



El Grito de Guerra

Contra todo mal

Agosto 2025

¿Qué hago aquí?



El Grito de Guerra

Año 98 - N°1566

Órgano Oficial del Ejército de Salvación

Fundadores

William y Catherine Booth

General

Lyndon Buckingham

Líderes Territoriales

Coroneles Luz y Alex Nesterenko

Secretario en Jefe

Tte. Coronel Pedro Sánchez

Territorio Oeste de Sudamérica

Chile, Perú, Bolivia y Ecuador.

Correo electrónico

saw.jefatura@saw.salvationarmy.org

Sitio Web

www.salvacionistas.org



El Ejército de Salvación, un movimiento internacional, es una parte evangélica de la Iglesia Cristiana universal.

Su mensaje está basado en la Biblia. Su ministerio está motivado por su amor a Dios. Su misión es predicar el Evangelio del Señor Jesucristo y suplir las necesidades humanas en Su nombre, sin ningún tipo de discriminación.

EN ESTA EDICIÓN

NO ESTAS AQUÍ POR CASUALIDAD
pág. 4

POR QUÉ ESTOY AQUÍ AHORA
pág. 7

PODEMOS CAMBIAR DE RUMBO Y
ENCONTRAR UN NUEVO PROPÓSITO
pág. 10

EMPEZAR CON PROPÓSITO
pág. 13

TESTIMONIO
pág. 16

CÓMO SUPERAR LA SOLEDAD
pág. 20

Participa con nosotros enviando tus peticiones de oración, sugerencias o comentarios al correo:

saw.jefatura@saw.salvationarmy.org



Vivimos en una época donde todo va rápido: la información, los cambios, los juicios, incluso las relaciones. Estamos hiperconectados, pero muchas veces desconectados de nosotros mismos. El mundo nos lanza constantes mensajes sobre cómo debería verse una "vida exitosa", mientras que el corazón humano sigue preguntándose, en lo profundo y en silencio: ¿Para qué estoy aquí? ¿Tiene mi vida algún propósito real, más allá de trabajar, producir, cumplir o sobrevivir?

Esta edición de El Grito de Guerra nace desde esa pregunta esencial, con la convicción de que descubrir nuestro propósito no es un lujo, sino una necesidad vital. No se trata de una meta filosófica abstracta, sino de una respuesta concreta que transforma la manera en que vivimos, sentimos, decidimos y servimos.

Elegimos este tema no sólo porque es profundamente humano, sino porque es profundamente bíblico. Desde el principio, Dios se ha relacionado con el ser humano con intención, con dirección y con propósito. En toda la Escritura vemos cómo hombres y mujeres, imperfectos como nosotros, fueron llamados a propósitos mayores que sus propias expectativas. Moisés, que no creía en sí mismo; Ester, que tuvo miedo; Pedro, que lo negó; Pablo, que persiguió a otros creyentes... todos encontraron un nuevo rumbo cuando se encontraron con el Dios que no desecha a nadie.

Jesús no vino sólo a perdonar pecados, sino a devolvernos el sentido de ser hijos, enviados, parte de una historia mayor. Nos invitó a ser sal y luz, a vivir por algo más grande que nosotros mismos. Nos recordó que no todo está en tener respuestas, sino en saber a Quién seguimos.

Queremos que esta revista sea una conversación abierta con el lector. Que puedas leerla con calma, marcar párrafos, pensar, llorar si es necesario, y sobre todo: reencontrarte con el sueño de Dios para tu vida. Tal vez no lo tengas todo claro. Tal vez sientes que te equivocaste demasiado. Tal vez has tenido logros, pero el corazón está vacío. Cualquiera sea tu historia, esta edición es para ti.

Gracias por permitirnos entrar en tu vida una vez más. Gracias por leer, por compartir, por creer que estas palabras pueden ser el inicio de algo nuevo.

No estás aquí por casualidad.

Y tal vez, solo tal vez, esta lectura sea parte del camino para descubrirlo.

Con afecto y oración,

Equipo editor



NO ESTÁS AQUÍ POR CASUALIDAD



Capitana Silvia Bustamante
Bolivia

La mayoría de las personas creen en la coincidencia, en el azar de la vida, en la suerte del destino, dejando de lado las consecuencias como una responsabilidad personal.

