

## Errores de un agotado

---

**Texto:** 1<sup>a</sup> Reyes 19:1-18

### Introducción:

Desde que el hombre es hombre ha lidiado con la tristeza, el cansancio, el agotamiento, la depresión. Muchas veces resultado del propio desgaste de la vida y de nuestra condición limitada, humana. Otras, agravada por malas decisiones, cabezonerías o errores diversos. En otros casos provocado por decisiones de otros que nos afectan llegamos al cansancio al agotamiento, la tristeza y hasta a la depresión.

Sea como sea hay un aspecto que concierne a ¿Cómo gestionamos o procesamos el desgaste, el cansancio, el agotamiento que resulta de estar vivos?

La persona agotada es más vulnerable a la depresión y el deprimido cambia su manera de ver: ve todo en blanco y negro, pierde la perspectiva y adopta lo que llamamos “visión de túnel”, adopta un filtro catastrofista en la interpretación de su realidad, pierde el tono muscular y asume la derrota como única posibilidad... en casos más extremos entra en la patología llegando a la ideación planificación o incluso acción suicida. En estos casos es muy recomendable la ayuda profesional y médica.

La Biblia registra diversas historias de hombres y mujeres que enfrentaron el agotamiento la tristeza y hasta la depresión: Job, David, el apóstol Pablo y hasta el mismo Jesús enfrentaron el cansancio el agotamiento y hasta la amenaza de la depresión.

Esta es una realidad que afecta tanto a personas como colectivos. Hay familias, grupos, comunidades que después de muchos años de lucha y esfuerzo caen en el agotamiento y se enfrentan ante tentación de la apatía el abandono y la depresión.

¿Hay alguna posibilidad de romper esta inercia? ¿Podemos salir de este pozo de tristeza?

**O.T:** La experiencia del profeta Elías nos puede ayudar a lidiar con el cansancio la tristeza el agotamiento y la depresión.

**LECTURA BÍBLICA:** 1<sup>a</sup> Reyes 19:1-18

¿Qué errores tendemos a cometer bajo el cansancio el agotamiento y la depresión y cómo interviene Dios?

### I. Nos desenfocamos de Dios para hacerlo en nosotros y en nuestras circunstancias

- a. Damos crédito a la voz del enemigo “entonces envió Jezabel a Elías un mensajero diciendo...”
- b. Nos erigimos en nuestros propios salvadores “Viendo pues el peligro se levantó y se fue para salvar su vida...”
- c. Tomamos decisiones sin contar con Dios.

Cuando nuestra referencia de verdad y nuestra fuente de acción deja de ser Dios, su Espíritu y su verdad evidenciamos que nos hemos desenfocado de Dios. A partir de allí corremos serio riesgo de emprender caminos de alejamiento y dolor.

### II. Adoptamos un comportamiento errático y contradictorio

- a. Huye para salvar su vida y la vez le pide a Dios la muerte.

b. Protege a su criado y a la vez lo deja solo.

c. Moviliza al pueblo al arrepentimiento y abandona su lugar de líder espiritual.

La Palabra de Dios nos advierte reiteradamente acerca de este comportamiento errático y contradictorio:

Salmos 1:6 "Porque Jehová conoce el camino de los justos; más la senda de los malos perecerá"

Proverbios 4:18-19 "Mas la senda de los justos es como la luz de la aurora, que va en aumento hasta que el día es perfecto.

19 El camino de los impíos es como la oscuridad;

No saben en qué tropiezan.

### **III. Nos dejamos seducir hacia la soledad y el aislamiento**

a. Se separa de su criado.

b. Se sumerge en el sueño como una forma de apagarse, de huir de la vida.

c. Le llega a pedir a Dios que le quite la vida.

d. Aún en el monte de Horeb busca una cueva donde esconderse.

Hay una soledad sana y una insana. No es lo mismo soledad que aislamiento. Todos necesitamos tiempos de silencio meditación e intimidad.

### **IV. Arribamos a conclusiones equivocadas e injustas sobre nosotros, nuestros semejantes e incluso sobre Dios**

a. Distorsiona quién, por qué y con qué recursos hizo lo que hizo.

b. Se asume como el único fiel (¿y su criado?, ¿Y Abdías el mayordomo de Acab?, ¿Y los siete mil?

c. De forma velada responsabiliza a Dios de su situación.

### **V. Nos olvidamos de que Dios es soberano y sigue sentado en su trono**

a. El Señor no se molesta en convencerlo ni argumenta con él respecto de sus emociones, pensamientos y conclusiones.

b. El Señor se vale de una manifestación discreta, silenciosa, íntima, profunda: "UN SILBO APACIBLE Y DELICADO"

- "Sal fuera y ponte en el monte delante de Jehová" 19:11

- El Señor le pregunta por 2ª vez: "¿Qué haces aquí Elías?"

c. El Señor lo reconduce, lo promueve, lo reinserta en el llamado y en el propósito que tenía para él y por medio suyo: "Vé, vuélvete por tu camino, por el desierto de Damasco; y llegarás, y ungirás a Hazael por rey de Siria. A Heh'yu hijo de nimsi ungirás por rey sobre Israel; y a Eliseo y de Safat, de Abel-mehora, ungirás para que sea profeta en tu lugar. Y al que escapare de la espada de Hazael, Jehú lo matará; y al que escapare de la espada de Jehú, Eliseo lo matará. Y yo haré que queden en Israel siete mil, cuyas rodillas no se doblaron ante Baal, y cuyas bocas no lo besaron".

- No al victimismo.

- No a la auto-conmiseración.

- No a la cobardía.

**Conclusión:**

Salgamos de nuestras cuevas y volvamos a nuestro puesto de servicio en la familia, en la iglesia, en la sociedad. Sólo de ese modo seremos librados de la depresión para vivir en las alturas de la comunión con Dios y de servicio para su gloria.

Isaías 40:29-31

29 El da esfuerzo al cansado, y multiplica las fuerzas al que no tiene ningunas. 30 Los muchachos se fatigan y se cansan, los jóvenes flaquean y caen; 31 pero los que esperan a Jehová tendrán nuevas fuerzas; levantarán alas como las águilas; correrán, y no se cansarán; caminarán, y no se fatigarán.

Mateo 11:28-30

Venid a mí todos los que estáis trabajados y cargados, y yo os haré descansar. 29 Llevad mi yugo sobre vosotros, y aprended de mí, que soy manso y humilde de corazón; y hallaréis descanso para vuestras almas; 30 porque mi yugo es fácil, y ligera mi carga.

Sal. 42:5

¿Por qué te abates, alma mía, dentro de mí?

Espera en Dios, porque aún he de alabarle, ¡salvación mía y Dios mío!

*Daniel Rodríguez.*

*Palma, 12.09.21*