



Estudio Para Grupos de Crecimiento

ESTUDIO 1372

Brisas

SÍ, ¡PUEDES CAMBIAR!

“De modo que si alguno está en Cristo, nueva criatura es; las cosas viejas pasaron; he aquí todas son hechas nuevas.” 2 Corintios 5:17

Al aconsejar personas, casi siempre surge una pregunta común: ¿Crees que realmente puedas cambiar? A menudo lo que dicen es: “Sí, creo que puedo cambiar. Pero no quiero tener esperanzas otra vez y verlas aplastadas. Quiero cambiar, pero me da miedo intentarlo”.

¿Por qué a las personas nos asusta el cambio? ¿Por qué nos da miedo intentarlo?

Primero, hay cierta “estabilidad” al vivir sin cambiar aún con nuestros dolores y problemas. Existe una comodidad extraña en lo familiar, aunque sea doloroso. Cuando hacemos un cambio, rompemos con nuestra estabilidad. Por ejemplo, ¿por qué algunas mujeres se casan con hombres iguales a sus críticos y abusivos padres? Porque es lo que mejor conocen. Se sienten cómodas.

Pero el cambio es parte de la vida. Es inevitable. Nuestro enemigo no es el cambio en sí, sino el no creer en la posibilidad de que suceda.

Otros tememos cambiar porque lo vemos como el reconocimiento de un error. Para poder cambiar tenemos que confesar ante nosotros mismos, y quizá ante otras personas: “La forma en que he estado viviendo es incorrecta”. Odiamos confesar que estamos equivocados.

Pero realmente es un signo de madurez reconocer que queremos que nuestra vida sea diferente. Cambiar significa que deseamos que el presente sea diferente al pasado, que nos estamos preparando para el futuro, que nos estamos adaptando a nuevas situaciones y que deseamos crecer. Hoy podemos convertirnos en personas del mañana en vez de personas del ayer. Esa es una perspectiva madura sobre la vida de quienes reconocemos que hemos sido elegidos para tener una vida de bendición.

Escuchémonos hablar

Al crecer y buscar el cambio, puede ser que necesitemos modificar ciertas actitudes negativas, así como formas de hablarnos a nosotros mismos y adoptar otras que nos ayudarán a aproximarnos al reto de cambiar desde una posición firme. A continuación, algunos ejemplos de frases que pueden tratar de deslizarnos y dañar nuestro compromiso a cambiar: “No puedo...” “Eso es un problema” “Nunca...” “¿Por qué la vida es así?” “Si tan sólo...” “La vida es una gran lucha” “¿Qué haré?”

Estas son “frases víctimas”. Al utilizarlas, reforzamos el control que los problemas o las heridas tienen sobre nuestra vida. Cada vez que pensamos o decimos alguna de ellas, subconscientemente comenzamos a creerlas y a hacerlas realidad. A la larga nos hacemos creer que representan la verdad, de modo que nos convertimos en víctimas de nuestras creencias.

Consideremos lo que sucede cuando cambiamos “frases víctimas” por palabras que expresan mejor nuestra posición que Dios nos ha dado.

“No puedo” ¿Cuántas veces al día decimos estas palabras? ¿Las hemos contado? ¿Nos damos cuenta de que son inspiradas por algún tipo de incredulidad, temor o falta de fe? Pensémoslo. Estos tres factores a menudo nos impiden avanzar en nuestra vida.

¿Qué debemos declarar?

Filipenses 4:13 “*Todo lo puedo en Cristo que me fortalece.*”

Josué 1:9 “*Mira que te mando que te esfuerces y seas valiente; no temas ni desmayes, porque Jehová tu Dios estará contigo en dondequiera que vayas.*”

“Eso es un problema”. En algunas ocasiones en vez de decir “Eso es un problema”, decimos “Él es un problema” o “Ella es un problema”. Los que vemos las complicaciones de la vida como

problemas o cargas, estamos sumergidos en temor y en desesperanza. Pero con cada obstáculo viene una oportunidad de crecer y aprender, si mantenemos la actitud correcta.