En la Biblia podemos ver ejemplos de cómo la vida de un ser humano no es una casualidad, no es una buena o mala suerte; nos dice que es todo lo contrario, la existencia del hombre en la tierra es por un propósito único dado de forma individual a cada ser humano. También nos enseña que las decisiones que tomemos como individuos con

libertad de decidir van trazando el presente y el futuro. Este es el ejemplo de Abram y su sobrino Lot (Génesis 12), quienes salieron de la tierra de Harán emprendiendo un viaje largo a la tierra de Canaán. Con el pasar del tiempo, ambos comenzaron a multiplicar sus riquezas y, antes de que se produjeran contiendas, entre ellos, Abram toma la decisión de que deben separarse, dándole la oportunidad a Lot para que él eligiera primero a qué lugar quiere dirigirse y establecer su familia. Y alzó Lot sus ojos, y vio toda la llanura del

Jordán (Génesis 13:10, RVR 1960). Lot tomó una decisión muy importante para su vida y su familia basada en una ilusión de cómo se veían las llanuras del lugar. Lot solo observó lo bueno y se dejó llevar por la buena apariencia del lugar, no analizó su decisión, no le consultó a Dios si era la decisión correcta, lamentablemente Lot llevó a su familia a vivir a un lugar donde el pecado había crecido mucho, el pecado que había en el lugar lo absorbió y perdió el camino correcto.

Como seres humanos no vivimos por una casualidad, nuestra existencia en el lugar donde estamos tiene un propósito especial. Debemos de pensar bien antes de tomar decisiones porque estas decisiones nos marcarán

el camino por donde continuar. Apocalipsis 3:20 dice: *“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”*. Son tus decisiones las que te llevarán por un camino bueno o malo.

¿Cómo descubrir para qué fuimos creados?

Efesios 2:10 NVI nos dice: *“Porque somos hechura de Dios, creados en Cristo Jesús para buenas obras, las cuales Dios dispuso de antemano a fin de que las pongamos en práctica”*. Tenemos que entender y aceptar que Dios es quien nos formó, nos diseñó, nos creó para vivir un propósito en nuestro tiempo. Lo importante es descubrirlo y cuanto más antes lo descubramos, más lejos



Abraham y Lot se separan, ilustración Peter van der Borch

llegaremos y viviremos nuestra vida con pasión.

Salmos 139:16 NVI dice: *“Tus ojos vieron mi cuerpo en gestación: todo estaba ya escrito en tu libro; todos mis días se estaban diseñando, aunque no existía uno solo de ellos”*. Este Salmo nos confirma que es importante saber y reconocer que Dios ya escribió sobre tu vida, eso significa que no eres una casualidad o un accidente, estás vivo porque ya estabas en los planes de Dios, con un propósito y una misión que debes cumplir.

Ponte en alerta y reacciona si tienes una vida:

