



## PAZ EN UN MUNDO LLENO DE TENSION

Esta es la segunda parte de nuestra serie EL PODER QUE TRANSFORMA TU VIDA. Todos queremos tener tranquilidad mental. Sin embargo, la mayoría de nosotros, tenemos que admitir que experimentamos más tensión que paz. La tensión es un factor desafortunado de la vida. Actualmente todos están sufriendo de tensiones. Todos están tensos. Hace casi 3000 años el rey Salomón escribió en **Proverbios 14:30** *“El corazón apacible es vida de la carne; Mas la envidia es carcoma de los huesos.”* La Biblia tiene mucho que decir acerca del estrés, pero tiene mucho más que decir acerca del antídoto para es estrés: que es la paz mental. ¿Qué es la paz?

### Usted necesita tres tipos de paz

**1º Necesita la paz Espiritual.** La paz espiritual es la paz con DIOS. **Romanos 5:1** dice: *“Justificados, pues, por la fe, tenemos paz para con Dios por medio de nuestro Señor Jesucristo;”* Tenemos que tener paz con DIOS antes que podamos tener otra clase de paz. Para encontrar esa paz solo hay un camino y es a través de JESUCRISTO. **Juan 14:6** *“Jesús le dijo: Yo soy el camino, y la verdad, y la vida; nadie viene al Padre, sino por mí.”*

**2º Necesita la paz Emocional.** La paz emocional es la paz de DIOS. Primero debemos de tener paz con DIOS, que es la paz espiritual, para poder tener la paz de DIOS que es la paz emocional. **Colosenses 3:15** *“Y la paz de Dios gobierne en vuestros corazones, a la que asimismo fuisteis llamados en un solo cuerpo; y sed agradecidos.”* Aquí la palabra gobernar se traduce como arbitrar. Este versículo nos dice que debemos permitir que la paz de DIOS sea el árbitro en nuestras vidas. Un árbitro lo que es mantener la paz en juego para que se desenvuelva de manera tranquila y ordenada. DIOS quiere darte ese árbitro interno que te mantenga en paz aunque todo parezca estar en caos.

**3º Necesita la paz Relacional.** O sea paz con otras personas. Esto es lo que la Biblia llama paz con los hombres. **Romanos 12:18** *“Si es posible, en cuanto dependa de vosotros, estad en paz con todos los hombres.”* La paz relacional reduce los conflictos. Las relaciones pueden llegar a ser fuentes de tensión. Los problemas más grandes tienen que ver con la gente: llevarse bien con el jefe, con la familia, el novio o la novia... la competencia, las críticas pueden robar nuestra paz. Todos necesitamos la paz espiritual, la paz emocional y la paz relacional.

¿COMO PODEMOS ENCONTRAR PAZ? = **Entienda la promesa de paz de DIOS.** JESÚS nos prometió en **Juan 14:27** *“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.”* La paz de JESÚS es un don. No podemos ganarla. No podemos programarnos para esa paz, es un regalo que simplemente aceptamos. La paz de JESÚS es diferente de la que el mundo da. La paz



# Iglesia Cristiana Nueva Vida con Propósito

Cartago, Costa Rica  
www.iglesianuevavidacr.com

mundial es una frágil. Alguien calculó que en los últimos 3500 años el mundo solo ha tendido 286 años de paz. Y eso es porque la paz del mundo es temporal. La paz de DIOS no está relacionada a las circunstancias. La paz de DIOS nos permite estar tranquilos en medio de los problemas.

