

## **1Samuel 30.6-31**

**Introducción:** El sermón del domingo pasado fue fantástico. Dios nos habló a todos sobre tener claro que nuestros errores tienen consecuencias.

1. David sufrió amargamente por el error que cometió.
2. Sufrió el desprecio de los suyos.
3. Pero se fortaleció en el Señor, y le buscó.
4. Nos animó y enseñó cómo seguir el ejemplo de David.

Este pasaje es rico en enseñanzas. Repasándolo, al leer el verso 6, Dios me habló. El pastor Andrés se centró en los primeros seis versos, yo quiero partir del seis hacia delante.

Aun este capítulo contiene más mensaje de parte de Dios que no debemos perdernos. Por lo que no descarto que la próxima semana vuelva a hablarles en este mismo capítulo.

### **1. David se angustió mucho.**

La angustia es un mal que asola a millones de personas en todo el mundo.

La angustia se produce cuando la ansiedad no halla salida. Cuando no se encuentra la solución a los problemas.

Son muchas las cosas y las situaciones que producen ansiedad y angustia:  
-El pastor Andrés nos habló de nuestros errores. Otras razones que provocan ansiedad y angustia son: -El estrés del trabajo. -Un despido. -El paro. -La tensión en las relaciones de pareja, o familiares. -La soledad, etc.

En esta sociedad moderna y consumista, todos hallamos innumerables motivos para deprimirnos. Pero no quiero centrarme en las causas, sino más bien en cómo superarlas.

Pero antes, déjenme decirles que la ansiedad es normal, hasta cierto punto. Todos sentimos ansiedad en algún momento de nuestra vida. Algunos más que otros. Pero incluso Jesús pasó por esa experiencia. Mateo 26.38. Por tanto, no es pecado deprimirse.

Más, si no nos libramos de la ansiedad, acabaremos angustiados. En términos modernos, a esto se le llama depresión. Aunque hay diversos tipos, y grados, de depresión. Cuando se convierte en angustia, es una depresión que debe ser tenida en cuenta, y tratada.

No es pecado deprimirse. Algunas personas cuando se deprimen, se sienten mal consigo mismas, porque piensan que no deberían tener esas emociones. Pero, repito, deprimirse es normal. Lo que no lo es, es quedarse a vivir en la depresión.

La ansiedad, la angustia o la depresión, debe ser superada.

David se angustió. Su ansiedad, llegó a cerrarle la garganta, hasta el punto de no dejarle respirar. Se angustió mucho.

Algunos, cuando llegan a esta situación, piensan cosas que no deben. Piensan que lo único que la salida de la depresión es la muerte, y tontean con el suicidio. Déjenme decirles dos cosas:

I- El suicidio no arreglará el problema que te provoca ansiedad.

II- El suicidio no te librará de la ansiedad. Pues, donde irías, sufrirías de ansiedad por toda la eternidad y sin solución posible. Lo cual quiere decir que empeorarías la situación.

¿Entonces no hay salida? ¡Claro que la hay! ¿Qué hizo David? Aprendamos de él.

## **2. Tomó la iniciativa.**

Quiero que presten atención y tomen nota, porque ustedes pueden hacer lo mismo, si alguna vez se angustian. Muchos no saben qué hacer.

Mientras que todos le lamentaban y culpaban a otro por su desgracia, algo común, David se puso en marcha. No se acostó ni cubrió la cabeza. No fue al médico, para que le diera pastillas para dormir y olvidar el problema. Cuando se está deprimido, acostarse a dormir no es la solución. Así no solucionas el problema que la provoca. Lo empeoras.

No esperó a que otros le solucionaran el problema. Muchos deprimidos esperan a que otros hagan algo por ellos. David, no esperó. David hizo lo único que podía hacer, en su situación: tomó la iniciativa, y consultó a Dios. acudió a Dios.

Cuando no tenemos solución para nuestros problemas, no debemos poner nuestra esperanza en los hombres, sino en Dios. Pero de verdad. De todo nuestro corazón. Porque sólo **sólo Dios** puede ayudarnos, cuando nadie más puede. El apóstol Pedro dijo: 1Pedro 5.7.

Algo que hay que tener en cuenta, al tratar a los angustiados, es que no es bueno ayudarles demasiado, porque no solucionará así sus problemas. Creará dependencia, y sencillamente esperará a que siempre otros le socorran.

No quiero decir que no haya que ayudar al que lo necesita, sino que hay que hacerlo con inteligencia. Estimulando a la persona a tomar iniciativas.

