

Estimuladores del Espíritu

POR NORMAN VINCENT PEALE



Guideposts
Outreach
PUBLICATIONS

GUIDEPOSTS OUTREACH

Guideposts, fundado en 1945 por el Dr. Norman Vincent Peale y su esposa, Ruth Stafford Peale, es un ministerio interreligioso sin fines de lucro dedicado a ayudar a las personas de todos los niveles de vida a lograr su máximo potencial personal y espiritual. Sus programas y productos inspiradores tienen como base fundamental dos convicciones: las historias verdaderas son maneras poderosas de motivar a la gente a llevar una vida mejor y la fe en Dios puede ser reforzada aplicando verdades espirituales a la vida diaria.

Guideposts Outreach se esfuerza en cumplir nuestra misión al proveer publicaciones inspiradoras gratuitas a personal militar y a hospitales, hogares de ancianos, iglesias, establecimientos penales y otras organizaciones que sirven al público. Además, invitamos a nuestros lectores a que nos envíen sus pedidos de oraciones –por teléfono o por correo postal o electrónico. Cada día hábil, el personal y los voluntarios de Guideposts oran para que se satisfagan las necesidades de cada persona en particular.

Para obtener más información en inglés sobre Guideposts Outreach, por favor visite GuidepostsFoundation.org

Esta publicación es un ministerio de la división de ayuda pastoral de Guideposts (Guideposts Outreach), la cual distribuye publicaciones inspiradoras, gratuitamente, a organizaciones que ayudan a los necesitados. Le agradecemos su apoyo y apreciamos sus donaciones.

Copyright © 2011 Guideposts Outreach. Reservados todos los derechos. Las citas bíblicas indicadas con NVI se han extraído de la Nueva Versión Internacional Copyright © 1999 Bíblica. Las otras citas bíblicas se han extraído de La Biblia de Estudio – Dios Habla Hoy Copyright © 1994 Sociedades Bíblicas Unidas. Título del original en inglés: *Spirit Lifters*

CRÉDITOS: FOTOGRAFÍAS: Shutterstock

Impreso en EE. UU.

Permite que estos ESTIMULADORES DEL ESPÍRITU irenueven tu vida!

¿Alguna vez te has sentido desanimado? La pérdida del interés en la vida a menudo es causada por el estrés, la tensión y la ansiedad. Al decaer la energía, se pierde el interés en las cosas, los sucesos y las situaciones de la vida.

A veces una persona experimenta una serie de golpes crueles –el fallecimiento de un ser querido, la decepción, los problemas de dinero, los malos tratos de algún tipo u otro. Estos golpes socavan el ánimo que sostiene el amor a la vida.

Cómo estimular el ánimo, el espíritu, para ser eficientes y felices... ése es el reto.

En este librito encontrarás 31 versículos de la Biblia, uno para cada día del mes. Se han seleccionado porque pueden eliminar las actitudes de desaliento y depresión.

Lee este librito de punta a punta para recibir su impacto total.

Memoriza un “Estimulador del Espíritu” cada día. Repite el pasaje bíblico varias veces al día.

Finalmente, colma tu mente con estos pensamientos creativos y dinámicos que te cambiarán la vida. Lenta pero indudablemente, ieste proceso te estimulará el espíritu!



NORMAN VINCENT PEALE

ESTIMULADOR 1 DEL ESPÍRITU

El poder dentro de ti

Desarrolla el poder que tienes dentro de ti y ya no serás la víctima de un espíritu deprimido.

¿Y qué es este poder interno? Simplemente la capacidad de tener fe. En la medida en que desarrolles esta facultad, dominarás las frustraciones de tu vida. El gran reto es aprender a tener fe.

Esto se manifiesta en uno de los pasajes más importantes de la Biblia:

*Jesús le dijo: “¿Cómo que ‘si puedes’?
¡Todo es posible para el que cree!”.*

MARCOS 9:23

Aprende a creer y tener fe. Aprende a eliminar las dudas.

Esto se logra mediante la práctica de la afirmación. Afirmas tu fe, piensas en forma positiva, visualizas los logros. Nunca pienses en las dudas. Siempre piensas en la fe.

Este texto afirma que cuando aprendes a creer, a tener fe, la zona de lo imposible se reduce y la zona de lo posible se aumenta enormemente.

Si tienes siempre presente este texto, nunca más volverás a ser víctima del desánimo.