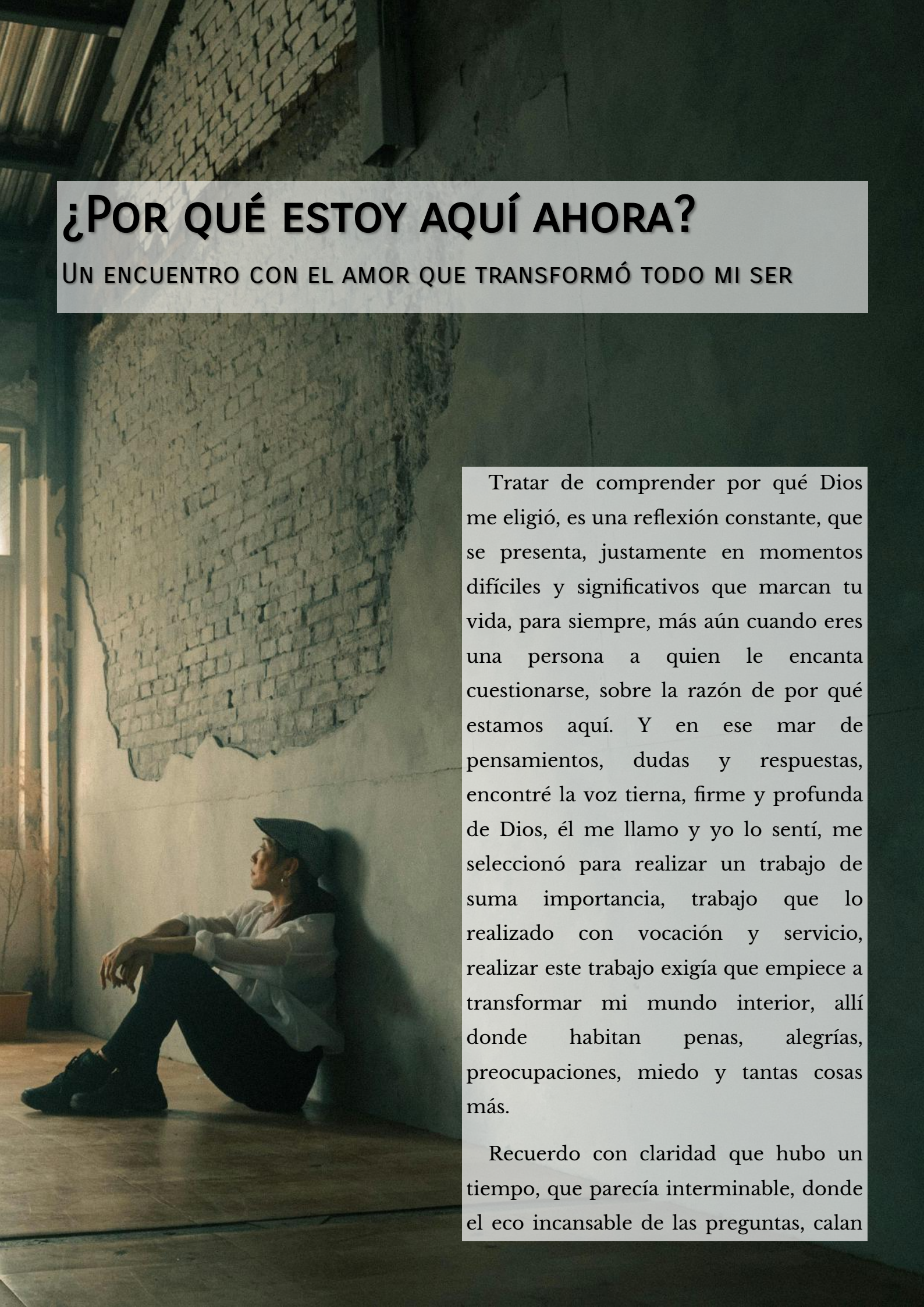
- Aburrida, crees que no tiene sentido y realizas las cosas únicamente por obligación.
- Con un vacío existencial en tu corazón y no sabes cómo llenar este vacío porque ya has intentado con todo y nada funciona.
- Con desesperanza y las dificultades son más grandes.

Si has identificado en tu vida alguno de estos puntos, es porque estás viviendo sin sentido, sin misión y careces de visión. Efesios 5:15 – 17 NVI dice: *“Así que tengan cuidado de su manera de vivir. No vivan como necios,*

sino como sabios, aprovechando al máximo cada momento oportuno, porque los días son malos. Por tanto, no sean insensatos, sino que entiendan cuál es la voluntad del Señor”.

Fuimos creados para alabar a Dios y ser obedientes a su palabra; fuimos creados para cumplir las buenas obras que ya están escritas para cada uno de nosotros. Debemos de disfrutar lo que Dios nos da cada día que abrimos los ojos, ya que cada día es una oportunidad para ser mejor que ayer.

“Porque somos hechura de Dios, creados en Cristo Jesús para buenas obras, las cuales Dios dispuso de antemano a fin de que las pongamos en práctica”.

A woman with dark hair, wearing a white long-sleeved shirt and dark pants, is sitting on a wooden floor against a brick wall. She is looking up and to the left with a contemplative expression. The wall is made of light-colored bricks, some of which are missing or peeling, revealing a darker surface underneath. The lighting is soft and natural, coming from the left side of the frame.

¿POR QUÉ ESTOY AQUÍ AHORA?

