

## Una vida equilibrada

Hace unos años atrás leí en un periódico que la policía mandó parar un carro que estaba arrastrando un perro por las calles. El dueño pensaba que el perro había salido del carro, pero como la correa se quedó presa en la puerta, el pobrecito tuvo que correr al lado del carro. El caía y se levantaba, pero sabía que no podía desistir. Finalmente, la policía mandó parar el carro y así terminó la tortura del perrito. Muchos sienten que su vida es así, siendo arrastrados por ella, preguntando cuando es que van a tener la vida bajo control. No tienen control sobre su vida, pero es su vida que los controla.

En Mateo 11.28-30 Jesús promete un tipo de vida diferente: **Ustedes viven siempre angustiados y preocupados. Vengan a mí, y yo los haré descansar. Obedezcan mis mandamientos y aprendan de mí, pues yo soy paciente y humilde de verdad. Conmigo podrán descansar. Lo que yo les impongo no es difícil de cumplir, ni es pesada la carga que les hago llevar.** ¡En estos versículos Jesús promete dar a sus hijos(as) una vida descansada! Si esto es verdad entonces ¿porqué es que eso no es una realidad en la vida de la mayoría de los cristianos?

Nuestro cuerpo, la iglesia, el matrimonio, un negocio, etc., todas estas cosas necesitan de equilibrio no solo para funcionar bien sino también para que su impacto sea positivo. ¿Cómo es posible alcanzar el equilibrio, el descanso, que tanto necesitamos en nuestras vidas?

Si miramos la vida de Jesús observamos que, a pesar de las muchas solicitudes de la oposición, de la poca privacidad, su vida no fue estresada. Él tenía equilibrio. ¿Qué podemos aprender con Su ejemplo?, ¿Cuál fue Su secreto para tener una vida equilibrada?

Si deseas una vida equilibrada tienes que **1. ¡Saber quién eres!** Juan 8:12 **Yo soy la luz del mundo. El que me sigue no andará en tinieblas, sino que tendrá la luz de la vida.** En 18 ocasiones Jesús públicamente se definió a sí mismo. No había duda en su mente de quién él era. Y tú, ¿quién eres? Si estás indeciso de tu propia identidad **pasarás a ser todo lo que los demás quieren que seas, serás un "camaleón cristiano"** ajustándose al ambiente y tratar de ser alguien que no eres, es estresante.

Por ejemplo, yo no tengo la mínima intención de imitar a otros pastores porque yo no soy ellos. Puedo seguir su ejemplo si es digno de ser seguido, pero no quiero imitarlos. Es peligroso imitar a otras personas porque normalmente lo que ves no es necesariamente la realidad privada de esas personas. Las personas aprenden a presentar su mejor por afuera, aunque por adentro estén sufriendo. Yo no quiero ser una copia mediocre de nadie, pero ser el mejor pastor Campos, que Dios me ayude a serlo. Quizás muy imperfecto, pero tratando de no engañar a nadie, de ser genuino, de ser un buen ejemplo para aquellos que viven a mi alrededor.

¡Tratar de ser alguien que no somos, nos robará el descanso de Dios! No permitas que los demás determinen quien tú eres.

Si deseas una vida equilibrada tienes que **2. Saber a quién quieres agradar.** Juan 5:30 **llevo a cabo la voluntad del que me envió y no la mía.** A nadie le gusta ser rechazado, pero Jesús no permitió que el temor de ser rechazado por las personas, lo manipulara. Cristo agradó a muy poca gente y eso no fue por ser mal educado o buscar sus propios intereses. **No es posible agradar a todos.** Justo cuando logras complacer a unos, otros se molestan contigo.

Leí unas estadísticas que dicen que 70% de los pastores están tan estresados que consideran frecuentemente dejar el ministerio. Todos los años cerca de 3 mil pastores abandonaron el ministerio. ¿Porqué? Hay muchas razones, pero una de ellas es que es muy difícil agradar a todos. En Mateo 6.24 Cristo afirma que **nadie puede servir a dos señores al mismo tiempo.** Para agradar a Cristo

muchas veces tenemos que estar dispuestos a desagradar a amigos y familiares. ¡Cuántos no siguen a Cristo para que no se indignen sus amigos y familiares!

Pablo dice en Gálatas 1.10 **no es mi intención ganarme el favor de la gente, sino el de Dios. Si mi objetivo fuera agradar a la gente, no sería un siervo de Cristo.** Pablo quería solamente agradar a Cristo. ¿Y nosotros, a quién estamos tratando de agradar?

Si deseas una vida equilibrada tienes que **3. Establecer metas claras para tu vida.** Juan 8:14 **Jesús dijo: porque sé de dónde he venido y adónde voy.** ¿Podrás decir lo mismo? **Sin metas somos como un barco en medio de la mar, sin dirección.** O estamos en control, ó estamos siendo controlados. Si no planeamos nuestra vida, alguien lo hará por nosotros. Que no sean los demás a establecer las metas para tu vida, que es lo que acontece cuando queremos agradar a todos.