ESTIMULADOR 2 DEL ESPÍRITU

Lo que Jesús hace por ti

Leemos en la Biblia sobre las cosas maravillosas que Jesús hizo por la gente –y deseamos tener la misma experiencia. Por medio de la fe en Jesucristo, muchas personas pudieron alcanzar los más asombrosos logros, o fueron rescatadas de situaciones tristes u obtuvieron formidables poderes nuevos para sobrellevar las dificultades.

En forma más bien triste nos preguntamos: “¿Por qué eso no me sucede a mí?”

Pues, sí, puede sucederte a ti, y como prueba te sugiero meditar acerca de este formidable *Estimulador del Espíritu*:

Jesucristo es el mismo ayer, hoy y siempre.

HEBREOS 13:8

La verdad que aquí se expresa es que Jesús nunca cambia. Él es un factor invariable en un mundo variable. Él es igual en la actualidad como lo era cuando caminaba por las orillas de Galilea. Él tiene la misma bondad, el mismo poder de sanar, cambiar y mejorar la vida de los hombres. Él es el mismo restaurador de la valentía, y el mismo renovador de las almas.

Cualquier cosa que Él haya hecho por algún ser humano, Él puede hacer por ti. Todo depende de que te entregues a Él completamente, y de que tu fe sea sincera.

ESTIMULADOR DEL ESPÍRITU **3** Las mayores bendiciones

¿Cómo puedes satisfacer las necesidades materiales, establecer las relaciones adecuadas y obtener las cosas que contribuyen a una vida plena y tranquila?

Jesús nos dice cómo lograrlo:

Por lo tanto, pongan toda su atención en el reino de los cielos y en hacer lo que es justo ante Dios, y recibirán también todas estas cosas. MATEO 6:33

Jesús nos dice que debemos pensar siempre en el reino de los cielos y en lo que Dios considere justo y correcto. Adopta y practica el pensamiento correcto. El pensamiento correcto, guiado por la inteligencia, es positivo y no negativo, desinteresado y no ego-céntrico, creativo y no destructivo, bondadoso y no lleno de odio.

Adopta estas actitudes y todo lo que necesites para una buena vida se multiplicará para ti.

ESTIMULADOR DEL ESPÍRITU **4** Nunca estás solo

Yo estoy contigo; voy a cuidarte por dondequiera que vayas... No voy a abandonarte sin cumplir lo que te he prometido.

GÉNESIS 28:15

La incertidumbre puede ser atemorizante, pero estas palabras alentadoras demuestran que Dios estará contigo dondequiera que vayas y en cualquier situación en la que te encuentres. Nunca estás solo. Él siempre te ayudará a salir adelante.

ESTIMULADOR 5 La alegría alivia la depresión

Muchos están enfermos porque son básicamente infelices. Para esta afección estas palabras son el remedio:

Buen remedio es el corazón alegre...

PROVERBIOS 17:22

La alegría tiene poder curativo, pero la tristeza enferma. Esta es la razón por la que Jesús nos dice categóricamente que nos alegremos. Aprende a vivir con alegría. Ten una actitud esperanzada y optimista. Ten pensamientos felices, di cosas felices y trae alegría a la vida de los demás. Cuanto más lo hagas, más animado y esperanzado te mantendrás.

ESTIMULADOR 6 La mente limpia eleva el espíritu

Ustedes ya están limpios por las palabras que les he dicho.

JUAN 15:3

Este *Estimulador del Espíritu* nos dice que las palabras de Jesús, cuando se graban y se mantienen en la conciencia pueden quitarte toda culpabilidad. ¿Cómo lo logran? Te perdonan los malos pensamientos y acciones, te sustituyen los pensamientos impuros con pensamientos sanos, te colman la mente con fe, de modo que experimentas un maravilloso lavado de la mente y del alma.

La fealdad del odio se elimina de la mente; todos los pecados son perdonados. La limpieza interna que se obtiene de esta manera es una fuente asombrosa de alegría.

ESTIMULADOR DEL ESPÍRITU 7 **Eres más fuerte de lo que piensas**

Aceptar esta realidad es una de las alegrías más grandes posibles: Eres capaz de cumplir con todas tus responsabilidades. Ser consciente de esto contribuye enormemente a la alegría y a la felicidad. Es difícil enfrentarse cada día a la sensación de incapacidad y debilidad. Con una actitud como ésta, la vida parece ser insoportable, y surge el desaliento.

