
Matutina para Mujeres, Miércoles 28 de Julio de 2021

Descripción



Escuchar Matutina

No tengas miedo

“No temas, porque yo estoy contigo; no desmayes, porque yo soy tu Dios que te esfuerzo; siempre te ayudaré, siempre te sustentaré con la diestra de mi justicia” (Isa.

41:10, RVR 95).

El miedo es una emoción que, por un lado, puede paralizarte; por el otro, puede movilizarte para enfrentar lo que temes, con valentía.

El miedo puede ser provocado por una diversidad de estímulos externos, y la forma en la que nuestro cerebro los procesa puede ponernos al borde de la ansiedad y la pérdida de control. Es innegable que vivimos en un mundo amenazante, que constantemente nos somete a peligros, tanto provocados por la naturaleza como por otros seres humanos.

Los psicólogos sugieren que las personas podemos afrontar nuestros miedos de tres maneras diferentes: huyendo, confrontándolos o evadiéndolos.

El miedo al futuro parece ser uno de los más frecuentes; la incertidumbre por lo que vendrá amenaza la tranquilidad de millones de seres humanos en todo el mundo. Hace poco, escuché decir a alguien: “Ya no me siento segura ni en mi casa”.

Tener miedo es una emoción inevitable, pero lo que sí podemos elegir es la forma de afrontarlo. El versículo de hoy contiene una gran promesa: el Señor está dispuesto a tomar nuestra mano y guiarnos, especialmente cuando nos sentimos perdidos. Él quiere ayudarnos a tomar decisiones, sobre todo cuando estamos en medio de la incertidumbre que nos provocan los problemas y las dificultades.

Es bueno planificar e imaginar lo que puede pasar en el futuro; no obstante, si nos centramos en eso, dejaremos de disfrutar lo que nos ofrece el presente. Lo bueno es saber que Dios nos garantiza que todas las cosas que nos pasan y que nos van a pasar son para nuestro bien. Su promesa es: “Sabemos que Dios dispone todas las cosas para el bien de quienes le aman” (Rom. 8:28, RVR 95).

Comienza este día dando un paso hacia adelante, mirando al futuro con optimismo, recordando que nuestra redención está cerca. Sigue tomada de la mano de Dios, dando gracias por contar con su maravillosa y segura protección mientras permanecemos en esta tierra. Hoy, ora así: “Señor, estos son mis planes para este día que comienza. Hazme conocer los tuyos para mí, de manera que pueda vivir agradecida y sin incertidumbre por lo que vendrá”.