UN ENCUENTRO CON EL AMOR QUE TRANSFORMÓ TODO MI SER

Tratar de comprender por qué Dios me eligió, es una reflexión constante, que se presenta, justamente en momentos difíciles y significativos que marcan tu vida, para siempre, más aún cuando eres una persona a quien le encanta cuestionarse, sobre la razón de por qué estamos aquí. Y en ese mar de pensamientos, dudas y respuestas, encontré la voz tierna, firme y profunda de Dios, él me llamo y yo lo sentí, me seleccionó para realizar un trabajo de suma importancia, trabajo que lo realizado con vocación y servicio, realizar este trabajo exigía que empiece a transformar mi mundo interior, allí donde habitan penas, alegrías, preocupaciones, miedo y tantas cosas más.

Recuerdo con claridad que hubo un tiempo, que parecía interminable, donde el eco incansable de las preguntas, calan

lo más profundo de tu ser: "¿Por qué estoy aquí? ¿Por qué Dios me eligió?". Sentía que mi vida no encajaba, que este no era mi tiempo, ni este mi espacio y lo que tenía dentro se iba consumiendo poco a poco, hasta que solamente quedo una pequeña luz tenue, que me recordaba que debía haber algo más grande, porque esto no puede ser todo y uno empieza a mirar hacia adentro, hacia aquella luz de esperanza, para encontrarme y encontrar sentido y contenido de mi existencia, pero no sabía cómo encontrarlo. Intenté llenar este vacío con amigos, fiestas, logros... pero por dentro, solo había un silencio aterrador cuya presencia provoca angustia y temor. Pero para tratar de estar bien y no preocupar a los míos, fingía muchas veces estar bien, aunque mi alma gritaba en la oscuridad y la soledad.

Existe un propósito para cada persona y se descubre solo con Jesús. Él no se irá, cuando todos fallen, él seguirá ahí, fiel a sus promesas.

Jesús vino a mi encuentro. No con un juicio, sino con una verdad que me partió el alma: "*Ni yo te condeno. Ve y no peques más*". Esas palabras fueron como agua en el desierto. Por primera vez, alguien me veía —realmente— y a pesar de todas mis imperfecciones él me amaba y fue justamente ese amor puro, sincero e incondicional que me desbordo, fue un momento de nostalgia, de lágrimas que recorrían mis mejillas y con profunda sinceridad le dije: "Toma lo que soy... si hay algo en mí que puede servirte, tómallo".

Recomenzar no fue fácil, la oscuridad que habitaba en mi vida, aún estaba presente, pero yo ya no era la misma. Tuve que desaprender el dolor, los errores, las máscaras. Dejé que Él moldeara mi carácter, mi corazón, hasta mi forma de ver la vida. Y cuando le di a Jesús el primer lugar, todo cobró sentido. Por fin entendí: el propósito de mi vida no

era alcanzar una meta, sino en abrir mi corazón y permitir que Jesús transforme mi ser.

Los años pasaron, y en cada tormenta pude conocer el amor infinito de Dios, descubrí que a pesar de todo cuestionamiento, duda o desaliento, siempre está presente de maneras extraordinarias y sorprendentes, Él nunca nos abandona. No hace mucho pase por algunas situaciones difíciles, primero tuve que preparar a mi mamita, despedirla y acompañar para que partiera al encuentro del Señor, justo unos días antes de mi cumpleaños ella cerro los ojos... mi hermano mayor murió repentinamente, aquel ser maravilloso que ponía el pecho por toda la familia, simplemente hoy ya no está.... experimenté como madre ver crecer a mis hijos, estén donde estén, llevan mi sello, mi confianza, mi apoyo y sobre todo llevan el amor de Dios... En cada una de estas situaciones, sentí la presencia, su fortaleza y el apoyo de Dios, él no nos abandona, porque cuando siento que ya no puedo más, él me sostiene, fiel a sus promesas que escribió para mí y también para ti!

Como Oficial del Ejército de Salvación, doy testimonio sincero y honesto de que no hay dolor que su amor no pueda sanar, ni vacío que él

no pueda llenar, porque en él encuentro refugio cuando los sin sabores del mundo duelen, él conoce en mis imperfecciones y a pesar de todo él me eligió.

Si hoy cargas el peso del rechazo, la culpa, las burlas o la soledad... Jesús te está esperando. No para juzgarte, sino para abrazarte, con su infinito amor. Búscalo, no por lo que pueda darte, sino porque él te elige para una tarea especial. En medio de cualquier tempestad, búscalo y clama de corazón sincero; si lo haces, verás con total certeza, cómo tu oscuridad se convierte en luz, tu dolor se vuelve en esperanza, tu carga se siente liviana y al final del día aprenderás a descansar, pero no por cansancio, sino porque aprenderás a confiar y apoyarte en ese amor infinito de Dios.