Éste es el antídoto para un sentimiento tan deprimente:

*No tengas miedo, pues yo estoy contigo;
no temas, pues yo soy tu Dios.
Yo te doy fuerzas, yo te ayudo,
yo te sostengo con mi mano victoriosa.*

ISAÍAS 41:10

Ésta es una promesa muy importante que Dios nos hace. Por más abrumadores que sean tus problemas, no debes temer. No debes dejar que nada te consterne, porque Dios dice que Él te dará fuerzas y te ayudará. De hecho, Él promete que te sostendrá y que te preparará para enfrentar cualquier situación.

Acepta esta gran promesa. Mantén firmemente este versículo en tu conciencia hasta que su vigorosa valentía se esparza por toda tu vida.

ESTIMULADOR DEL ESPÍRITU 8 **Renovado para siempre**

Revitalizar el espíritu es imprescindible, y esto se logra con una fórmula asombrosa:

*Pero el que beba del agua que yo
le daré, nunca volverá a tener sed.
Porque el agua que yo le daré
se convertirá en él en manantial de
agua que brotará dándole vida eterna.*

JUAN 4:14

Toda añoranza del espíritu humano halla satisfacción perdurable en el mensaje vivificante de Jesús. Este mensaje se transforma en una fuente eterna de inspiración constante y autorrenovadora. Por medio del agua de la vida, nuestro espíritu se ve dotado de renovación continua. Nunca volveremos a tener sed.

ESTIMULADOR DEL ESPÍRITU 9 El amor que das es recompensado

Cuando estamos enojados o en conflicto con otras personas, solemos deprimirnos. Te sugiero este remedio:

Ámense como hermanos los unos a los otros, dándose preferencia y respetándose mutuamente.

ROMANOS 12:10

Practica el amor bondadoso. Ten siempre una actitud generosa y paciente. Practica la consideración. Pon a la otra persona antes que a ti. La cortesía tiene un poder increíble para disipar los rencores.

Libera tu corazón de celos y resentimientos. El amor que des será devuelto, y tu espíritu se elevará a niveles más altos.

ESTIMULADOR DEL ESPÍRITU 10 Disminuye la tensión

La tensión es uno de los peores depresivos del espíritu. Cuando piensas y vives a un ritmo acelerado durante mucho tiempo, la energía se agota, dejando el espíritu exhausto y debilitado. La mente necesita una tranquilidad intensa para que la tensión se desvanezca. Este pasaje maravilloso puede producir esta tranquilidad:

Quédense quietos, reconozcan que yo soy Dios...

SALMO 46:10 (NVI)

Esta es una técnica muy eficaz de relajación. “Quédate quieto”, es decir, reduce tu actividad, termina con tus apresuramientos, haz una pausa. No camines ni hables muy rápidamente; de hecho, ino camines ni hables para nada! Quédate quieto, mantente en silencio, permite que la calma te invada. Estás nervioso y por lo tanto momentáneamente incapaz de tener los pensamientos creativos y básicos que podrían reorganizar tus actividades.

Después de haber logrado una actitud de tranquilidad total, descubrirás que los pensamientos maravillosos entonces surgirán sorpresivamente en tu mente. Estarás dispuesto a reconocer que “Él es Dios”, es decir, comprenderás que no puedes hacerlo todo, que el mundo no depende de ti. Además, comprenderás que simplemente tienes que hacer lo mejor que puedas y dejar el resto en manos de Dios. Por medio de este autotratamiento, tu espíritu se elevará.

ESTIMULADOR DEL ESPÍRITU **11** Acepta la bendición del Señor

Nuestro ánimo se eleva cuando aprendemos a aceptar la abundancia de las buenas cosas que Dios quiere darnos. El secreto está en dos versículos:

*Así que yo les digo: Pidan, y se les dará;
busquen, y encontrarán;
llamen, y se les abrirá la puerta.*

*Porque todo el que pide, recibe; el que busca,
encuentra; y al que llama, se le abre.*

LUCAS 11:9-10 (NVI)

Observa que la palabra “pidan” viene inmediatamente seguida por las palabras “se les dará”; que directamente después de la palabra “busquen” viene la palabra “encontrarán”; y que tras la palabra “llamen” viene la seguridad de que “se les abrirá la puerta”. Es para enfatizar que todos los que buscan encuentran, y que a todos los que tocan en la puerta de una casa de abundancia, esta se les abrirá.

