

Una vida mejor



# Salud EMOCIONAL



© Copyright 2020 by HarperCollins Christian Publishing

«¡Soy todo lo que necesitas!», dice Dios.

# Aunque no tenga sol



## Capítulo 1

*«En él estaba la vida,  
y la vida era la luz de los hombres»  
(Jn 1.4, LBLA).*

Apenas tenía 25 años cuando escuchó a su esposo decir: «Yo no te amo; nunca te he amado». Ellos tenían una niña de apenas 2 años, por lo que Lucy no supo qué hacer ni a dónde ir. Sumergida en una profunda depresión, sintió que la vida había perdido sentido. Los sueños que había anhelado eran con él, la casa que deseó construir sería para vivirla con él, los viajes que deseaba realizar eran con él, la hija que amaba era de él; y ahora él se había ido.

En cada uno de nosotros existe un lugar especial que necesita ser llenado por algo realmente significativo. Algunos colocarán allí personas; otros pondrán trabajos, deportes o algún sueño. A todo aquello que colocamos allí, yo le llamo los «soles» de nuestra vida. Es eso que se convierte en el centro de todo. Eso tan importante que, de faltar, podríamos llegar a pensar que la vida carece de sentido.

## NUESTROS SOLES

Te preguntarán por qué los llamo nuestros «soles». La razón es simple. Como todos sabemos, el sol es una estrella que se encuentra en el CENTRO de nuestro sistema solar; la Tierra y todos los demás planetas giran alrededor de ella.

El sol es indispensable para nuestra sobrevivencia. Si este desapareciera, la oscuridad se apoderaría del planeta porque el sol es nuestra fuente de luz. Las plantas morirían porque no podrían hacer fotosíntesis, por lo que no habría oxígeno para respirar en la Tierra. Además, el planeta se saldría de su eje y alcanzaría niveles tan bajos de temperatura que se congelaría. Por todas estas razones antes mencionadas, la raza humana se extinguiría.

Sin duda alguna el sol es imprescindible. ¡Es nuestra fuente de vida! Por esto pienso que es la mejor manera de representar lo que significan algunas personas o cosas para nosotros. Quizás sientes que no tienes o has perdido aquello que necesitas. Posiblemente dices en tu corazón: «No podré continuar sin esa persona en mi vida» o «La vida carece de sentido si no tengo lo que tanto anhelo». La realidad es que muchas veces, sin darnos cuenta, colocamos personas, cosas o anhelos en el centro de nuestra vida. Comenzamos poco a poco a girar alrededor de ellos y, cuando nos faltan, nuestro interior grita desesperado: «¡He perdido mi sol!» y comienza el caos.

### UN MOMENTO PARA MÍ

Todos hemos tenido personas, cosas o anhelos que valoramos inmensamente. ¿Podrías escribir quiénes han sido esas personas o qué cosas son? ¿Puedes identificar por qué han sido tan importantes en tu vida?

---

---

---

Si has perdido alguno de ellos, ¿cómo te sentiste?, ¿cómo lo enfrentaste?

---



---



---

## TRES TIEMPOS

Sé que pensar en estas cosas puede traer tristeza a tu vida, pero ahora quiero invitarte a disfrutar de una extraordinaria verdad que traerá una revelación del amor y la fidelidad de Dios por ti.

Hablamos de que el sol es la fuente de vida. Sin embargo, en el principio, Dios no crea el sol el primer día, tampoco el segundo ni el tercero. Dios crea el sol recién el cuarto día de la creación. Pero, ¡esperen un momento! Ya para ese cuarto día, Dios había creado la luz y le había llamado día. También había creado las plantas, que solo pueden hacer fotosíntesis con el sol. Entonces, la pregunta importante es: si los primeros días de la creación no había sol, ¿qué o quién cumplía la importante función de esa estrella?

«En el principio era el Verbo, y el Verbo era con Dios, y el Verbo era Dios. Este era en el principio con Dios. Todas las cosas por Él fueron hechas, y sin Él nada de lo que ha sido hecho, fue hecho. **En Él estaba la vida, y la vida era la luz de los hombres**» (Jn 1.1-4, **RVC**, énfasis propio).

He ahí la respuesta: ¡DIOS mismo era la luz del mundo! Antes que existiera el sol, Dios mismo era quien llenaba la creación de vida.

¿Habías pensado en esto antes? Aunque el sol parezca tan imprescindible, Dios demostró antes de crearlo que Él es capaz de cumplir su función.

Pero esto no termina allí. No se trata solo del pasado, sino que, así como en el principio Dios llenó de vida toda la creación con Su luz, también nos mostró que será Él quien nos ilumine en el futuro:

«No habrá allí más noche; y no tienen necesidad de luz de lámpara, ni de luz del sol, **porque Dios el Señor los iluminará**; y reinarán por los siglos de los siglos» (Ap 22.5, RVR1960, énfasis propio).

¡Qué poderoso! Dios fue y también será  
esa fuente esencial para vivir.

Ahora bien, no solo se trata de nuestro pasado y nuestro futuro, sino que Dios tiene una promesa extraordinaria para tu presente:

«Yo Jesús he enviado mi ángel para daros testimonio de estas cosas en las iglesias. Yo soy la raíz y el linaje de David, **la estrella resplandeciente de la mañana**» (Ap 22.16, RVR1960, énfasis propio).

«Yo soy». Esa declaración de Dios es en tiempo presente, por lo que Dios no solo fue, no solo será, sino que **HOY ES TU VERDADERO SOL**.

Es mi deseo que alimentes todo tu ser con esta extraordinaria verdad que Dios está revelándote. ¡Él no necesita de nada ni de nadie para preservarte y llenarte de vida; solo a sí mismo! Así como durante los primeros tres días de la creación no necesitó de un sol externo para dar vida, y en el futuro no necesitará del sol porque Él mismo será nuestra luz, así hoy Dios puede sostenerte sin necesidad de nada ni nadie más. Si colocas a Dios en el centro de tu vida y comienzas a girar alrededor de Él, ten la seguridad de que no morirás ni te destruirás ni caerás en caos porque Él mismo será quien te preserve, sostenga y mantenga estable. Lo ha hecho desde el comienzo y lo hará por toda la eternidad.

**¡DIOS ES TODO LO QUE NECESITAS!**

Te invito a afirmar esta verdad colocando tu nombre en ella:

«¡DIOS ES TODO LO QUE **YO**, \_\_\_\_\_,  
(tu nombre)

**NECESITO. ESTOY COMPLETO EN ÉL!».**

20 horizontal lines for writing.

© Copyright 2020 by HarperCollins Christian Publishing