Dios estableció algunas metas para todos nosotros. El te creó para que hagas 5 cosas:

**a. Fuiste creado para agradar a Dios** – Apocalipsis 4:11 dice que Dios creó todas las cosas **y fueron creadas para ser de su agrado.** Fuimos creados para Su agrado. Para adorarlo con nuestras palabras y acciones.

**b. Fuiste creado para pertenecer a su familia.** El nos creó para ser parte de Su familia. **Eres llamado a pertenecer, no sólo a creer.** La cruz te une a otros cristianos. Todo lo que necesitas está en Cristo y todo de Cristo está en la Iglesia. El grado de compromiso que tienes con tu iglesia local, refleja tu amor y compromiso con Dios. No es posible amar a Dios y excluir Su Iglesia.

**c. Fuiste creado para ser como Cristo.** ¿A quién estamos imitando? Cuando las personas escuchan lo que dices y observan lo que haces, ¿pueden ver a Cristo?

**d. Fuiste creado para hacer la diferencia.** Dios te creó para que aportaras algo, para que hicieras una diferencia con tu vida. Fuiste creado para servir a los demás, para que tuvieras un ministerio en la Iglesia.

**e. Fuiste creado para una misión** Dios está trabajando en el mundo, en nuestras ciudades y quiere que te unas a El. Dios desea que lo sirvas en la Iglesia, pero también que tengas una misión en el mundo a tu alrededor. **Si no estableces metas claras en tu vida, serás como un barco perdido en medio de la mar.**

Si deseas una vida equilibrada tienes que: **4. Enfocarte en una cosa a la vez.** Lucas 4:43 **Es preciso que anuncies también a los demás pueblos, las buenas nuevas del reino de Dios, porque para esto fuiste enviado.** ¡No puedes cazar dos pavos al mismo tiempo! Jesús sabía cómo manejar las interrupciones sin distraerse del objetivo principal. ¿Sabes hacer algo? Entonces hazlo bien y se fiel en eso, para bendición de los demás.

Si deseas una vida equilibrada **5. No trates de hacerlo todo tu mismo** Marcos 3:14 **Y estableció a doce, para que estuviesen con él, y para enviarlos a predicar...** Nos estresamos cuando pensamos que todo depende de nosotros y estamos solos. Jesús reclutó a doce discípulos. Conéctate, busca ayuda, da apoyo a otros, involúcrate. Romanos 12:5 **También nosotros, siendo muchos, formamos un solo cuerpo en Cristo, y cada miembro está unido a todos los demás.**

Si deseas una vida equilibrada tienes que **6. Hacer un hábito de la oración.** Marcos 1:35 **Levantándose muy de mañana, siendo aún muy oscuro, salió y se fue a un lugar desierto, y allí oraba.** Sin importar qué tan cansado estuviera, Jesús siempre encontró tiempo para ir solo a orar. Si Cristo

necesitaba de orar, cuanto más nosotros. Cristo no enseñó a sus discípulos a predicar, pero enseñó a orar. ¿Porqué?

Un "tiempo de quietud" diario reduce el estrés y añade equilibrio a tu vida. Use este tiempo para hablar con Dios acerca de sus presiones y problemas, evalúe sus prioridades, descubra la Biblia.

Si deseas una vida equilibrada tienes que **7. Tomar tiempo para disfrutar de la vida** Marcos 6:31 **El les dijo: Venid vosotros aparte a un lugar desierto, y descansad un poco.** Cristo reconocía la necesidad de dejar de hacer lo que estamos normalmente haciendo, para descansar.

Dios nos permite vivir para que disfrutemos de su creación, de la familia, etc. Hay que ser equilibrados en la manera como gastamos nuestro tiempo y recursos.

**Conclusión** - El equilibrio es la llave para controlar el estrés y vivir una vida más agradable e impactante. El trabajo debe balancearse con esfuerzo, disciplina, adoración y diversión.

Un día todos moriremos. ¿Qué quieres que se diga sobre tí en ese día?

1. ¿Sabes quién eres?
2. ¿A quién estas procurando agradar?
3. ¿Tienes metas claras en tu vida, o te olvidaste de porqué estás aquí?
4. ¿Estás intentando de hacer demasiadas cosas al mismo tiempo?
5. ¿Te has aislado de Dios y de su cuerpo, la Iglesia?
6. ¿Te has olvidado de buscar a Dios en oración?
7. ¿Estás haciendo tiempo para disfrutar la vida?

Lo que se va a decir sobre tí en el futuro, se escribe con las decisiones que tomas hoy. Hacen tus hijos, tu conyugue, tu iglesia orgullosa de tí. Deja un legado digno de ser hablado.

¿Cuáles son las principales causas de estrés en tu vida diaria, en el trabajo, en casa, matrimonio?

Es posible que tengas que hacer cambios en algunas áreas en tu vida de manera a recibir el descanso que Cristo te quiere dar. Hoy es el día ideal para nuevos comienzos y más descanso.