Por lo tanto, pide con confianza; luego, visualízate recibiendo ahora. Busca; luego afirma que has encontrado. Toca la puerta; luego ten fe en que la abundancia de Dios está a tu disposición.

Practica aceptar lo que recibes con toda fe. Luego, siente cómo tu ánimo se eleva al reconocer que has recibido las bendiciones de Dios.

ESTIMULADOR DEL ESPÍRITU **12** Descansa y sé feliz

Por lo general, el desánimo se debe a la falta de descanso. Para mantener el espíritu elevado, debes lograr la renovación del cuerpo, la mente y el alma. La fatiga agota la exuberancia. Aprende y acostúmbrate a dormir bien, porque el sueño es el gran restaurador del ánimo.

*Me acuesto y duermo, y vuelvo a despertar,
porque el Señor me da su apoyo.*

SALMO 3:5

Al final del día, simplemente acuéstate y duérmete. Como un niño, cae en un sueño natural y reparador. Luego, despierta –espabilado, deseoso y listo para enfrentar el día. Esta noche cuando vayas a la cama, repite esta oración. Lograrás un sueño apacible y despertarás con el espíritu estimulado.

ESTIMULADOR DEL ESPÍRITU **13** La reanimación del espíritu

Por lo tanto, para que sean borrados sus pecados, arrepíentanse y vuélvanse a Dios, a fin de que vengan tiempos de descanso de parte del Señor.

HECHOS 3:19 (NVI)

Cuando la lluvia trae el milagro de la renovación de la tierra, es un tiempo vivificante, efectivamente, un “tiempo de descanso”. Un proceso similar ocurre en la vida humana. Debido a los malos pensamientos y a los malos comportamientos, la frescura de la mente y del alma decae. Pero cuando hemos cambiado espiritualmente, llegan tiempos vivificantes, “tiempos de descanso”, por medio del Señor. ¡Entonces la vida se vuelve increíblemente inocente, renovada y encantadora!

ESTIMULADOR DEL ESPÍRITU **14** Disipa la ira y mejora el ánimo

La ira abate el espíritu. Se gasta tanta energía al estar enojado que uno se siente, efectivamente, agotado y desanimado. La ira que se contiene, persiste y arde es aun más deprimente porque permite que exista una fuga constante de energía. Por fortuna, hay un método eficaz para corregir esta afección. Te asombrarás al reconocer el dominio personal que brinda.

*La respuesta amable calma el enojo;
la respuesta violenta lo excita más.*

PROVERBIOS 15:1

La próxima vez que sientas que surge la ira, repite este versículo varias veces y observa el efecto. Es uno de los mejores *Estimuladores del Espíritu*.

ESTIMULADOR DEL ESPÍRITU **15** El alma renovada

La carencia de ideas nuevas se debe a la falta de inspiración espiritual. Pero existe un remedio.

*En verdes praderas me hace descansar,
a las aguas tranquilas me conduce.*

SALMO 23:2

Los que viajan por una zona de desiertos se sienten refrescados al llegar finalmente a la zona de las praderas verdes. ¿Qué es lo que marca la diferencia? Es el agua que da vida. En forma similar, la personalidad humana árida se transforma en pradera verde cuando el agua que da vida fluye por la mente y el corazón. El alma es renovada. El espíritu se tranquiliza y disfruta de nueva vitalidad. El ánimo se eleva a nuevas alturas.

ESTIMULADOR DEL ESPÍRITU **16** Cuando te sientas deprimido

Éste es un verdadero *Estimulador del Espíritu*, un renovador de la fortaleza, para usar cuando te sientas deprimido:

*Él da fuerzas al cansado,
y al débil le aumenta su vigor.*

ISAÍAS 40:29

Dios es la fuente de toda la energía –en el sol, en las plantas y en los seres humanos. A través del canal del pensamiento espiritual, Él infundirá nueva energía y fortaleza en ti. Tú lo sentirás física, emocional y mentalmente.

Imagina a nuestro Señor alcanzándote. Afirma que Él te fortalece. Repite este *Estimulador del Espíritu*. Sentirás nuevas fuerzas.

ESTIMULADOR DEL ESPÍRITU **17** Permite que Dios te cuide

Para mantener un buen ánimo, es importante cultivar la actitud de la rendición espiritual. Pon tus intereses, esperanzas y propósitos completamente en las manos de Dios.