Existe un propósito para cada persona y se descubre solo con Jesús, él no se irá, cuando todos fallen, él seguirá ahí, fiel a sus promesas.



Mayor Leslie Saavedra
Maipú, Chile

¿PODEMOS CAMBIAR DE RUMBO Y ENCONTRAR UN NUEVO PROPÓSITO?

No importa cuántas veces hayas tropezado en la vida. Todos tropezamos por distintas razones.

Lo que debes poner límite es cuando reconoces, cuánto te daña vivir una vida desordenada, sin rumbo, sin propósito; por la cual, te arrepientes de haberla vivido así.

Somos hechura de Dios, diseñados para ser originales y hacedores de su Gracia; pero el envanecimiento de la humanidad ha llevado a desviar a muchos a caminos vacíos, equivocados y sin rumbo.

Proverbios 14:12 dice: *"hay caminos que parecen derechos, pero su fin son caminos de muerte"*.



Lic. Carolina Cortez López
Lima, Perú

Y ello advierte sobre la importancia de discernir entre lo que parece correcto y lo que realmente lo es, ya que algunas acciones o decisiones, aunque a primera vista parezcan buenas, pueden llevar a consecuencias negativas y destructivas.

Todos nacemos con un propósito; pero el pecado heredado impide crecer en la Gracia que nos es dada por Cristo Jesús.

Hay quiénes han cometido pecados graves, quizás se sientan agobiados por ello, y se identifiquen con el rey David que dijo en Salmo 38:4: *“porque mis iniquidades se han agravado sobre mi cabeza; como carga pesada se han agravado sobre mí”*.

Mas, las escrituras inspiradas por el Eterno dan una esperanza valiosa:

“Deje el impío su camino, y el hombre necio sus pensamientos, y vuélvase a Jehová, el cual tendrá de él misericordia, y al Dios nuestro, el cual será amplio en perdonar” Isaías 55:7.

Quiere decir, deja el camino impío, necio y desordenado para siempre; porque la sangre de Cristo tiene poder para perdonar tus pecados y transformar el rumbo de tu vida: esto permite que los renuevos de vida eterna para tu alma, lleguen.

Cuando descubrimos la salvación para nuestras almas, por medio de Jesús nuestro Salvador como especial tesoro; y el tesoro de perdón, restauración y cambio que ofrece Jesús para bien de nuestras vidas empieza a obrar en nosotros, se abren todas las oportunidades.

Toma la espada de salvación como buen soldado de Jesucristo, comprométete a ser fiel; a Su Palabra, a Sus Designios y a Su Voz; entonces las segundas oportunidades llegan porque de nuestro lado está Aquél que nos llamó de las tinieblas, a su luz admirable; como nos dice 1 Pedro 2:9.

“Mas vosotros sois el linaje escogido, real sacerdocio, nación santa, pueblo adquirido, para que mostréis las virtudes de aquel que os ha llamado de las tinieblas a su luz admirable”.

Si seguimos el camino angosto con Jesús hasta el final de nuestros días, somos contados como linaje escogido, nación santa, pueblo adquirido por Dios y ello en la vida cotidiana se transforma en vivir una vida continua plena de fe, amor y esperanza y con propósito. A pesar de las adversidades que lleguen.

Jamás olvidarse de orar con gratitud a Dios, de leer las sagradas escrituras

que nos guían por el camino de verdad, es increíble como este hábito espiritual nos permite enfocarnos en lo que realmente es importante para nuestra vida.



Primero Dios; luego ordenando el panorama que proyectamos para nuestra vida con nuevos propósitos. Ello da claridad de entendimiento para planificar y para emprender; y cuál fe depositada en Él, todo fluye como agua de manantial.

Vivir por vivir agobia el alma, vivir en plenitud de vida conforme a la multiforme Gracia de Dios vivifica el espíritu.

Podemos tener ejemplo sobre las victorias espirituales de David que se manifiestan a través de su humildad, arrepentimiento, fe y confianza en Dios, así como en su capacidad para reconocer sus errores y buscar el perdón divino.

