



## ESTUDIO 1283

### VIVIR UNA VIDA FELIZ ES UNA DECISIÓN

*“Regocijaos en el Señor siempre. Otra vez digo: ¡Regocijaos!”  
Filipenses 4:4*

No tenemos qué esperar a que todo esté perfectamente bien en nuestra familia o negocio, o que todos nuestros problemas hayan sido resueltos, ni tenemos qué esperar para estar contentos al bajar de peso, librarnos de aquel hábito dañino o cumplir con todas nuestras metas. No, Dios quiere que estemos contentos ahora mismo cualquiera que sea nuestra condición.

La alegría es una decisión. Al despertar por la mañana, debemos decidir si estaremos contentos y disfrutaremos del día o si estaremos tristes y lo pasaremos con una mala actitud. Es nuestra decisión. Si cometemos el error de permitir que nuestras circunstancias dicten nuestra felicidad, entonces corremos el riesgo de perdernos la vida abundante que Dios tiene para nosotros.

Podemos estar pasando por un momento difícil, o tener obstáculos grandes en nuestro camino, lo cual son buenas razones para estar infelices o tristes, pero estando tristes no cambiará ni mejorará nada. Una actitud negativa y áspera tampoco mejorará nada. ¡Mejor decidamos estar contentos y disfrutar la vida que Dios nos ha dado! Al hacer esto, nos sentiremos mejor, y nuestra fe causará que el Señor haga milagros en nuestra vida. Él sabe que tenemos dificultades, luchas y retos, pero nunca fue su intención que viviéramos en una “montaña rusa”, un día arriba y el otro abajo. Quiere que vivamos consistentemente y que disfrutemos de cada día de nuestra vida.

Para hacer esto, tenemos qué dejar de preocuparnos por el futuro, y dejar de preguntarnos cómo saldrá todo. Vivamos un día a la vez; mejor aún, hagamos que este momento cuente. Aunque es bueno tener un punto de vista panorámico, establecer metas, fijar presupuesto y hacer planes, no es bueno vivir siempre en el futuro porque nunca disfrutaremos realmente del presente como el Señor quiere que lo hagamos.

#### **Dios es quien supe**

Cuando nos fijamos demasiado en el futuro, muchas veces terminamos frustrados porque no sabemos lo que viene por delante, y esta incertidumbre aumenta nuestro nivel de estrés y crea un sentimiento de inseguridad en nosotros. Pero debemos entender que Dios nos da la gracia para vivir el día de hoy, y nos dará la necesaria para mañana. Al llegar al mañana, tendremos la fuerza que necesitaremos, Él nos dará lo que nos hace falta, pero si nos preocupamos del mañana ahora, lo más seguro es que nos veremos frustrados y desanimados.

Tenemos qué aprender a vivir un día a la vez. Usando nuestra voluntad escojamos disfrutar de la vida ahora mismo porque es demasiado corta como para no disfrutarla cada día. Aprendamos a disfrutar de nuestra familia, amigos, salud, trabajo; disfrutemos toda nuestra vida. El gozo es una decisión que se toma, no es una emoción que se siente. Claro que todos hemos pasado por momentos en la vida cuando algo malo nos ha sucedido, o cuando algo no sale como habíamos esperado, pero allí es cuando tenemos qué tomar la decisión de ser felices a pesar de nuestras circunstancias.

#### **Que los retos no roben tu felicidad**

Muchos vivimos un estado constante de confusión. Siempre molestos, frustrados, siempre con algún reto importante que no nos permite ser felices. No podemos dormir en la noche porque estamos demasiado preocupados; no nos gustan las personas con las que trabajamos; nos molestamos por cualquier cosa insignificante.

Cuando estamos en un embotellamiento o cuando algo no se hace como queremos, se nos amarga el día y nos enojamos.

### **Vivir una vida en paz**

Aprender a vivir una vida de paz es extremadamente importante, y para hacer eso, tenemos qué ser flexibles y estar dispuestos a hacer ajustes o cambios. Cuando nos suceda algo que normalmente nos enojaría, tenemos qué ser firmes en nuestra decisión de no permitir que eso robe nuestra paz, que gobernaremos sobre nuestras emociones y no nos permitiremos estar frustrados o molestos. Tenemos qué tomar la decisión de vivir en la paz de Dios. *Jesús dijo: “La paz os dejo, mi paz os doy; yo no os la doy como el mundo la da. No se turbe vuestro corazón, ni tenga miedo.” Juan 14:27*

En muchas ocasiones, no son las cosas importantes o grandes las que nos molestan, sino son las pequeñeces las que nos frustran, y si no aprendemos a tratar con las cosas pequeñas, terminarán siendo cosas grandes.

Dios nos da Su paz en nuestro corazón, pero nos toca a nosotros usarla. Tenemos qué aprender a usar Su paz sobrenatural, especialmente en los momentos de presión. Tenemos qué escoger mantenernos alegres.

Cuando nos sucedan las cosas negativas, nada cambiará sin importar cuánto podamos deprimirnos o estar tristes.

La Biblia dice en el libro de *Santiago 4:14* “...¿qué es nuestra vida? Ciertamente es neblina que se aparece por un poco de tiempo, y luego se desvanece.”

### **No desperdices tu tiempo**

La vida pasa volando, así que no malgastemos otro momento de nuestro valioso tiempo estando enojados, descontentos o preocupados. El salmista dijo: *“Este es el día que hizo Jehová; Nos gozaremos y alegraremos en él.” Salmos 118:24*. No dijo que mañana estaría alegre, ni que lo haría la semana entrante cuando no tuviera tantos problemas, entonces se gozaría. No, él dijo: *“Este es el día que Dios quiere que esté feliz.*

Muchos estamos esperando que el Señor cambie nuestra situación. Eso puede sonar muy bien, pero la verdad es que Él está esperando que nosotros cambiemos nuestra actitud y comencemos a disfrutar el punto donde estamos en este momento, Dios llegará y comenzará a hacer una obra en nuestra vida. Si siempre estamos esperando que algún acontecimiento nos haga felices, nos pasaremos toda la vida esperando, pues siempre habrá algo que “no estará del todo bien”, siempre tendremos alguna razón para no estar contentos.

### **Ser Agradecido**

No desperdiciemos lo que Dios ya nos ha dado, mantengamos una actitud de agradecimiento, veamos lo mejor en cada persona y situación, y aprendamos a ser felices en el lugar en que nos encontremos. Aquí está la clave: hagamos la diferencia. Puede ser que no estemos en el lugar que deseáramos estar hoy, quizá no tengamos el matrimonio perfecto, o el trabajo perfecto; o las cosas no salieron exactamente como las habíamos esperado, pero tenemos qué tomar una decisión de aprender a ser felices a pesar de las circunstancias. Dios transformará nuestra situación si mantenemos una actitud diferente.

La Biblia nos enseña que debemos vivir la vida abundante, quitemos las cosas que nos están robando que vivamos como Dios quiere. Recordemos que el sabio Salomón dijo: *“El corazón alegre constituye buen remedio; Mas el espíritu triste seca los huesos.” Proverbios 17:22*