Humíllense, pues, bajo la poderosa mano de Dios, para que él los exalte a su debido tiempo. Depositen en él toda ansiedad, porque él cuida de ustedes.

1 PEDRO 5:6-7 (NVI)

Si nos dejamos orientar por Dios, guiados por Su mano poderosa, Él nos exaltará. Él nos ayudará a alcanzar nuestros propósitos y a superar todas las frustraciones. Deposita tus preocupaciones y tu ansiedad en Dios; Él te cuida. ¡Éste es un *Estimulador del Espíritu* supremo!

ESTIMULADOR DEL ESPÍRITU **18** Conoce a Dios y vive

Un médico me dijo que un gran porcentaje de pacientes no necesita medicamentos; necesitan a Dios. Tolstoi dijo: “Conocer a Dios es vivir”.

¿Cómo puedes encontrar a Dios? La respuesta es sencilla:

*Me buscarán y me encontrarán,
cuando me busquen de todo corazón.*

JEREMÍAS 29:13 (NVI)

Di estas palabras una y otra vez hasta que tu mente acepte profundamente el hecho de que Dios entrará en tu vida cuando lo busques con todo tu corazón. Cualquier persona que realmente conoce a Dios es una persona feliz, entusiasmada y llena de vida.

ESTIMULADOR DEL ESPÍRITU **19** No temas nada

El temor atormenta la mente de muchísimas personas. Es una enfermedad paralizadora. Éste es un versículo que ha ayudado a muchas personas:

*El SEÑOR es mi luz y mi salvación,
¿de quién podré tener miedo?
El SEÑOR defiende mi vida,
¿a quién habré de temer?*

SALMO 27:1

El temor siempre está al acecho entre las sombras. Prospera en las tinieblas. Una mente espiritualmente oscurecida es un terreno fértil para los temores aterradores. Permite que la luz ilumine la oscuridad y los temores huirán. Llena la mente de luz, y los temores serán ahuyentados.

Los temores se desarrollan cuando te sientes débil. Pero el Señor te fortalece. ¿El resultado? No le tienes temor a nada.

ESTIMULADOR DEL ESPÍRITU **20** Mente pura y pura alegría

La depresión se debe a veces a la maldad en los pensamientos y en las acciones. Esto causa inquietud y fatiga mental.

*Pero los malos son como un mar agitado,
que no puede calmarse y que arroja
entre sus olas lodo y suciedad.
“Para los malos no hay bienestar.”
Dios lo ha dicho.*

ISAÍAS 57:20-21

La conmoción interna, la inquietud, la agitación, mantienen todas las cosas malas en un estado de suspensión. Las aguas del alma no se pueden calmar. Nadie puede lograr la paz interna hasta someterse a la limpieza interna. Nuestras almas están inquietas hasta que hallan la paz en Dios; entonces conocemos la pura alegría.

ESTIMULADOR DEL ESPÍRITU **21** **Vence la tentación**

Caemos en el desánimo cuando nos rendimos sin resistencia a la tentación. Esta derrota debilita el espíritu; pierdes la sensación intensa de felicidad que disfrutas cuando te encuentras en control total.

Ustedes no han sufrido ninguna tentación que no sea común al género humano. Pero Dios es fiel, y no permitirá que ustedes sean tentados más allá de lo que puedan aguantar. Más bien, cuando llegue la tentación, Él les dará también una salida a fin de que puedan resistir.

1 CORINTIOS 10:13 (NVI)

La manera de superar la tentación es clara: desea sinceramente la ayuda de Dios. Pídela con confianza; ten fe en que la has recibido; actúa como Dios quiere que actúes. Esto te hará feliz y te mantendrá animado.

ESTIMULADOR DEL ESPÍRITU **22** **Dios te cuida siempre**

Permite que las siguientes palabras entren profundamente en tu conciencia, y sentirás la protección de Dios.

Pues él mandará que sus ángeles te cuiden por dondequiera que vayas.

SALMO 91:11

¡Cómo se verá estimulado tu espíritu al sentirte cautivado por la increíble verdad de que nada en este mundo puede hacerte daño! Dios vela por ti para mantenerte sano y salvo. Su increíble bondad te rodea siempre. Vivirás con ánimo elevado al saber que Dios vela por ti.

