

Lección del alumno

El remedio de Pablo para la ansiedad

¿Recuerdas alguna vez que te sentiste temeroso cuando te dejaron solo, o el primer día que fuiste a la escuela? ¿O recuerdas cuando tenías miedo de nadar en aguas profundas? ¿O de intentar algo nuevo? Si es así, has experimentado algo que se llama ansiedad.

Los bebés sienten ansiedad cuando sus madres los dejan solos. Tú sientes lo mismo cuando tu mejor amigo escoge la amistad de otra persona. Los adultos sienten ansiedad si piensan que van a perder su empleo, su buen nombre, su honor o a sus hijos. El temor de separarnos de nuestros seres amados es un motivo para que temamos la muerte, a las aguas profundas o a mudarnos de la ciudad donde vivimos.

El apóstol Pablo conoció esa ansiedad. Más de una vez contempló la muerte cara a cara. Una vez tuvo que escapar descolgado por un muro, escondido en un cesto. Imagínate a un hombre metido en un cesto.

En otra ocasión Pablo y su amigo Silas fueron azotados y luego encarcelados y colocados en un cepo. Pero en lugar de maldecir, llorar o sentirse intimidados, ellos comenzaron a alabar a Dios a medianoche, sentados sobre el piso frío, con las piernas aprisionadas en el cepo.

Ahora, en el atardecer de su vida, Pablo se preocupa por los creyentes de Roma, y por nosotros en el futuro, por

aquellos cuyo valor será probado por el sufrimiento y el infortunio. Pablo sabía que la ansiedad motivada por la separación puede destruir la confianza de una persona y que únicamente la gracia ofrece un remedio para ello.

Pablo sufrió ansiedad debido a la separación. Se distanció de los poderosos fariseos cuando se convirtió en cristiano. Continuamente tenía que despedirse de sus amigos debido a que los largos viajes misioneros lo mantenían en movimiento.

Así que en la larga carta de Pablo a los cristianos romanos, les ofrece un remedio para la ansiedad producida por la separación. La encontramos en Romanos 8: 28 al 39. El remedio de Pablo tiene tres elementos o preceptos: 1. Dios está a nuestro lado (vers. 31); 2. Dios resuelve los problemas para nuestro propio bien (vers. 28); y 3. Nada nos puede separar de su amor (vers. 38-39).

Los fariseos (¡Pablo era un fariseo, recuerden!) consideraban a Dios como una especie de secretario celestial que mantenía al día los registros divinos. Entre ellos: "¡Caminas muy lejos el sábado! Otra marca negativa para mantenerte fuera del cielo". Pero Dios no es así. "Dios es con nosotros". Él está a nuestro lado. Está haciendo todo lo que puede para llevarnos allá. La gracia nos busca a nosotros aun antes de que lo sepamos.

Después de que nos hayamos entregado a Dios, él continuará obrando en nuestro favor. ¿Dónde está Dios cuando nos suceden cosas malas? Él estará obrando para cambiarlas para nuestro bien. "Sabemos que Dios dispone todas las cosas para el bien de quienes lo aman" (vers. 28). Así que no te rindas a causa de la ansiedad cuando te levantes y el mundo entero parezca estar en tu contra. Dios cuida de ti y de mí. La gracia está obrando para nuestro máximo bienestar.

¿Qué sucede si todavía te preocupas? ¿Qué debes hacer si deseas ir al cielo pero no sabes cómo lograrlo? ¿Cómo puede Pablo ayudarnos a enfrentar la ansiedad?

Escúchalo ahora:

"Estoy convencido de que nada podrá separarnos del amor de Dios: ni la muerte, ni la vida, ni los ángeles, ni los poderes y fuerzas espirituales, ni lo presente, ni lo futuro, ni lo más alto, ni lo más profundo, ni ninguna otra de las cosas creadas por Dios. ¡Nada podrá separarnos del amor que Dios nos ha mostrado en Cristo Jesús nuestro Señor!"

No podemos separarnos del amor de Dios y la gracia está obrando en nuestro favor y Dios está a nuestro lado, entonces: **NO IMPORTA LO QUE SUCEDA JESÚS ESTÁ SIEMPRE A NUESTRO LADO PARA AYUDARNOS.** ¿Por qué nos preocupamos? No necesitamos nada más.