Sus victorias sobre los filisteos, como en Baal-perazim y Gezer, son ejemplos de cómo, con la ayuda de Dios, incluso el débil puede vencer al poderoso. Leer 2 Samuel 5:20 y 1 Crónicas 14:11, 1 Crónicas 14:16, respectivamente.

Una vez que te arrepentiste sinceramente ante Dios, tu arrepentimiento sea verdadero, sin titubeos, sin vuelta atrás para que el espíritu de Dios se mueva dentro de ti.

David fue un líder que inspiró a su pueblo a través de su ejemplo y su relación con Dios.

¿Aceptas el desafío? Solo en Dios encontrarás todas las respuestas a tu vida.

Dios te bendiga.

EMPEZAR CON PROPÓSITO



Soldado Pablo Coral
Quito, Ecuador

Cuando llegamos a los pies de Cristo y lo aceptamos en nuestro corazón, se inicia una aventura en la búsqueda del propósito de la vida; que tenemos cada uno de sus hijos aquí en la tierra, y que nuestro Padre Celestial tiene preparado.

Pero en nuestras vidas surge la interrogante de ¿cómo descubro mi propósito? y la respuesta la encontramos en la palabra del Señor: *“según nos escogió en él antes de la fundación del mundo, para que fuésemos santos y sin mancha delante de él”*. Efesios 1:4 RV1960. Antes de que este mundo existiera, nuestro Señor nos tuvo en sus pensamientos y nos escogió. ¡Aleluya!

Que honor y distinción nos ha dado de ser escogidos para él.

Debemos ir caminando con la esperanza que hay un hermoso propósito de victoria en Dios y allá vamos todos. Sin darnos cuenta se está tejiendo una vida nueva a través de cada situación en la que cada uno de nosotros estamos enfrentando, ya sean temores, luchas, pruebas, enfermedades, pérdidas, desiertos, tormentas o batallas.

Pero ¿hay propósito de vida en medio de estas situaciones? Claro que sí y la respuesta la encontramos en la cita bíblica: *“Respondió Jesús y le dijo: Lo que yo hago, tú no lo comprendes ahora; más lo*

entenderás después.” Juan 3:7 RV1960. Al instante el propósito no lo entendemos, pero después será revelado; esas fueron las palabras del gran maestro que aviva en cada uno de nosotros la esperanza de seguir adelante caminando con él.

El propósito de vida puesto en ti y en mí, se va desarrollando en varias áreas de nuestras vidas siendo un todo que al final será una victoria eterna.

Revisemos las etapas del propósito:

Área personal: Cuando has dejado tu vida delante de Dios, él empieza a obrar de una manera sobrenatural en tu corazón y mente; dando como resultado sentimientos, emociones, actitudes y hábitos que van cambiando tu antigua vida a una vida llena de fe y gracia; reflejando a Cristo que vive ahora en ti. *“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 RV1960.

Área Espiritual: Esta área es el corazón del propósito, ya que cada hijo de Dios es responsable de ir cultivando una relación íntima a través de las disciplinas espirituales: oración, lectura, meditación y aplicación de la lectura de la palabra de Dios y ayuno. *“Mas tú, cuando ores, entra en tu aposento, y cerrada la puerta, ora a tu Padre que está en secreto;*

y tu Padre que ve en lo secreto te recompensará en público”. Mateo 6:6 RV1960.

Área familiar: Gracias a Dios existe la familia y cada uno de nosotros somos parte de ella, cumpliendo roles diferentes como abuelos, padres, tíos, hijos entre otros; pero ahí hay propósito, aunque muchos puedan venir de generaciones de pastores o de familias donde hemos sido los primeros o portavoces del evangelio; somos los responsables de que Cristo Jesús viva en nuestros hogares y dejando que él sea glorificado en toda su plenitud. En la familia somos los llamados a compartir la fe, la esperanza





y el amor de Dios; así que no te rindas. *“Ellos dijeron: Cree en el Señor Jesucristo, y serás salvo, tú y tu casa”*. Hechos 16:31 RV1960.

