

Saliendo de la Crisis – 6
“Crisis emocional”

- I. Introducción
- a. Elías era un poderoso hombre de Dios
 - i. Fue usado por Dios para detener y provocar la lluvia
 - ii. Fue alimentado por cuervos
 - iii. Multiplica el aceite de una viuda, hasta que no queda donde guardar más
 - iv. Resucita al hijo de la viuda
 - v. Se enfrenta a reyes y falsos profetas
 - b. Era un poderoso hombre de Dios, pero al final del día, era un hombre (San 5:17 “Elías era hombre sujeto a pasiones semejantes a las nuestras, y oró fervientemente para que no lloviese, y no llovió sobre la tierra por tres años y seis meses.”)
 - i. Un hombre que aun siendo usado por Dios era tentado a pecar
 - ii. Un hombre que aun viendo el poder de Dios era tentado a desmayar
 - iii. Al igual que todos nosotros
 - c. Hay un acontecimiento en la vida de Elías que siempre me ha llamado la atención, sobre todo por la humanidad que el profeta demuestra
 - i. Elías profetiza que no va a llover en la tierra por varios años (3 ½ años)
 - ii. Dios lo lleva a apartarse y se esconde en una cueva donde tomaba agua del arroyo y los cuervos lo alimentaban
 - iii. Luego Dios lo lleva a Sarepta, donde encuentra a una viuda... había tanta hambre en la tierra, a causa de la sequía, que la viuda ya solo tenía un poco de harina y aceite, iba a preparar una torta, y luego se iba a dejar morir con su hijo
 - iv. Luego de multiplicar la harina y el aceite, decide que es hora de ver al rey y de hacer llover sobre la tierra, así que lo manda a llamar y pide que traigan a los 450 profetas de Baal al monte Carmelo
 - v. En el monte se arma un enfrentamiento interesante
 - 1. Elías reta a los profetas que a hagan un sacrificio y el dios que responda con fuego, ese será Dios
 - 2. Los profetas aceptan
 - 3. Baal no responde
 - 4. Elías prepara el sacrificio y pide mojarlo
 - 5. Dios responde con fuego del cielo
 - 6. Elías mata a los 450 profetas
 - vi. Elías ora y hay lluvia
 - d. Imaginen esto... Elías está, por así decirlo, en el pico de su carrera
 - i. Es exitoso
 - ii. Dios lo escucha y responde
 - iii. Los profetas enemigos son derrotados
 - iv. Puede invocar fuego y lluvia del cielo

- e. Aquí es donde entra la historia que quiero compartir y que creo que nos va a motivar mucho
 - i. Aunque la historia no necesariamente es un manual para tratar con la desmotivación y el desánimo, nos da muchos principios de cómo hacerlo
 - ii. Rom 15:4 “Porque las cosas que se escribieron antes, para nuestra enseñanza se escribieron, a fin de que por la paciencia y la consolación de las Escrituras, tengamos esperanza.”

II. Nadie está inmune (1Re 19:1-4 “Acab dio a Jezabel la nueva de todo lo que Elías había hecho, y de cómo había matado a espada a todos los profetas. 2 Entonces envió Jezabel a Elías un mensajero, diciendo: Así me hagan los dioses, y aun me añadan, si mañana a estas horas yo no he puesto tu persona como la de uno de ellos. 3 Viendo, pues, el peligro, se levantó y se fue para salvar su vida, y vino a Beerseba, que está en Judá, y dejó allí a su criado. 4 Y él se fue por el desierto un día de camino, y vino y se sentó debajo de un enebro; y deseando morir, dijo: Basta ya, oh Jehová, quítame la vida, pues no soy yo mejor que mis padres.”)

- a. Luego de unos años de victoria tras victoria, Jezabel amenaza a Elías y parece que la amenaza caló y el profeta se desmorona
 - i. Ve el peligro y sale corriendo para salvar su vida
 - ii. Le pide a Dios que le quite la vida
 - iii. No ve nada en su vida digno de ser celebrado
- b. Yo no sé de ustedes, pero a mí esto me suena muy parecido a una depresión
 - i. Sentimientos de desesperación, tristeza, dolor y desesperanza
 - ii. No encontrar la motivación para hacer algo o continuar haciendo algo
 - iii. No ver el propósito de algo o en algo
- c. Es increíble lo frágil que es nuestra estabilidad emocional
 - i. Hoy estoy en el punto más alto de mi vida y carrera, mañana me quiero morir porque algo no salió como yo quería
 - ii. Hoy invoco fuego del cielo y mato a 450 profetas falsos, mañana estoy huyendo para salvar mi vida
 - iii. Nadie es inmune a la depresión y el desaliento, NADIE
 - iv. Todos podemos encontrarnos, si las circunstancias son las correctas (o incorrectas), luchando contra estos sentimientos
 - v. Curiosamente, muchos bajos muy bajos, vienen después de altos muy altos
 - vi. Cada uno va a luchar de una manera distinta y por razones distintas
 - vii. ¿Alguna vez te has encontrado allí? ¿Así?
 - viii. Quizás estés allí ahora
 - ix. Yo sé que yo he luchado con estar motivado este año...
 - 1. Tenía planes que se frustraron
 - 2. He hecho nuevos planes que cada domingo se frustran nuevamente
- d. ¿Qué llevó a Elías a este lugar?
 - i. Cansancio físico