ESTIMULADOR 23 Él te sana el espíritu DEL ESPÍRITU

El desánimo es causado frecuentemente por una sensación inquietante de insatisfacción y por conflictos no resueltos. Jesús, el Médico habilidoso, sana el espíritu tan fácilmente como cura el cuerpo y el alma. Esto se describe en un maravilloso pasaje:

Y dondequiera que iba, en pueblos, ciudades o caseríos, colocaban a los enfermos en las plazas. Le suplicaban que les permitiera tocar siquiera el borde de su manto, y quienes lo tocaban quedaban sanos.

MARCOS 6:56 (NVI)

Para experimentar Su poder sanador, ríndete a Él de buena voluntad. Da el primer paso, aunque sea tímidamente. Él responderá con la milagrosa habilidad que te sana el cuerpo, la mente y el alma. ¡Cómo mejorará tu ánimo al sentir la profunda sensación interna de estar sano!

ESTIMULADOR 24 Ama la vida y vívela bien DEL ESPÍRITU

La persona que desee disfrutar la vida y experimentar la bondad de Dios –ser feliz, respetado y, en pocas palabras, tener una vida plena y rica– debe leer en forma pausada pero reflexiva y humildemente estos versículos:

Quien quiera amar la vida y pasar días felices, cuide su lengua de hablar mal y sus labios de decir mentiras; aléjese del mal y haga el bien, busque la paz y sígala.

1 PEDRO 3:10,11

Estos dos versículos enumeran algunos pocos consejos que te harán feliz.

Se nos dice que evitemos hablar mal de cualquiera. Simplemente, nunca digas nada que hiera a alguien. Además, debemos abstenernos del lenguaje con doble sentido, de los comentarios maliciosos que benefician nuestros intereses a expensas de otra persona. Debemos darle la espalda al mal y hacer el bien de todas las maneras posibles. Debemos ayudar a las personas y llevar bendición a sus vidas. Debemos buscar paz en la tierra y en nuestros propios corazones, y vivir de modo que la serenidad fluya de nosotros hacia otras personas. Debemos transformarnos en una isla de paz y tranquilidad en un mundo agitado.

Haz las cosas sencillas, sinceras y cristianas, y la vida será buena –y te sentirás complacido.

ESTIMULADOR DEL ESPÍRITU **25** La cura para el espíritu abrumado

Cuando la vida se vuelve demasiado agitada, cuando te sientes constantemente abrumado, es fácil desanimarte. Para remediar esta afección desdichada, recurre a este versículo:

El que salga vencedor recibirá todo esto como herencia; y yo seré su Dios y él será mi hijo.

REVELACIÓN (APOCALIPSIS) 21:7

El secreto es simplemente acostumbrarte a la idea de que eres una criatura de Dios. Como tal, Dios será tu guía; Él te dará Su fortaleza para anular tus debilidades. Superarás los obstáculos en vez de ser superado. En lugar de que las cosas se alejen de ti, vendrán fluidamente hacia ti. De hecho “recibirás todo esto como herencia”. La vida te hará feliz. Obtendrás un gran estímulo para tu espíritu.

ESTIMULADOR DEL ESPÍRITU **26** No más dudas, sólo confianza

Así que mi Dios les proveerá de todo lo que necesiten, conforme a las gloriosas riquezas que tiene en Cristo Jesús.

FILIPENSES 4:19 (NVI)

Si hacemos lo que nos corresponde –vivir correctamente y tener fe– Dios se encargará de que todas nuestras verdaderas necesidades se satisfagan. Dios tiene riquezas infinitas y suficientes para todos nosotros. Si vives de acuerdo con Sus principios, Él te proveerá todo lo que necesites. ¡Cómo se estimula el espíritu cuando tienes confianza y sabes que Dios te cuida, que todo saldrá bien, que el futuro es prometedor!

ESTIMULADOR DEL ESPÍRITU 27 Victoria en la del batalla de la vida

Sobre todo, que su fe sea el escudo que los libre de las flechas encendidas del maligno. Que la salvación sea el casco que proteja su cabeza, y que la palabra de Dios sea la espada que les da el Espíritu Santo.

EFESIOS 6:16,17

El escudo se usaba para proteger el corazón; el casco era para proteger la cabeza. Así debemos proteger nuestros corazones y mentes contra la negatividad, el pesimismo, los malos pensamientos y el odio. La mente debe mantenerse limpia. Toma la espada de la palabra de Dios y ahuyenta esos enemigos de la vida buena: los malos pensamientos y los malos comportamientos. Así armado, puedes ganar la batalla de la vida.