Área comunitaria: El servicio a nuestro Señor en su casa de oración es un propósito eterno que todos debemos anhelarlo y cumplirlo. Nuestro corazón y alma debe sintonizarse con servir al prójimo en nuestras iglesias y fuera de ellas. A

veces nuestras ocupaciones, afanes o responsabilidades se han convertido en obstáculos para una entrega genuina. Si Cristo fue el principal servidor debemos seguir su ejemplo y honrarlo en el lugar donde nos congregamos con el tiempo, talentos y tesoros que fueron dado a nosotros para su Gloria y Honra. **“Yo me alegré con los que me decían: A la casa de Jehová iremos”**. Salmos 122:1.

Área Social: Siendo parte de un mundo donde no todos conocen de Cristo, el propósito no debe ser apagado al contrario como hijos de Dios debemos dejar la vergüenza, el que dirán y el que van a pensar se nosotros, para predicar que Cristo nos ha creado para sus propósitos.

En conclusión, cada uno de nosotros tenemos un propósito de vida, al ser llamados hijos de Dios y debemos seguir buscándolo cada día.



Mi nombre es Darío Andrés Cáceres y fui dependiente de la cocaína durante muchos años. Este vicio me hizo perder lo que más amaba en mi vida: mi familia.

Todo empezó a los 18 años. Me encontraba con un primo y unos amigos. Al principio consumía dos o

tres veces al mes. Yo creía que podía controlarlo. Sentía que era un golpe de adrenalina, me sentía eufórico y feliz, ¡el mejor!

Trabajaba, siempre tenía plata y me rodeaba de amigos. Con el tiempo, el consumo fue aumentando: dos o tres veces por semana.

Años después conocí a una mujer, la mamá de mi hijo. El amor de mi vida. Una mujer tranquila, sin vicios, que me cambió la vida. Enamoramos 15 meses y ella quedó embarazada. Dejé de consumir un tiempo, pero volvía a caer. Buscaba excusas para salir los fines de semana. Peleaba por cosas sin sentido, solo para dejarla sola. Jamás la engañé, ella fue siempre mi amor. Me daba una y otra oportunidad, pero yo no cambiaba. Un día antes de que naciera mi hijo Martín, nos separamos. Ella no quiso verme más y yo no insistí. Sentía que no los merecía.

Los cristianos no creemos en un Dios lejano que no nos conoce. Creemos en un Dios que se hizo hombre, sufrió, y murió por nosotros.

A los 30 años me encontraba solo, fundido en la depresión. Sentía culpa, y esa culpa la tapaba con fiestas y droga. Llegué a consumir todos los días, casi todo el día. Si no consumía, tenía vómitos, mareos, dolores físicos. Caí en la pasta base. Perdí amigos, me alejé de mi familia. Sentía que nadie me valoraba.

Perdí el control de mi vida, de mi cuerpo y mi mente. Mis papás salían a

buscarme de noche. Cuando me encontraban, no les hacía caso. Mi mamá lloraba, me pedía que volviera a casa, que me estaba matando en vida.

Asistí a algunas reuniones de alcohólicos anónimos o a instituciones similares. Pero cuando escuchaba otros testimonios, pensaba que yo no estaba tan mal.

Quería dejar de consumir, pero no podía. Perdí el amor propio. Dejé de ver amigos, vecinos, incluso a mis hermanos. Solo quería la droga.

Un día enfrenté a mis papás y les dije: “Soy adicto, no se metan en mi vida”. Empecé a consumir

en la casa. Mi mamá lo permitía con tal de tenerme cerca, para que no muriera en la calle. Mi papá no aceptaba eso, y así empezaban las peleas entre ellos. No solo arruiné mi matrimonio, también arruinaba el de mis padres.

Me aislé. Sentía que mi vida ya no tenía sentido.

Pero recuerdo... cuando consumía solo en mi habitación, miraba por la ventana llorando y le preguntaba a mi

Dios: “¿Por qué a mí, si yo no soy mala persona?” Le pedía que me ayudara, que me devolviera a mi hijo y a mi señora. Y hoy entiendo que MI DIOS ME ESCUCHÓ.

Lo más terrible fueron los últimos años. Veía sombras, escuchaba voces, contra mí. Me drogaba de viernes a lunes. Descansaba un día, y volvía a empezar. Sentir que una fuerza extraña me seguía, pero nadie me creía.

Un fin de semana más sin dormir... sentía que Dios y el diablo peleaban por mi mente. Escuchaba cómo discutían. El Señor quería ayudarme, y el otro me torturaba. Solo quería descansar. Mi mente iba a explotar.