1. Acababa de, personalmente, matar a 450 hombres
 2. Luego acababa de caminar alrededor de 50 kilómetros
 3. Estaba cansado
 4. No hagamos de menos el rol que el cansancio físico puede jugar en tu estabilidad emocional
 5. Muchos de nosotros, me incluyo, no sabemos descansar
 - a. Creemos que somos jóvenes e invencibles
 - b. Decimos cosas como “voy a descansar cuando me muera”
 6. Nuestro cuerpo aguanta... hasta que ya no aguanta
- ii. Quitó la mirada de Dios y la puso en sus circunstancias
1. Ciertamente, la amenaza de un rey / reina, no es algo para tomar a la ligera
 2. A este hombre se le había olvidado todo lo que Dios había hecho en él y con él
 3. “Viendo, pues, el peligro...” (v. 3) – es lo mismo que le pasó a Pedro cuando dejó de ver a Jesús y comenzó a ver el viento y las olas (Mat. 14:30)
- iii. Se ensimismó
1. De las primeras cosas que pasan cuando comenzamos a dar pasos en la dirección equivocada es que ponemos nuestros ojos en nosotros mismos
 2. Cuando Adán y Eva pecaron, de lo primero que pasó es que se dieron cuenta que estaban desnudos (Gen 3:10)
 - a. Antes esto no era importante
 - b. Antes sabían que Dios estaba en control
 3. Elías “... se fue para salvar su vida...” (v. 3)
 - a. Antes no le preocupaban las amenazas de los reyes
 - b. Antes sabía que Dios estaba en control
- iv. Se aisló
1. La gente que está luchando contra el desánimo tienden a aislarse
 2. No queremos ver a nadie, no queremos estar con nadie... nadie nos entiende
 3. Creemos que estamos solos e inconscientemente alejamos a todos
 4. Elías “... dejó allí a su criado.” (v. 3)
- v. Autocompasión
1. “pobrecito yo”
 2. “Todos están contra mí”
 3. “... deseando morirse...” (v. 4)
- vi. Comparación
1. Esta es de las armas más poderosas en el arsenal del enemigo
 2. Comenzamos a creer que es una competencia
 3. Se nos olvida que a Dios le importa nuestra fidelidad, no si vamos mejor o peor que otros

4. "... no soy yo mejor que mis padres..." (v. 4)

III. Saliendo de allí

a. 1Re 19:5-8 "Y echándose debajo del enebro, se quedó dormido; y he aquí luego un ángel le tocó, y le dijo: Levántate, come. 6 Entonces él miró, y he aquí a su cabecera una torta cocida sobre las ascuas, y una vasija de agua; y comió y bebió, y volvió a dormirse. 7 Y volviendo el ángel de Jehová la segunda vez, lo tocó, diciendo: Levántate y come, porque largo camino te resta. 8 Se levantó, pues, y comió y bebió; y fortalecido con aquella comida caminó cuarenta días y cuarenta noches hasta Horeb, el monte de Dios."

i. #1 – Descansa

1. A veces lo mejor que podemos hacer para enfrentar algo difícil es tomar un tiempo para descansar y reponernos
2. Debemos vencer la condenación auto impuesta que a veces sentimos si nos damos un día libre (algunos deben resistir la libertad que tienen de descansar... pero ese es tema para otro día)
3. Elías se quedó dormido (v. 5) y luego volvió a dormir (v. 6)

ii. #2 – Come

1. Me encanta lo práctico y real que es la Palabra de Dios
2. Cuando alguien está luchando con la depresión, cosas tan comunes como levantarse, bañarse, arreglarse y comer, pueden ser tareas que parecen monumentales
3. El ángel llegó para decirle a Elías que hiciera algo básico... comer

iii. "... largo camino te resta." (v. 7)

