



NOTAS DEL SERMÓN

De **En Contacto** con el Dr. Charles Stanley

CUANDO TENEMOS TEMOR

PASAJE CLAVE: Isaías 41.10 | **LECTURAS DE APOYO:** Proverbios 1.33 | Isaías 43.1-3 | Hechos 18.9
Filipenses 4.6, 7 | 2 Timoteo 1.7 | Apocalipsis 1.17

► INTRODUCCIÓN

Es normal sentir temor en ocasiones

Ahora bien, una ansiedad muy arraigada puede entorpecer la búsqueda de excelentes oportunidades. Puede arruinar el gozo y la paz que Dios nos da. Los creyentes en Cristo podemos aprender a identificar los temores que nos controlan y nos impiden cumplir la voluntad del Señor. Al poner nuestra mirada en el ancla firme que es la Palabra de Dios y al rechazar las mentiras que nos llenan de inseguridades, vencemos los temores que nos impiden disfrutar la vida abundante en Jesucristo.

► DESARROLLO DEL SERMÓN

El Señor sabe que los seres humanos somos propensos a sentir temor. El profeta Isaías escribió estas palabras de ánimo: “No temas, porque yo estoy contigo; no desmayes, porque yo soy tu Dios que te esfuerzo; siempre te ayudaré, siempre te sustentaré con la diestra de mi justicia” (Is 41.10).

Durante la primera conversación documentada entre Dios y Adán después de la caída, este último admite tener miedo (Gn 3.10). El Nuevo Testamento nos dice cómo los ángeles tuvieron que tranquilizar a María, José y Zacarías, padre de Juan el Bautista. Jesucristo animó a las multitudes en el Sermón del Monte a no sentir temor y les dijo a los apóstoles en más de una ocasión que no debían temer, aunque estuvieran en medio de la tormenta. Cuando el apóstol Pablo se desanimó, el Señor le dijo: “No temas, sino habla, y no calles” (Hch 18.9). Juan describió lo asustado que estaba ante la presencia de Jesucristo y cómo el Señor le reconfortó (Ap 1.17).

Todos sentimos temor en alguna ocasión, pero nuestra vida no debe estar caracterizada por la ansiedad. Como creyentes en Cristo, debemos saber que: “no nos ha dado Dios espíritu de cobardía, sino de poder, de amor y de dominio propio” (2 Ti 1.7). No debemos ceder ante la ansiedad, la cual puede ser definida como sentir temor del futuro. Más bien, los cristianos no debemos estar: “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” (Fil 4.6, 7).

Seis temores básicos

Algunos temores son normales y casi nunca nos estorban para cumplir la voluntad de Dios. En esto se incluye el temor a la muerte, a la pobreza, a la enfermedad, a la pérdida de un ser querido, a la vejez y a la crítica. Sin embargo, en muchas ocasiones algunas personas desarrollan temores subconscientes o paralizantes que no están relacionados con los que ya hemos mencionados. Esas dudas vienen a jugar un papel decisivo en nuestras decisiones y casi siempre interfieren con la vida que Dios ha planificado para nosotros.

Causas principales del temor

- **Sentimientos de incompetencia.** Quizás lidiamos con inseguridad y baja autoestima. El temor al fracaso nos hace alejarnos de otras personas por temor a ser excluidos. Este tipo de situaciones desalentadoras pueden llegar a ser un patrón de vida.
- **Auto imposición de estándares poco realistas.** En ocasiones nos presionamos de manera indebida, y como resultado caemos en el fracaso. Pero Dios nunca nos

pedirá algo que no podemos lograr, pues nos ve como sus hijos amados.

- **Sentimientos de culpa.** Algunos han decidido que no merecen triunfar. No se sienten dignos, ya sea por lo que sus padres alguna vez dijeron sobre su potencial, o porque llevan una carga de culpa de su pasado. Recuerde que nuestro Señor es rico en gracia y misericordioso, no porque lo merezcamos, sino por sus atributos.
- **Una idea equivocada de Dios.** Tal vez piensan que el Señor es severo en las tareas que nos da, o que mantiene un conteo de las actividades religiosas, para ver si hacemos lo suficiente. Temen que Dios les retire sus bendiciones si no cumplen con los estándares que ellos mismos se han impuesto.
- **Actitudes de la infancia.** A veces algunos padres, aunque tienen buenas intenciones, contribuyen a ese sentimiento de miedo o inseguridad, por la manera en la que administran sus hogares o instruyen a sus hijos en el servicio al Señor. Además, si la madre o el padre están demasiados ocupados para ellos, los hijos pueden llegar a sentir que no son dignos de su amor.

¿Cuáles son las consecuencias de estos temores?

- **Juicio impreciso.** Nos cuesta trabajo tomar decisiones cuando razonamos bajo el temor.
- **Pérdida de productividad.** La indecisión, la falta de criterio y el temor al fracaso puede complicarlo todo.
- **Ideas de persecución.** El temor puede contribuir a que una persona sienta rechazo o trato injusto, aunque no sea así.
- **Las drogas y el alcohol.** Una ansiedad constante puede servir de excusa para usar sustancias adictivas.
- **Obstáculos en la relación con Dios.** Puede que lleguen a creer la mentira que a nivel espiritual nunca llegarán a ser buenos para el Señor, por lo que nunca querrá relacionarse con ellos.
- **Intentos de culpar a otros.** Las personas inseguras tienden a culpar a otros de sus problemas, en vez de buscar sanidad emocional.

¿Cómo enfrentar el temor?

- **Reconózcalo.** Identifique cuál es el detonante del problema, para que pueda lidiar con la raíz.
- **Examine su relación personal con Jesucristo.** Asegúrese de que ya ha aceptado a Cristo como Señor y Salvador. Si es así, está guardado por la gracia de Dios y no por su comportamiento. El Señor tiene todo el control sobre sus circunstancias: “Mas el que me oyere, habitará con fiadamente y vivirá tranquilo, sin temor del mal” (Pr 1.33).
- **Tenga cuidado con la grabadora.** Examine los pensamientos que le causan ansiedad e identifique de dónde provienen. A veces, algo que un padre ha dicho es la raíz, pero puede provenir de nuestro cónyuge, o de algún maestro. Rechace las mentiras que se repiten en su mente.
- **Repréndalo.** Como hijo de Dios puede reprender al espíritu de temor, pues sabe que esto no proviene del Señor (2 Ti 1.7).
- **Reenfoque su atención.** Es al poner su mirada en la Palabra de Dios, que su atención se aleja del problema que enfrenta para enfocarse en la bondad y control soberano del Señor. Los temores desaparecen ante la presencia de Jesucristo.

► REFLEXIÓN

- Recuerde alguna ocasión en la que se sintió inseguro y temeroso, pero cambió su perspectiva para seguir las enseñanzas de la Biblia y recibió buenos frutos por esa decisión. ¿Qué sucedió? ¿Qué hubiera pasado de haber cedido ante las dudas?
- ¿Acaso se siente indigno o culpable? Recuerde que es un hijo de Dios, y Él le ama y desea darle una vida abundante en Cristo. Escoja una mentira que le estorba e identifique su origen. Pídale al Padre celestial que cambie esa mentalidad para que le dé paz y éxito en esa área de su vida.
- ¿Qué porción bíblica puede exhortarle cuando regresan los temores del pasado para desanimarle y que no confíe en Dios, ni avance confiado en sus promesas?

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.

