmediatamente pide ayuda a Dios (*Hebreos 4:15-16 Porque no tenemos un sumo sacerdote que no pueda compadecerse de nuestras debilidades, sino uno que fue tentado en todo según nuestra semejanza, pero sin pecado. Acerquémonos, pues, confiadamente al trono de la gracia, para alcanzar misericordia y hallar gracia para el oportuno socorro; Santiago 1:5 Y si alguno de vosotros tiene falta de sabiduría, pídala a Dios, el cual da a todos abundantemente y sin reproche, y le será dada*).
 2. Repasa tus versículos bíblicos memorizados que tratan específicamente con el temor y la preocupación (*basado en Salmo 119:9 ¿Con qué limpiaré el joven su camino? Con guardar tu palabra, 11 En mi corazón he guardado tus dichos, Para no pecar contra ti, 16 Me regocijaré en tus estatutos; No me olvidaré de tus palabras*).
 3. Inmediatamente busca la perspectiva de Dios.
 - a. A pesar de tus sentimientos o de las circunstancias, considera esta situación como una oportunidad para continuar creciendo espiritualmente (*Santiago 1:2-4 Hermanos míos, tened por sumo gozo cuando os halléis en diversas pruebas, sabiendo que la prueba de vuestra fe produce paciencia. Mas tenga la paciencia su obra completa, para que seáis perfectos y cabales, sin que os falte cosa alguna*) ya que Dios hará que todas las cosas ayuden a bien en tu vida (*basado en Salmo 37 No te impacientes a causa de los malignos, Ni tengas envidia de los que hacen iniquidad. Porque como hierba serán pronto*

cortados, Y como la hierba verde se secarán. Confía en Jehová, y haz el bien; Y habitarás en la tierra, y te apacentarás de la verdad. Deléitate asimismo en Jehová, Y él te concederá las peticiones de tu corazón. Encomienda a Jehová tu camino, Y confía en él; y él hará. Exhibirá tu justicia como la luz, Y tu derecho como el mediodía. Guarda silencio ante Jehová, y espera en él. No te alteres con motivo del que prospera en su camino, Por el hombre que hace maldades. Deja la ira, y desecha el enojo; No te excites en manera alguna a hacer lo malo. Porque los malignos serán destruidos, Pero los que esperan en Jehová, ellos heredarán la tierra. Pues de aquí a poco no existirá el malo; Observarás su lugar, y no estará allí. Pero los mansos heredarán la tierra, Y se recrearán con abundancia de paz. Maquina el impío contra el justo, Y cruje contra él sus dientes; El Señor se reirá de él; Porque ve que viene su día. Los impíos desenvainan espada y entesan su arco, Para derribar al pobre y al menesteroso, Para matar a los de recto proceder. Su espada entrará en su mismo corazón, Y su arco será quebrado. Mejor es lo poco del justo, Que las riquezas de muchos pecadores. Porque los brazos de los impíos serán quebrados; Mas el que sostiene a los justos es Jehová. Conoce Jehová los días de los perfectos, Y la heredad de ellos será para siempre. No serán avergonzados en el mal tiempo, Y en los días de hambre serán saciados. Mas los impíos perecerán, Y los enemigos de Jehová como la grasa de los carneros Serán consumidos; se disiparán como el humo. El impío toma prestado, y no paga; Mas el justo tiene misericordia, y da. Porque los benditos de él heredarán la tierra; Y los malditos de él serán destruidos. Por Jehová son ordenados los pasos del hombre, Y él aprueba su camino. Cuando el hombre cayere, no quedará postrado, Porque Jehová sostiene su mano. Joven fui, y he envejecido, Y no he visto justo desamparado, Ni su descendencia que mendigue pan. En todo tiempo tiene misericordia, y presta; Y su descendencia es para bendición. Apártate del mal, y haz el bien, Y vivirás para siempre. Porque Jehová ama la rectitud, Y no desampara a sus