1. Solo porque sepamos que Dios tiene el poder para sacarnos de cualquier hoyo en el que estemos, no significa que va a ser fácil o sin trabajo
2. El ángel no le mintió a Elías, le dijo que apenas estaban comenzando y que faltaba bastante
3. No hay camino fácil de regreso a la salud emocional y/o motivación, sin embargo, de la mano de Dios, se puede

b. 1Re 19:9-10 "Y allí se metió en una cueva, donde pasó la noche. Y vino a él palabra de Jehová, el cual le dijo: ¿Qué haces aquí, Elías? 10 Él respondió: He sentido un vivo celo por Jehová Dios de los ejércitos; porque los hijos de Israel han dejado tu pacto, han derribado tus altares, y han matado a espada a tus profetas; y sólo yo he quedado, y me buscan para quitarme la vida."

i. Me encanta como Dios nos busca... nos persigue – "¿qué haces aquí?"

1. Es lo mismo que pasó en el jardín del Edén – "¿Dónde estás? (Gen 3:9)
2. Dios podría dejarnos en nuestra cueva, en nuestra auto compasión, solos, sin embargo, llega a dónde estamos y nos busca... nos confronta
3. Este "¿qué haces aquí?" suena como un "¿cómo llegaste hasta aquí?"

- ii. La respuesta de Elías es muy humana, muy centrada en nosotros mismos
 - 1. “Mirá todo lo que he hecho...”
 - 2. “Todos han fallado, menos yo...”
 - 3. “soy un mártir... una víctima”
- c. #3 – Necesito encontrarme con Dios (1Re 19:11-12 “Él le dijo: Sal fuera, y ponte en el monte delante de Jehová. Y he aquí Jehová que pasaba, y un grande y poderoso viento que rompía los montes, y quebraba las peñas delante de Jehová; pero Jehová no estaba en el viento. Y tras el viento un terremoto; pero Jehová no estaba en el terremoto. 12 Y tras el terremoto un fuego; pero Jehová no estaba en el fuego. Y tras el fuego un silbo apacible y delicado.”)
 - i. Lo que realmente necesito para encontrar o reencontrar gozo en mi vida es un encuentro o reencuentro con Dios, por medio de Jesús
 - ii. Varias observaciones sobre el viento, terremoto y fuego
 - 1. A veces buscamos a Dios en lo que hacemos... en mantenernos activos
 - a. Queremos ver estas grandes demostraciones del poder de Dios
 - b. Hay un momento para eso, pero también hay un tiempo para estar quieto delante de la presencia de Dios
 - 2. A veces buscamos a Dios en lo que ya conocemos... pero sus misericordias son nuevas cada mañana
 - a. Dios a veces se manifestaba en el viento
 - i. Nah 1:3 “Jehová es tardo para la ira y grande en poder, y no tendrá por inocente al culpable. Jehová marcha en la tempestad y el torbellino, y las nubes son el polvo de sus pies.”
 - ii. Job 38:1 “Entonces respondió Jehová a Job desde un torbellino, y dijo:”
 - b. Dios a veces estaba en el terremoto o en el fuego
 - i. Job 38:1 “Entonces respondió Jehová a Job desde un torbellino, y dijo:”
 - ii. Exo 19:18 “Todo el monte Sinaí humeaba, porque Jehová había descendido sobre él en fuego; y el humo subía como el humo de un horno, y todo el monte se estremecía en gran manera.”
 - c. Dios, esta vez, estaba en el silbo apacible... en el silencio, en la soledad, en un lugar distinto de donde lo hemos encontrado antes
 - 3. Necesitamos la gracia de Dios
 - a. Estas diferentes expresiones de la manifestación de Dios (viento, terremoto, fuego y silbo apacible) pueden representar la diferencia entre encontrar a Dios por la ley y por la gracia