ESTIMULADOR DEL ESPÍRITU 28 Nada puede vencerte

El ánimo te abandona cuando te sientes abrumado y derrotado. Familiarízate bien con el entendimiento espiritual; llena tu vida de fe y bondad. Entonces, nada podrá vencerte.

Por lo tanto, el que me oye y hace lo que yo digo, es como un hombre prudente que construyó su casa sobre la roca.

MATEO 7:24

Vive según las palabras de Jesús y piensa como el hombre prudente que construyó su casa encima de la roca: una casa firme que las tormentas golpearon en vano. Puedes tener la valentía, fortaleza y serenidad internas que resistan todas las tormentas de la vida. Cristo te fortalece. ¡Eres invencible!

ESTIMULADOR DEL ESPÍRITU **29** **Cómo sanar el pesar**

El pesar por la muerte de un ser querido es una carga pesada para el espíritu. Con frecuencia la persona que está de luto piensa que la vida nunca volverá a estar llena de gozo y alegría.

Pero la vida continúa –y tenemos que vivirla. El siguiente versículo de la Biblia probablemente ha curado más almas y ha estimulado más a los espíritus tristes que cualquier otro pasaje de toda la literatura del mundo.

Yo soy la resurrección y la vida.

El que cree en mí, aunque muera, vivirá.

JUAN 11:25

¡Qué mensaje tan glorioso! Jesús está vivo, y quienes tienen fe en Él también viven. Así que nuestro ser querido, a quien considerábamos muerto, no lo está en absoluto, sino que vive y afectará para siempre nuestra vida con el mismo amor y la misma ternura.

Esto estimula tanto al espíritu que nos da ganas de pregonar a los cuatro vientos el hecho glorioso de que vivimos con fe en Jesucristo. Así que cuando llegue el pesar, repite estas maravillosas oraciones una y otra vez. Y de inmediato las sombras se disiparán, y percibirás la luz de un nuevo día.

ESTIMULADOR DEL ESPÍRITU **30** **La fraternidad espiritual**

Porque donde dos o tres se reúnen en mi nombre, allí estoy yo en medio de ellos.

MATEO 18:20

Una manera eficaz de estimular el espíritu es concertar de vez en cuando momentos de fraternidad espiritual –pensar, hablar y orar con unas pocas personas que también buscan una relación más profunda con Jesucristo. Esta práctica te traerá una de las experiencias más gloriosas de la vida. Te darás cuenta de que Jesús está en medio del grupo, y la calidez y la exaltación que este conocimiento traerá a tu corazón es imposible de describir.

ESTIMULADOR DEL ESPÍRITU **31** Fe, esperanza y amor

La mejor fórmula para vivir está en esta oración inmortal:

*Tres cosas hay que son permanentes:
la fe, la esperanza y el amor; pero
la más importante de las tres es el amor.*

1 CORINTIOS 13:13

Éstos son tres poderosos *Estimuladores del Espíritu*: fe, el mayor poder de este mundo; esperanza, la actitud de la expectativa –lo mejor aún está por venir–; y amor, una de las mejores cualidades de todas –un corazón pleno de compasión y comprensión. El amor cristiano brinda alegría profunda. Permite que estas tres virtudes brillen como estrellas en tu vida, y tu espíritu siempre estará exaltado.



Oración para fortalecer la fe

Pondré en ustedes un corazón nuevo y un espíritu nuevo –Ezequiel 34:16

Señor, siento que mi fe se debilita. A veces dudo y hago cosas que quisiera no haber hecho. Pero en la debilidad está la fuerza, y te agradezco por la maravillosa verdad que hay en lo que haces por las personas. Tú nos diste la vida, una vida vibrante, una vida sin fin, una vida llena de emociones, de entusiasmo inacabable. Ayúdame a creer en eso con todo mi corazón. Por esto te doy las gracias, en el nombre de Jesús. Amén.

¿Podemos orar por ti?

Envía tu petición en inglés o español yendo al sitio web **OurPrayer.org**, 24 horas al día.



NUESTRAORACIÓN.

Ayorando...Suplicando



NuestraOracionEnLinea

Guideposts
Outreach[®]
PUBLICATIONS

GUIDEPOSTS.ORG