Si David hubiese acudido al médico para que le recetase un somnífero ¿Le habría ayudado a solucionar su problema? Realmente no. Le habría ayudado a reducir su ansiedad en ese momento, pero cuando se despertase, su problema seguiría allí esperándole. ¿Qué hacer, tomar otra pastilla?

Que conste que no hablo de enfermos físicos que necesitan los medicamentos para sobrevivir. Personalmente no soy partidario de decirle a nadie que deje de tomar ningún medicamento, sin que antes hable con su médico.

Tomar un medicamento cuando se necesita no es pecado. Ni es falta de fe. Cuando estamos enfermos oramos por sanidad, pero si no sanamos, vamos al médico. Si un doctor te recetó un medicamento, tómalo. Y si crees que no lo necesitas, ve a él y que él te lo retire.

Yo soy pastor, no médico. No receto medicamentos, ni los retiro. Pero todos sabemos que hoy se abusa mucho de los medicamentos. Sobre todo de los antidepresivos.

La depresión es en España la causa número uno del absentismo laboral.

Los problemas hay que enfrentarlos y buscarles solución, no evadirlos. Por lo que la persona angustiada, debe tomar la iniciativa, y buscar solución, en Dios, y no en los hombres.

David tomó la iniciativa, buscó a Dios. El único que le podía ayudar. Se fortaleció en el Señor su Dios. Es decir, confió en Dios. Eran un pequeño grupo: Seiscientos hombres, y muchos de ellos, estaban tan cansados que no pudieron seguir adelante: Doscientos. Así que, con sólo cuatrocientos hombres agotados, David se enfrentó a un ejército mucho más numeroso. ¿Cómo pudo hacerlo? Se fortaleció en el Señor su Dios.

Isaías 40.28-31 *¿No has sabido, no has oído que el Dios eterno es Jehová, el cual creó los confines de la tierra? No desfallece, ni se fatiga con cansancio, y su entendimiento no hay quien lo alcance.*<sup>29</sup> *El da esfuerzo*

*al cansado, y multiplica las fuerzas al que no tiene ningunas.* <sup>30</sup>Los muchachos se fatigan y se cansan, los jóvenes flaquean y caen; <sup>31</sup>pero los que esperan a Jehová tendrán nuevas fuerzas; levantarán alas como las águilas; correrán, y no se cansarán; caminarán, y no se fatigarán.

Algunos cristianos en vez de andar en el Espíritu, como Pablo nos invita en Gálatas 5.25, viven arrastrándose por el suelo, en la carne, porque no tienen fuerzas ni para caminar. No porque estén enfermos, sino porque están angustiados. Esa no es la voluntad de Dios. ¿Por qué ocurre entonces? Porque no se fortalecen en el Señor su Dios. Viven en la carne, y no en el Espíritu.

David se fortaleció en el Señor su Dios, pero hizo algo más:

### **3. Siguió sus instrucciones.**

Uno de los peores males no es estar enfermos, sino no querer seguir las instrucciones de los médicos.

Si alguien ingiere un veneno por accidente, y tiene el antídoto a mano pero no lo toma, ¿Podrá el antídoto salvarle? Desde luego que no.

Esto le ocurre a mucha gente con el pecado, que es un veneno que mata.

Puedes saber que Cristo, el Hijo de Dios, murió para perdonar tus pecados, y que todo cuanto demanda de ti, es que creas en su gracia. Pero si no depositas fe y confianza en Jesús, ¿De qué te sirve saberlo? ¿De qué te sirve saber que Cristo sea el Salvador del mundo, si no te salva a ti?

Lo que sabes no te sirve si no lo aplicas a tu vida. Jesús lo dijo de otra manera: *Los sanos no tienen necesidad de médico, sino los enfermos.* Mateo 9.12.

También dijo: *Si sabéis estas cosas, bienaventurado seréis si las hicieréis.* Juan 13.17.

David siguió las indicaciones de Dios y libró a los suyos. Solucionó el problema que le producía la angustia. Tuvo una aplastante victoria que le devolvió el gozo. La ansiedad, el temor, y la amargura desaparecieron.

¿No te gustaría disfrutar de tu gente y de todo lo que Dios te da? Si algún problema no te lo permite, es que necesitas tomar la iniciativa, y buscar a

Dios, para luego seguir sus indicaciones. ¿No te gustaría comenzar ahora mismo?

Este es el momento. Dios está aquí contigo. Dispuesto a tomar de ti la carga que llevas en tu alma. Él tiene poder para sobrellevarla. Él te librerá de todo peso, y de pecado, si tan sólo le pides. ¿A qué esperas? Toma la iniciativa, y sal de tu situación.

Jesucristo Dios, es el mismo hoy, ayer, y siempre.

Pr. Nicolás García