¿Qué debemos declarar? **Romanos 8:28** *“Y sabemos que a los que aman a Dios, todas las cosas les ayudan a bien, esto es, a los que conforme a su propósito son llamados.”*

“Nunca...” Esta “frase víctima” es el ancla del estancamiento en nuestra vida. Es el signo del rendimiento incondicional a lo que existe o ha existido en ella. No nos da a nosotros ni a Dios una oportunidad. En su lugar digamos: “Nunca había considerado eso antes” o “No lo he intentado, pero estoy ansioso de hacerlo”; y abramos la puerta al crecimiento personal y espiritual.

¿Qué debemos declarar? **Romanos 8:37** *“Antes, en todas estas cosas somos más que vencedores por medio de aquel que nos amó.”* **Hebreos 12:1-2** *“Por tanto, nosotros también, teniendo en derredor nuestro tan grande nube de testigos, despojémonos de todo peso y del pecado que nos asedia, y corramos con paciencia la carrera que tenemos por delante, puestos los ojos en Jesús, el autor y consumador de la fe, ...”*

“¿Por qué la vida es así?” Esta es una respuesta normal a los profundos dolores y sobresaltos repentinos de la vida. Algunas personas experimentamos dolor y decepción una vez tras otra en nuestra vida. Otros experimentamos un gran contratiempo y decidimos permanecer en nuestras paralizantes consecuencias sin recuperarnos.

¿Qué debemos declarar? **Juan 16:33** *“Estas cosas os he hablado para que en mí tengáis paz. En el mundo tendréis aflicción; pero confiad, yo he vencido al mundo.”*

“Si tan sólo...” Esta frase nos hace personas del ayer, prisioneras de sueños perdidos. La escuchamos decir constantemente a personas en consejería que están estancadas en sueños o en esperanzas no realizadas. Se mantienen a sí mismos embotellados con sus “si tan sólo”.

¿Qué debemos declarar?

“La vida es una gran lucha” Esta frase víctima refuerza las dificultades de la vida. Las luchas pueden y deben ser cambiadas en aventuras. Sí, tomará trabajo, pero habrá bendición.

¿Qué debemos declarar? **Josué 1:9** *“Mira que te mando que te esfuerces y seas valiente; no temas ni desmayes, porque Jehová tu Dios estará contigo en dondequiera que vayas.”*

“¿Qué haré?” Esta pregunta es un grito de desesperación acompañado de temor al futuro y a lo desconocido. En su lugar digamos: “No sé lo que puedo hacer en este momento, pero sé que puedo arreglármelas. Gracias Señor porque no tengo que enfrentar esto yo solo (Dios está con nosotros). Puedo aprender y convertirme en una persona diferente”. Recordemos las estimulantes palabras en **Filipenses 4:13**: *“Todo lo puedo en Cristo que me fortalece”*. **Mateo 28:20** *“...y he aquí yo estoy con vosotros todos los días, hasta el fin del mundo. Amén.”*

Jesucristo, el agente del cambio

El cambio es posible cuando tenemos nuestra esperanza en Dios. ¿Por qué? Porque la fe es una vida de cambio interno y continuo que nos afecta exteriormente. Permitirle que cambie nuestro interior es el punto de inicio. **Apocalipsis 3:20** *“He aquí, yo estoy a la puerta y llamo; si alguno oye mi voz y abre la puerta, entraré a él, y cenaré con él, y él conmigo.”* Pablo escribió: *“Hijitos míos, por quienes vuelvo a sufrir dolores de parto, hasta que Cristo sea formado en vosotros.”* **Gálatas 4:19**. Debemos permitir que Jesús viva en y a través de nosotros. Cuando nos aferremos al hecho de que Cristo está trabajando dentro nuestro, nuestra esperanza renacerá por los cambios que deseamos hacer.

Debemos vestirnos del nuevo hombre desde adentro. Podemos hacerlo porque Dios ha puesto entre nosotros a Jesucristo. Permitamos que obre en nuestro interior.

¿Cuál puerta en nuestra vida tenemos que abrir hoy para permitir que Él obre? ¿De qué forma podemos ser nuevos hoy? ¿Cómo reconocer nuestros errores y decidir pedir perdón? ¿Cómo puede renovarse, nuestra mente, nuestro interior y la influencia de las experiencias pasadas? ¿Cómo podemos mejorar nuestra vida el día de hoy?