santos. Para siempre serán guardados; Mas la descendencia de los impíos será destruida. Los justos heredarán la tierra, Y vivirán para siempre sobre ella. La boca del justo habla sabiduría, Y su lengua habla justicia. La ley de su Dios está en su corazón; Por tanto, sus pies no resbalarán. Acecha el impío al justo, Y procura matarlo. Jehová no lo dejará en sus manos, Ni lo condenará cuando le juzgaren. Espera en Jehová, y guarda su camino, Y él te exaltará para heredar la tierra; Cuando sean destruidos los pecadores, lo verás. Vi yo al impío sumamente enaltecido, Y que se extendía como laurel verde. Pero él pasó, y he aquí ya no estaba; Lo busqué, y no fue hallado. Considera al íntegro, y mira al justo; Porque hay un final dichoso para el hombre de paz. Mas los transgresores serán todos a una destruidos; La posteridad de los impíos será extinguida. Pero la salvación de los justos es de Jehová, Y él es su fortaleza en el tiempo de la angustia. Jehová los ayudará y los librará; Los libertará de los impíos, y los salvará, Por cuanto en él esperaron; Proverbios 3:5-12 Fíate de Jehová de todo tu corazón, Y no te apoyes en tu propia prudencia. Reconócelo en todos tus caminos, Y él enderezará tus veredas. No seas sabio en tu propia opinión; Teme a Jehová, y apártate del mal; Porque será medicina a tu cuerpo, Y refrigerio para tus huesos. Honra a Jehová con tus bienes, Y con las primicias de todos tus frutos; Y serán llenos tus graneros con abundancia, Y tus lagares rebosarán de mosto. No menosprecies, hijo mío, el castigo de Jehová, Ni te fatigues de su corrección; Porque Jehová al que ama castiga, Como el padre al hijo a quien quiere; Romanos 8:28-29 Y sabemos que a los que aman a Dios, todas las cosas les ayudan a bien, esto es, a los que conforme a su propósito son llamados. Porque a los que antes conoció, también los predestinó para que fuesen hechos conformes a la imagen de su Hijo, para que él sea el primogénito entre muchos hermanos; Efesios 1:3-14 Bendito sea el Dios y Padre de nuestro Señor Jesucristo, que nos bendijo con toda bendición espiritual en los lugares celestiales en Cristo, según nos escogió en él antes de la fundación del mundo, para

que fuésemos santos y sin mancha delante de él, en amor habiéndonos predestinado para ser adoptados hijos suyos por medio de Jesucristo, según el puro afecto de su voluntad, para alabanza de la gloria de su gracia, con la cual nos hizo aceptos en el Amado, en quien tenemos redención por su sangre, el perdón de pecados según las riquezas de su gracia, que hizo sobreabundar para con nosotros en toda sabiduría e inteligencia, dándonos a conocer el misterio de su voluntad, según su beneplácito, el cual se había propuesto en sí mismo, de reunir todas las cosas en Cristo, en la dispensación del cumplimiento de los tiempos, así las que están en los cielos, como las que están en la tierra. En él asimismo tuvimos herencia, habiendo sido predestinados conforme al propósito del que hace todas las cosas según el designio de su voluntad, a fin de que seamos para alabanza de su gloria, nosotros los que primeramente esperábamos en Cristo. En él también vosotros, habiendo oído la palabra de verdad, el evangelio de vuestra salvación, y habiendo creído en él, fuisteis sellados con el Espíritu Santo de la promesa, que es las arras de nuestra herencia hasta la redención de la posesión adquirida, para alabanza de su gloria; Filipenses 1:6 estando persuadido de esto, que el que comenzó en vosotros la buena obra, la perfeccionará hasta el día de Jesucristo).

- 1) Recuerda que todo lo puedes hacer en Cristo que te fortalece (Filipenses 4:11-13 No lo digo porque tenga escasez, pues he aprendido a contentarme, cualquiera que sea mi situación. Sé vivir humildemente, y sé tener abundancia; en todo y por todo estoy enseñado, así para estar saciado como para tener hambre, así para tener abundancia como para padecer necesidad. Todo lo puedo en Cristo que me fortalece), ya que tu competencia proviene de Dios y no de alguna “fuerza interior” natural (2 Corintios 3:5 no que seamos competentes por nosotros mismos para pensar algo como de nosotros mismos, sino que nuestra competencia proviene de Dios). Recuerda que no puedes hacer nada fructífero separado de

Jesucristo (*Juan 15:5 Yo soy la vid, vosotros los pámpanos; el que permanece en mí, y yo en él, éste lleva mucho fruto; porque separados de mí nada podéis hacer*).

- 2) Alaba y glorifica a Dios porque Él es suficiente aun en tus áreas de debilidad (*2 Corintios 12:9-10 Y me ha dicho: Bástate mi gracia; porque mi poder se perfecciona en la debilidad. Por tanto, de buena gana me gloriaré más bien en mis debilidades, para que repose sobre mí el poder de Cristo. Por lo cual, por amor a Cristo me gozo en las debilidades, en afrentas, en necesidades, en persecuciones, en angustias; porque cuando soy débil, entonces soy fuerte*) y también porque Él es poderoso para guardarte sin caída, y presentarte sin mancha delante de Su gloria con gran alegría (*Judas 1:24-25 Y a aquel que es poderoso para guardaros sin caída, y presentaros sin mancha delante de su gloria con gran alegría, al único y sabio Dios, nuestro Salvador, sea gloria y majestad, imperio y potencia, ahora y por todos los siglos. Amén*).