¿Cómo obtenemos esta paz? Veamos tres claves para adquirir la paz perfecta de DIOS

**1. Obedezca los principios de DIOS.** Si queremos paz debemos obedecer los Principios de DIOS que se encuentran en la Biblia. **Salmo 119:165 y 167** *“<sup>165</sup>Mucha paz tienen los que aman tu ley, Y no hay para ellos tropiezo”* *“<sup>167</sup>Mi alma ha guardado tus testimonios, Y los he amado en gran manera.”* Si unimos estos dos versículos y los analizamos veremos que DIOS nos dice que la paz viene cuando vivimos en armonía con ÉL y cuando hacemos lo que ÉL nos dice que hagamos. Es así de sencillo, si quiere tener paz obedezca los principios de DIOS. Tenemos la opción de concentrarnos en los problemas o concentrarnos en DIOS que es la solución a nuestros problemas. **Corrie Ten Boom**, dice: **“Mientras más oscura sea la noche que nos rodea, más brillante y más verídica y más hermosa arderá la Palabra de DIOS”**

**Rick Warren** dice: **“Si miras al mundo te angustiarás; si buscas dentro del mundo te deprimirás; si miras a CRISTO, descansarás.”** En lo que tú te concentres determinará tu nivel de paz personal. Concéntrate en la presencia de DIOS; DIOS está contigo y prometió que nunca te abandonará. Ponerse tenso es una clara indicación de que hemos quitado nuestros ojos de DIOS y los pusimos en las circunstancias. Recuerde que la tensión es la forma que DIOS usa para decirnos que pongamos nuestros ojos en ÉL. **Salmo 46:1** dice: *“<sup>1</sup>Dios es nuestro amparo y fortaleza, Nuestro pronto auxilio en las tribulaciones.”* Pero más adelante en el verso 10 dice: **Salmo 46:10** *“Estad quietos, y conoced que yo soy Dios;”* Estos versículos son muy interesantes porque fueron escritos después de la muerte de David, durante el reinado de Ezequías, cuando los Asirios tenían rodeada Jerusalén y los israelitas estaban prácticamente derrotados. **(Isaías 37)** Este Salmo nos dice dos cosas acerca de recibir la ayuda de DIOS en los tiempos difíciles.

**La primera:** Es quedarse quieto cuando tenemos problemas. La mayoría de nuestros problemas vienen de nuestra dificultad para estarnos quietos. ¿Cuándo fue la última vez que se sentó quieto y se concentró en el SEÑOR? La prisa es la muerte de la oración.



# Iglesia Cristiana Nueva Vida con Propósito

Cartago, Costa Rica

www.iglesianuevavidacr.com

**La segunda:** Reconozcan que yo soy DIOS. ¿Sabía usted que en el centro de los huracanes o tormentas hay un lugar tranquilo al que le llaman el ojo? Igual sucede con usted, aunque todo a su alrededor parece derrumbarse, hay un centro tranquilo en su vida. Estece quieto y obedezca los principios de DIOS. Concéntrese en la presencia de DIOS. Y experimentará lo que dice **Filipenses 4:7** *“Y la paz de Dios, que sobrepasa todo entendimiento, guardará vuestros corazones y vuestros pensamientos en Cristo Jesús.”*

**2. Confíe en los propósitos de DIOS.** Aún cuando las cosas no tienen sentido, debemos confiar en los propósitos de DIOS. **Proverbios 3:5-6** *“<sup>5</sup>Fíate de Jehová de todo tu corazón, Y no te apoyes en tu propia prudencia. <sup>6</sup>Reconócelo en todos tus caminos, Y él enderezará tus veredas.”* Mientras estés tratando de descifrar porque suceden las cosas estarás tenso. Hay personas que dicen que cuando por fin dejaron de tratar de entender por qué DIOS permitió que sucediera algo y comenzaron a confiar en él, entonces tuvieron paz. No tengo que entender el porqué ni el cómo ni tampoco el cuándo DIOS hace lo que hace, todo lo que tengo que hacer es confiar en DIOS para experimentar su paz. Tenemos que confiar en DIOS con nuestras vidas y con las vidas de nuestros seres queridos.

