

Renovando mi mente 10

Vivo en el presente, gozando de cada momento.

“Este es el día en que el Señor actuó; regocijémonos y alegrémonos en él.” Salmo 118:24

Es interesante que el presente se llame así, porque en realidad es un presente (un regalo) de Dios tener este día para vivir y servirle. **¿Cuántas veces te has despertado pensando así, que hoy día es un presente de Dios?**

Pero, la realidad es que no nos gusta vivir en el presente. A muchos les gusta revivir el pasado, deseando retomar decisiones y acciones. ¿O cuántos de nosotros tratamos de vivir en el futuro, planeando eventos y hasta conversaciones antes que ocurran, tratando de manipular los resultados?

Dios vive en el presente con nosotros. Él quiere que nos gocemos y aprovechemos cada momento de cada día. Jesús dijo en Juan 10:10 b, “yo he venido para que tengan vida, y la tengan en abundancia.” o sea que Jesucristo vino a la tierra, sufrió y dio Su vida por nosotros para darnos vida en abundancia. La pregunta para ti es, **¿valió la pena que Cristo muriera por ti para darte la vida que tienes ahora?**

Si tu respuesta es “no, mi vida es un desastre”, entonces no te desanimes, hay mucho que puedes hacer para mejorar tu calidad de vida, ahora.

Una vida abundante empieza con el agradecimiento. En lugar de ver tu vida con lentes negros, todo negativo, míralo con ojos de agradecimiento. Agradece al Señor por cada una de las bendiciones que te ha dado. (La vida, la salud, la educación, la casa, las provisiones, etc.) Dale gracias por tus amigos, familiares, el pastor, y la naturaleza.

La otra clave para tener una vida abundante, está en aprender a apreciar lo que estás haciendo ahora. Haz el esfuerzo de gozarte de tus trabajos y quehaceres. Vive tu vida como que lo estás haciendo con un propósito, haciéndolo para Dios. Regocíjate con la gente a tu alrededor. Saborea lo que estas comiendo. Disfruta tus diversiones y tiempos de descanso. ¡Gózate en tu vida a diario!

Apunta tres cosas por las cuales puedes dar gracias a Dios ahora.

- 1.
- 2.
- 3.

Es un buen hábito pararte en la noche antes de acostarte y revisar tu día dando gracias a Dios por cada una de sus bendiciones y victorias. Si paso algo difícil darle gracias a Dios por Su ayuda y por lo que aprendiste. Eso es apreciar la vida que Dios te ha dado.

Una de las áreas donde a veces se nos hace difícil estar gozosos, es cuando estamos con la gente. Muchas veces las personas no actúan como queremos o hacen cosas que nos hacen enojar o frustrar. A veces, vienen con sus intereses que nos presionan. Lo malo está en que permitimos que nos molesten y que nos quitan nuestro gozo. Pero, no debemos vivir así. Es importante aprender a dejar a la gente ser tal como es y no permitir que nos quiten nuestro gozo. En tu mente hay que decir, “No voy a ser crítico con la gente.” “Voy a dejarles hacer lo que quieran.” “Yo voy a seguir gozándome en la vida.” Hay que aprender a apreciar a la gente tal como lo hace Dios. Dios ve a la gente como sus amados creados. Hay que aprender a valorar a las personas igual.

¿Cuántas veces has dejado de gozarte en el día, porque alguien hizo algo que no te gustó?

Aparte de aprender a gozarnos con la gente, hay que aprender a tomar tiempo para gozarnos con Dios. Él quiere que tomemos tiempo para apreciarle y descansar en Él. Como nuestro mejor amigo, debemos tomar tiempo a solas con Él todos los días.

¿Cuándo fue la última vez que tomaste un tiempo a solas con Dios?

Sabemos que mucha gente vive en el pasado, queriendo retomar algunas cosas que han hecho o dicho. Por estar cargando las dificultades del pasado, no pueden disfrutar del presente. A Satanás le gusta hacernos recordar el pasado con todos sus fracasos. Sabe que nos frustramos y deprimimos con estos pensamientos. Pero, nosotros podemos rechazar estos pensamientos del pasado y luchar por vivir y enfocarnos en el presente. A veces no podemos dejar el pasado por los sentimientos de culpabilidad, condenación o lamento. Pero, Dios está dispuesto a perdonarnos y liberarnos de estos sentimientos. Solo tenemos que pedirle perdón y dejar el pasado en el pasado. Es una pérdida de tiempo tratar de retomar lo que podría haber sido. (Filipenses 3:13 y 14)

¿Qué debes dejar de cargar de tu pasado?

¿De qué debes pedir perdón, para ser liberado de esa carga de tu pasado?

A veces tenemos la tendencia de dejar que todas las cosas nos molesten. Eso nos causará mucho estrés en la vida. Hay que aprender a discernir entre un problema insignificante y uno grande, donde vas a tener que luchar y esforzarte para resolverlo. Es una cuestión de priorizar lo que está pasando en tu vida para no perder tu gozo.

Y en todo, da gracias a Dios por Su amor y Su bondad contigo. (Juan 15:11)