



NOTAS DEL SERMÓN

De En Contacto con el Dr. Charles Stanley

CUANDO NOS SENTIMOS FRUSTRADOS

PASAJE CLAVE: Filipenses 4.10-13 | LECTURAS DE APOYO: Isaías 14.27; 43.18, 19

► INTRODUCCIÓN

¿Qué sucede cuando nos encontramos ante un enorme obstáculo que nos molesta y que está fuera de nuestro control?

A menudo, la respuesta inmediata es la frustración. La buena noticia, es que los creyentes en Cristo no tenemos por qué permanecer en ese estado. Aunque quizás la situación no cambie, Dios puede cambiar nuestra reacción, al reemplazar nuestro enfado con su paz y gozo. Una de sus metas durante nuestros tiempos de frustración, es revelarnos su amor, su bondad y cuán fiel es Él a sus promesas. Pero debemos hacer algunos cambios para que podamos disfrutar del contentamiento que viene de Él.

► DESARROLLO DEL SERMÓN

En Filipenses 4.10-13, el apóstol Pablo nos da esperanza para vencer la frustración. Se encontraba en una situación muy desafiante que no podía cambiar. Dios le había llamado a predicar el evangelio y a establecer iglesias, pero en ese momento Pablo estaba preso en Roma, sin esperanza de que sería liberado. Tenía toda la razón de sentirse frustrado, pero fue en esa ocasión cuando escribió este maravilloso pasaje acerca de la fortaleza y la paz que el Señor le dio durante esa circunstancia tan difícil:

“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. 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”.

Todos experimentamos frustraciones momentáneas en nuestra cotidianidad; los equipos de jardinería se dañan, los niños lloran, los automóviles dejan de funcionar en medio de la carretera. Pero, también frustraciones que duran más tiempo. Y pueden llevarnos a pensar que somos víctimas de las circunstancias; pero esa actitud no nos ayudará a vencerlas.

Dios es soberano

No podemos tener paz duradera hasta que comprendamos quién es Dios. En Isaías 14.27 se nos dice: “Porque Jehová de los ejércitos lo ha determinado, ¿y quién lo impedirá? Y su mano extendida, ¿quién la hará retroceder?” Esta es una declaración clara acerca de la soberanía del Señor, quien está por encima de todo, inclusive de esas situaciones que nos exasperan. No somos víctimas de ellas, pues todo lo que enfrentamos es parte del plan de Dios para nuestra vida. Y podemos estar convencidos de que las usará para nuestro bien.

La frustración es la sensación de que algún obstáculo nos impide realizar lo que queremos. Llega a nosotros de dos maneras:

1. La frustración que nos agota

Este tipo de exasperación nos desgasta. Puede que solo esté relacionada con las dificultades del diario vivir, o quizás se haya convertido en una frustración crónica ante la vida.

La raíz de esta frustración

No es causada por las circunstancias externas; eso solo la detona. De hecho, la raíz del problema está en nuestro interior:

- **Incapacidad de aceptarnos como Dios nos hizo.**

Algunas personas viven en un estado constante de frustración. Puede ser a un nivel pequeño, lo cual provoca una insatisfacción general; o puede ser tan exasperante, que interfiere en su vida y en la de los demás. A fin de cuentas, viene como resultado de la insatisfacción con ellos mismos. Se comparan con otros y se ven inferiores a sí mismos. Se enojan con el Señor, pues nos los hizo como ellos quisieran.

- **Renuencia a afrontar nuestro pasado.** Si no aprendemos a lidiar con una niñez difícil, decisiones erradas o pecados del pasado, pueden llevarnos a la frustración. Puede que nos parezca más fácil negar, sepultar o ignorar esos problemas; pero si no los enfrentamos, continuarán estorbándonos.

- **Negación para lidiar con los hábitos y actitudes del presente que no son del agrado de Dios.** Mientras que una persona continúe con un estilo de vida pecaminoso, no podrá escapar de la frustración. La amargura, el resentimiento y un corazón que no perdona siempre producen insatisfacción y frustración. La única salida es admitir el pecado y arrepentirse, en vez de tratar de justificar reacciones impías.

2. La frustración que nos estimula

Dios es la raíz de ese tipo de frustración. Cuando el Señor desea hacer algo, nadie puede impedirlo (Is 14.27). Isaías expresó estas palabras cuando Asiria tenía rodeada a Jerusalén, y las personas no tenían esperanza alguna de sobrevivir. Sin embargo, el Señor frustró el plan de los asirios. Cuando los israelitas despertaron en la mañana, se dieron cuenta que los soldados enemigos habían sido derrotados.

Dios también puede frustrar nuestros planes para reencauzar nuestras vidas hacia su voluntad. En ocasiones, levanta barreras para bloquearnos y no podamos avanzar. Otras veces nos da una sensación de frustración que no podemos explicar. No logramos encontrar la raíz de ese desasosiego.

■ El propósito de Dios en la frustración

- **Llevarnos a una relación más profunda con Él**

Casi siempre estamos tan ocupados, que es raro que tengamos un tiempo sin interrupción con el Señor. Dios usa los obstáculos o el desasosiego para captar nuestra atención, para que así pongamos nuestro enfoque en algún área de nuestra vida que quiere que atendamos. Cuando eso sucede, debemos leer su Palabra y tratar de entender lo que Él desea hacer en nuestras vidas. Su propósito es moldearnos, para que podamos llegar a ser la persona para lo que Él nos creó que fuésemos. Es un proceso purificador, en el cual somos hechos conforme a la imagen de su Hijo Jesucristo.

- **Hacernos más aptos para servirle**

La mayoría de nosotros deseamos establecernos en un lugar, una iglesia, un ministerio o una profesión. Nos sentimos cómodos y, por lo tanto, reacios a cambiar. Pero cuando el Señor desea movernos o redireccionarnos, puede que llegue a usar la frustración para comenzar ese proceso. Lo que comenzó como frustración puede cambiar muy pronto a gozo, pues vivimos con la expectativa de lo próximo que el Señor hará en nuestras vidas.

Ya sea que nuestra frustración provenga de Dios o de los eventos difíciles que enfrentamos en nuestra vida, el camino hacia la paz es el mismo. En primer lugar, reconozca cuánto le ama el Señor. Luego, decida confiar en Él; lo cual significa depender y rendirnos ante Él para obedecerlo en todo lo que Él haya decidido para nuestra vida. Él es Dios soberano, pues tiene todo el poder y nos conoce a la perfección. Siempre nos guiará por el camino correcto.

► REFLEXIÓN

- ¿Qué le hace sentir frustrado hoy? ¿Serán las situaciones de la vida, o es algo que proviene de Dios? ¿Cómo puede identificar de dónde viene esa frustración?
- Como la raíz de la frustración es interna, ¿qué sentimientos, pensamientos, o actitudes cree que le hacen sentir de esa manera?

Para adquirir una copia de este mensaje en CD o DVD, visite encontacto.org/libreria o llame al **1-800-303-0033**.
Para descargar más Notas del Sermón, visite encontacto.org/notas.