- b. El viento, terremoto y fuego nos enseñan el poder de Dios, su majestad y la furia de su ira
 - i. Nos enseñan lo que es encontrarse con Dios por medio de la ley
 - ii. La ley, nos muestra el poder de Dios, pero donde este pasa, destruye y condena... eso es lo que hace la ley o la desobediencia a la ley
 - 1. Nos expone a su juicio e ira
 - 2. Nos destruye, nos quiebra, nos rompe... la paga del pecado es muerte (Rom 6:23)
- c. El evangelio es una voz suave y gentil de amor, gracia, paz, perdón, justicia y salvación, en Cristo
- d. Así es como Dios muchas veces trata con nosotros
 - i. Nos muestra su poder y la manera en que nuestro pecado nos condena y quebranta
 - ii. Sacude nuestra consciencia y llena nuestra mente con un sentido de ira e indignación, que merecemos
 - iii. Luego nos habla palabras de paz y reconciliación por medio del evangelio... la vida, muerte y resurrección de Jesús, en nuestro lugar
 - 1. Fue Jesús el que fue “roto”, como los montes
 - 2. Fue Cristo el que fue “quebrado”, como las peñas
- e. Bienaventurados los que escuchan la dulce y quieta voz, del Espíritu Santo, llamándonos al arrepentimiento y perdón (1Re 19:13 “Y cuando lo oyó Elías, cubrió su rostro con su manto, y salió, y se puso a la puerta de la cueva. Y he aquí vino a él una voz, diciendo: ¿Qué haces aquí, Elías?”)
- d. 1Re 19:14 “Él respondió: He sentido un vivo celo por Jehová Dios de los ejércitos; porque los hijos de Israel han dejado tu pacto, han derribado tus altares, y han matado a espada a tus profetas; y sólo yo he quedado, y me buscan para quitarme la vida.”
- e. #4 – Regresa a trabajar (1Re 19:15-16 “Y le dijo Jehová: Ve, vuélvete por tu camino, por el desierto de Damasco; y llegarás, y ungirás a Hazael por rey de Siria. 16 A Jehú hijo de Nimsi ungirás por rey sobre Israel; y a Eliseo hijo de Safat, de Abel-mehola, ungirás para que sea profeta en tu lugar.”)
 - i. Llega el momento donde Dios lo manda de regreso a hacer lo que Dios lo había llamado a hacer... ungir reyes, ministrar gente, capacitar líderes
 - ii. La mejor manera de salir de estar tan enfocados en nosotros mismos es enfocarnos en usar nuestros dones para servir a otros

- iii. Una cosa que me encanta de esto es que, a pesar de todo, Dios no había desechado a Elías
 - 1. Su llamado sobre Elías seguía vigente
 - 2. Su gracia sobre Elías seguía allí
 - 3. Aun cuando has pasado una temporada donde te ha costado...
 - a. Dios no ha terminado contigo
 - b. Dios no te ha desechado
 - c. Se gracia te va a levantar y usar
 - d. Tu mal momento no arruina los planes de Dios para ti y para otros, a través de ti
- f. #5 – Busca relaciones (1Re 19:17-18 “Y el que escapare de la espada de Hazael, Jehú lo matará; y el que escapare de la espada de Jehú, Eliseo lo matará. 19:18 Y yo haré que queden en Israel siete mil, cuyas rodillas no se doblaron ante Baal, y cuyas bocas no lo besaron.”)
 - i. Necesitamos construir y disfrutar de comunidad con otros
 - ii. Elías había dejado a su siervo... Dios le dice que le va a dar otro, ya no como un siervo, sino como un igual – Eliseo
 - iii. A veces creemos que estamos solos y que nadie entiende aquello por lo que estamos pasando... no es cierto – había otros siete mil que tampoco habían doblado rodillas ante Baal y habían procurado ser fieles al Señor
 - iv. Si te sientes solo, pídele a Dios que te dé el regalo de buenos amigos... no siervos, sino iguales
 - v. Si te sientes solo, pídele a Dios que te muestre que hay otros en la misma lucha que tú y que ellos pueden entenderte y acompañarte

IV. Conclusiones

- a. Los momentos difíciles nos pueden frustrar y desmotivar
- b. Situaciones, como la que estamos viviendo, nos pueden derrumbar o hacernos sentir como si todo es gris
- c. Dios sigue siendo Dios
- d. Nada se ha escapado de sus manos
- e. Él sigue sentado sobre su trono... gobernando, soberanamente, desde su trono
- f. Nada ha echado a perder su plan para tu vida, para nuestra iglesia, para SU iglesia y para nuestra nación
- g. Regresa tus ojos a Dios...
 - i. Con él, lo que parece un paso hacia atrás, realmente nos da aviada
 - ii. Con él puedes dejar de ser una víctima y pasar a disfrutar de SU victoria
 - iii. Con él, puedes navegar los valles oscuros, valles de sombra y de muerte, sin temer mal alguno (Sal 23:4)

The dark moments can leave one feel frustrated, scared, and broken just like Elijah was. However, with God, the biggest setbacks can become our biggest comebacks. With God, you

can move from being a victim to being a victor. With God, you can navigate the deepest and darkest valleys of life and walk high on the mountain.