

" Y haré de ti una nación grande, y te bendeciré, y engrandeceré tu nombre, y serás bendición... y serán benditas en ti todas las familias de la tierra. "  
Génesis 12.2-3



## *Ore más y preocúpese menos*

Por: *Pastor David Ingman*

06-01-19

Isaías 58:6-9 (NTV). Un buen tiempo de ayuno y oración tiene muchos beneficios y obrará muchas cosas maravillosas para nosotros, física, emocional y espiritualmente. Por esto, el hábito de ayunar, fue practicado mucho en la Biblia.

Podemos mencionar algunas de las cosas que un ayuno bien hecho hará por nosotros:

- Nos limpia y desintoxica.
- Nos fortalece espiritualmente.
- Nos sana.
- Nos libera del pecado, la tentación y la adicción.
- Nos abre puertas que de otra forma no podrían ser abiertas.

El compromiso más grande, para este año, que podemos hacer con el Espíritu Santo es orar más y preocuparnos menos. La preocupación y la ansiedad pueden ser amos crueles o dictadores en nuestras vidas... pero solo si se los permitimos.

Mateo 6:31-34 (NTV). Cuando leemos los evangelios, vemos que Jesús no fue un hombre preocupado por las cosas de la vida, sino que tomó un día a la vez. La preocupación, la ansiedad y el estrés han sido la causa de muchas complicaciones y también maldiciones en nuestra vida. Estas, incluso, pueden traer consecuencias sobre nuestro cuerpo: desórdenes digestivos, sistema inmunológico débil, dolores musculares y articulares, mal funcionamiento del sistema nervioso, bajos niveles de energía, insomnio, cansancio mental y físico, etc.

Entonces, ¿por qué muchos tienen la tendencia a preocuparse? Porque es nuestra naturaleza humana la que reacciona frente a situaciones negativas y complejas. Esa naturaleza quiere controlar nuestra vida y nuestro destino, en lugar de permitirle a Dios que lo haga. Cuando las cosas no funcionan como queremos, empezamos a sentir ansiedad y olvidamos que Dios está verdaderamente en el control de todo.

Filipenses 4:6-7 (NTV). Decidamos entonces: "Vamos a orar más y a preocuparnos menos". ¿En qué nos ayuda o cambia las circunstancias la preocupación? En nada.

Mateo 5:36 (NTV). Dejemos de forzar nuestra propia voluntad, haciendo juramentos y afirmaciones, porque al final del día, todas nuestras emociones y preocupación no van a ayudar en nada. El Señor es quien decidirá y cambiará las cosas que nosotros no podemos.

1 Pedro 5:7 (NTV). Una oración que nos quitará la preocupación: "Querido Padre, yo admito que a menudo olvido que tú estás conmigo. A menudo me olvido cómo eres. Por favor perdóname por esto. Necesito conocerte mejor. Necesito conocer mejor tu Palabra y tus promesas. Te pido que me ayudes a ponerte primero a ti en cada área de mi vida. Ayúdame a vivir un día a la vez. Ayúdame a no preocuparme acerca del día de mañana sino a enfocarme en lo que tú estás haciendo en mi vida hoy. Quiero confiar en la promesa de que tú cuidas de mis necesidades financieras, físicas, espirituales, emocionales y en mis relaciones personales. Decido confiar en ti más y preocuparme menos. Oro esto en el nombre de Jesús. Amen.