- b. Recuerda que Dios mira tu corazón, no tu apariencia exterior (*1 Samuel 16:7 Y Jehová respondió a Samuel: No mires a su parecer, ni a lo grande de su estatura, porque yo lo desecho; porque Jehová no mira lo que mira el hombre; pues el hombre mira lo que está delante de sus ojos, pero Jehová mira el corazón*). Tienes que estar sin mancha delante de Él en tus pensamientos, ya sea que los demás los conozcan o no (*basado en Hechos 23:1 Entonces Pablo, mirando fijamente al concilio, dijo: Varones hermanos, yo con toda buena conciencia he vivido delante de Dios hasta el día de hoy, 24:16 Y por esto procuro tener siempre una conciencia sin ofensa ante Dios y ante los hombres; Romanos 14:12 De manera que cada uno de nosotros dará a Dios cuenta de sí; Efesios 1:4 según nos escogió en él antes de la fundación del mundo, para que fuésemos santos y sin mancha delante de él, 4:1 Yo pues, preso en el Señor, os ruego que andéis como es digno de la vocación con que fuisteis llamados; Filipenses 1:9-11 Y esto pido en oración, que vuestro*

amor abunde aun más y más en ciencia y en todo conocimiento, para que aprobéis lo mejor, a fin de que seáis sinceros e irrepreensibles para el día de Cristo, llenos de frutos de justicia que son por medio de Jesucristo, para gloria y alabanza de Dios; Colosenses 1:21-22 Y a vosotros también, que erais en otro tiempo extraños y enemigos en vuestra mente, haciendo malas obras, ahora os ha reconciliado en su cuerpo de carne, por medio de la muerte, para presentaros santos y sin mancha e irrepreensibles delante de él).

- 1) Si inclusive, empiezas a concebir pensamientos pecaminosos en una circunstancia imprevista, confíésalos al Señor (*1 Juan 1:9 Si confesamos nuestros pecados, él es fiel y justo para perdonar nuestros pecados, y limpiarnos de toda maldad*).
- 2) Recuerda que no es la cantidad de tiempo empleado en pecar o la gravedad del pecado (según las normas humanas) por las cuales debes juzgarte a ti mismo. Más bien, lo que importa es el hecho de que dejaste de andar en el camino de Dios, aunque sea momentáneamente (*Santiago 2:10 Porque cualquiera que guardare toda la ley, pero ofendiere en un punto, se hace culpable de todos, 4:17 y al que sabe hacer lo bueno, y no lo hace, le es pecado*).
4. Agradece a Dios que eres Su siervo en la presente circunstancia (*basado en Efesios 5:20 dando siempre gracias por todo al Dios y Padre, en el nombre de nuestro Señor Jesucristo; 1 Tesalonicenses 5:18 Dad gracias en todo, porque esta es la voluntad de Dios para con vosotros en Cristo Jesús*). Determina cómo darás gloria a Dios en vez de estar temeroso o preocupado (*basado en 1 Corintios 10:31 Si, pues, coméis o bebéis, o hacéis otra cosa, hacedlo todo para la gloria de Dios; 1 Pedro 4:11 Si alguno habla, hable conforme a las palabras de Dios; si alguno ministra, ministre conforme al poder que Dios da, para que en todo sea Dios glorificado por Jesucristo, a quien pertenecen la gloria y el imperio por los siglos de los siglos. Amén*). Busca la manera de edificar y de servir a los demás, especialmente a los que te dan temor o te causan preocupación

(Efesios 4:29 Ninguna palabra corrompida salga de vuestra boca, sino la que sea buena para la necesaria edificación, a fin de dar gracia a los oyentes; Filipenses 2:3-4 Nada hagáis por contienda o por vanagloria; antes bien con humildad, estimando cada uno a los demás como superiores a él mismo; no mirando cada uno por lo suyo propio, sino cada cual también por lo de los otros).

5. Actúa de acuerdo a tu **plan de contingencia** tan pronto como detectes la tentación a pecar con el temor y la preocupación. Luego, comienza de nuevo a hacer las cosas anotadas en tu **plan básico** *(basado en Proverbios 24:16 Porque siete veces cae el justo, y vuelve a levantarse; Mas los impíos caerán en el mal; Santiago 1:22-25 Pero sed hacedores de la palabra, y no tan solamente oidores, engañándoos a vosotros mismos. Porque si alguno es oidor de la palabra pero no hacedor de ella, éste es semejante al hombre que considera en un espejo su rostro natural. Porque él se considera a sí mismo, y se va, y luego olvida cómo era. Mas el que mira atentamente en la perfecta ley, la de la libertad, y persevera en ella, no siendo oidor olvidadizo, sino hacedor de la obra, éste será bienaventurado en lo que hace).*