REFERENCIAS

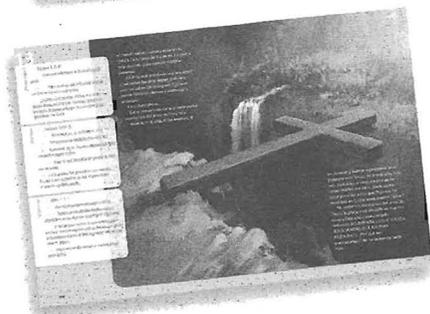
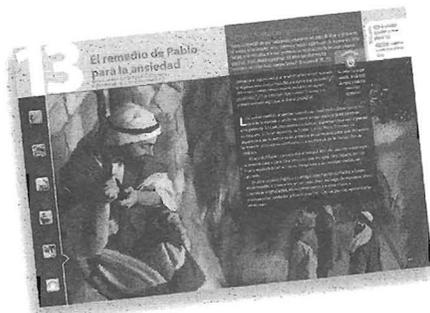
Romanos 8: 28-39
HAp, cap. 56
CS, cap. 21
Creencias fundamentales 3, 4, 10

VERSÍCULO PARA MEMORIZAR

"Estoy convencido de que nada podrá separarnos del amor de Dios: ni la muerte, ni la vida, ni los ángeles, ni los poderes y fuerzas espirituales, ni lo presente, ni lo futuro, ni lo más alto, ni lo más profundo, ni ninguna otra de las cosas creadas por Dios. ¡Nada podrá separarnos del amor que Dios nos ha mostrado en Cristo Jesús nuestro Señor!" (Romanos 8: 38, 39).

MENSAJE

No importa lo que suceda, Jesús está siempre a nuestro lado para ayudarnos.



Sábado

- HAZ** la actividad que está en la página 102.
- APRENDE** Comienza a aprender el versículo para memorizar.

Domingo

- LEE** "El remedio de Pablo para la ansiedad" y Romanos 8: 28-30.
- PREGUNTA** Pídele a un adulto que te mencione algo que le preocupe.
- LEE** con un adulto Romanos 8: 28.
- ESCRIBE** a Dios para contarle tus mayores ansiedades. Pídele que te las quite.

Lunes

- LEE** Romanos 8: 31, 32.
- HAZ** una lista de cinco cosas de las que no te gustaría separarte.
- CREA** Corta un signo grande de exclamación en un papel. Escribe el versículo para esta semana. Pégalo en tu habitación como la cura para la ansiedad por la separación. Léelo siempre que te sientas ansioso.
- ORA** para que Dios te ayude a crecer con este texto.

Martes

- LEE** Romanos 8: 33, 34.
- CALCULA** Lleva un registro de la vida de Pablo; anota un punto por cada prueba que él menciona: un punto por cada azote, dos por cada ataque de pánico. Prepárate para compartir los totales en la Escuela Sabática.
- PIENSA** ¿Qué te dice el informe de sufrimientos de Pablo acerca de su actitud respecto al tema de la ansiedad?
- ORA** y cuéntale a Dios cómo te sientes con relación a tus temores.

Miércoles

- LEE** Romanos 8: 35-37.
- ESCRIBE** nuevamente Romanos 8: 28 en el lenguaje actual.
- PREGUNTA** Píde a un adulto que te hable de las cosas que Dios ha dispuesto para su bien.
- ORA** y cuenta a Dios las cosas relativas a tu futuro, en las que deseas que él te guíe. Como por ejemplo en la elección de buenos amigos y en tu deseo de pasar tiempo con él cada día.

Jueves

- LEE** 2 Corintios 11: 24-28.
- COMPARA** Romanos 8: 31, 32 con Mateo 7: 7-11.
- ESCRIBE** tres pedidos que deseas hacerle a Dios hoy.
- RECITA** Romanos 8: 38, 39. Enumera algunas cosas que nos pueden separar de Dios.
- DESCRIBE** a uno de esos enemigos que parecza ser muy real en tu vida.
- ORA** y pide ayuda a Dios para vencer a ese enemigo. Ora por lo que escribiste en tu lista. Agradécele por responder a pedidos pasados.

Viernes

- LEE** Mateo 7: 7-11.
- RECITA** el versículo para esta semana a tu familia.
- DESAFÍA** Durante el culto familiar desafía a todos a encontrar en la casa algo que los proteja de algún daño.
- PIDE** a cada uno que muestre lo que encontró y que explique cómo ese objeto lo protege. Instalos a recordar la forma como el amor de Dios los protege cada vez que usen ese artículo.
- ORA** para que tu familia siempre se mantenga en el amor de Dios.