Proverbios 3:5-6 nos insta a confiar en DIOS y a no depender de nuestra propia prudencia. También nos recuerda que reconozcamos a DIOS. Reconocer a DIOS significa aceptar el hecho de que DIOS controla soberanamente el universo, es aceptar que DIOS tiene el control y que ÉL no se equivoca. Lo único que DIOS espera de usted es que confíe en ÉL sin tratar de descifrarlo todo. Si confiamos en el SEÑOR, ÉL dirige nuestro camino. El apóstol Pablo aprendió esta lección. Él tenía paz porque sabía que DIOS dirigía su vida. Estando prisionero en Roma Pablo escribió estas extraordinarias palabras: **Filipenses 4:12** *“<sup>12</sup>Sé vivir humildemente, y sé tener abundancia; en todo y por todo estoy enseñado, así para estar saciado como para tener hambre, así para tener abundancia como para padecer necesidad.”* Y en el **verso 13** nos dice el secreto **Filipenses 4:13** *“<sup>13</sup>Todo lo puedo en Cristo que me fortalece.”*

Si usted observa bien estos versículos verá que Pablo tuvo que aprender no nació así, el aprendió a confiar en DIOS. El lugar más seguro y más sereno para estar es en el centro de la Voluntad de DIOS. Si quieres aprender lo que es paz en medio la presión o los problemas, te recomiendo que leas (**LUCAS 8:22-25** y **HECHOS 12 6-11**)

**3. Pida la paz de DIOS.** Si queremos paz, debemos pedirla. **Filipenses 4:6-7** *“<sup>6</sup>Por nada estéis afanosos, sino sean conocidas vuestras peticiones delante de Dios en toda oración y ruego, con acción de gracias. <sup>7</sup>Y la paz de Dios, que sobrepasa todo entendimiento, guardará vuestros corazones y vuestros pensamientos en Cristo Jesús.”* Observe bien el orden: primero oración y después paz. Aquí hay una relación de causa y efecto. La oración es la causa, paz es el efecto. Si usted se está preocupando mucho posiblemente es porque no está orando. La preocupación es lo opuesto a la paz. La preocupación ahoga su vida. JESÚS lo explicó en la parábola del sembrador en **Lucas 8:14** *“La que cayó entre espinos, éstos son los que oyen, pero yéndose, son ahogados por los afanes y las riquezas y los placeres de la vida, y no llevan fruto.”* Cuando la presión aumente, no se asuste, ore.



# Iglesia Cristiana Nueva Vida con Propósito

Cartago, Costa Rica

[www.iglesianuevavidacr.com](http://www.iglesianuevavidacr.com)

---

La oración es un tremendo liberador de estrés. Convierta sus preocupaciones en oraciones. Los psicólogos dicen que para controlar las tensiones necesitamos un oyente incondicional para descargarnos, como una mascota, un muñeco, etc. Pero quien mejor que DIOS para depositar nuestras queja.

**1Pedro 5:6-7** *“Humillaos, pues, bajo la poderosa mano de Dios, para que él os exalte cuando fuere tiempo; <sup>7</sup>echando toda vuestra ansiedad sobre él, porque él tiene cuidado de vosotros.”* Dígale sus cosas a DIOS el no se va ha asustar de lo que usted le pueda decir. Los psicólogos tienen la idea correcta; pero tal vez no conocen a la persona correcta para hablar nuestros asuntos. La oración es hablar con DIOS. Reconozca que DIOS domina su vida **Juan 14:1** *“No se turbe vuestro corazón; creéis en Dios, creed también en mí.”* Usted no experimentará la confianza o la paz perdurable hasta que JESUCRISTO esté a cargo de su vida. La paz no es una vida sin problemas; es un sentido de calma en medio de las tormentas de la vida. ¿Qué le está robando su paz hoy? Usted puede hablarle a CRISTO de todas esas cosas. ¿Cuál es su mayor temor? ¿Soledad, temor al fracaso, muerte, enfermedad cambios? Ore y el maravilloso resultado de su oración será la paz.