Mis padres llegaron. Al verme tan mal, me llevaron donde mi prima, pero no estaba. Volvimos a casa, y ahí empezó la crisis.

Transpiraba, escupía saliva espesa. Mi prima me leyó la Biblia. Decía que tenía algo en mi cuerpo. Quise escapar, pero mi papá y hermano me afirmaron

mientras ella leía. Yo gritaba porque sentía que ese demonio me atormentaba.

Pero solo estábamos nosotros cuatro. Cuando mi prima dejaba de leer, volvía todo. Solo cuando leía, eso dentro de mí se agitaba. En un momento le grité a mi papá que me soltara. Él me gritó de vuelta: “¡No te voy a soltar porque te amo!” Y fue en ese momento que ese

ser me dejó. Pude descansar...

abrazado a mi papá.

Al día siguiente no podía creerlo. Mi hermano me dijo que, si no hubiera sido su hermano, habría salido corriendo. Porque no vio mi cara, vio

un demonio.

Un día, la tele volvió a hablarme. Me decía que me matara, que así salvaría a mi familia. Que la única forma era el suicidio. Era tan real... Tomé más de 60 pastillas, cerveza, agua. Solo les pedí que cuidaran a mi hijo, que no lo abandonaran. Él había estado a mi lado esos últimos meses.

Los cristianos no creemos en un Dios lejano que no nos conoce. Creemos en un Dios que se hizo hombre, sufrió, y murió por nosotros.

Mi familia me encontró inconsciente. Me llevaron al hospital. Me salvaron la vida.

Finalmente decidí intentar una vez más, sin internarme, pero con el acuerdo de que si volvía a consumir, me internaban.

Pasé una semana muy nervioso, y ansioso. Me fui donde una tía al campo. No consumí. Luego estuve con un primo, pero me dijo algo que cambió mi vida:

“¿Quieres asistir a la iglesia conmigo?” Le dije que sí.

Asistí muy nervioso, tembloroso. Transpiraba. Ese día comprendí el amor que Dios tenía para mí, lo recibí en mi corazón, me arrepentí de mis pecados, puse mi confianza en Él y luego de eso, sentí paz. Fue algo increíble, y justo ahí ocurrió lo más impresionante: se me fueron los vómitos, los malestares. Era como si algo dentro de mí desapareciera.

No les voy a mentir: a veces mi mente me engaña. Pero con fe, oración, alabanzas y la confianza en mi Señor Jesús logro resistir y salir vencedor.

Dos meses después de asistir a la iglesia, JESÚS ME DEVOLVIÓ MI FAMILIA. Hoy vivimos juntos en casa

de mis padres. Somos una familia feliz, ya no hay peleas. Los domingos almorzamos todos juntos, nos reímos, conversamos, y luego nos vamos juntos a la iglesia.

Ha sido difícil. La mente a veces me traiciona. Pero aprendí algo: Con el SEÑOR todo es más fácil y posible.

Él nunca me abandonó. Me protegió. Me amó incluso cuando yo no quería saber nada de Él.

Hoy llevo casi un año sin consumir, junto a mi esposa, mi hijo, y rodeado de mi familia. Feliz, en paz, disfrutando de la vida como nunca antes lo había hecho.

La iglesia me ha ayudado mucho y hoy puedo gritarlo y sin problema decir: ¡DIOS TE AMA! ¡GRACIAS, MI SEÑOR!



CÓMO SUPERAR LA SOLEDAD

WarCry Nueva Zelanda. 01 de Julio, 2017

La soledad no tiene que ver con el número de amigos.

La soledad es un estado mental, y la buena noticia es que se puede superar.

Todos nos sentimos solos alguna vez, pero la soledad crónica es un estado mental «causado por pensamientos y sentimientos de inadecuación, imperfección y vergüenza», dice el psicoterapeuta Ross Rosenberg. Es más probable sentirse solo si se es pesimista sobre la posibilidad de encontrar contactos y se tiende a predecir resultados negativos.

También puede ser una «experiencia basada en la vergüenza», lo que

significa que es probable que intentes disimularlo con una cara sonriente en lugar de hablar abiertamente de ello. Puede que en una fiesta te muestres cordial y amistoso, pero que en tu fuero interno sientas pavor ante la perspectiva de ser rechazado. Desgraciadamente, esto sólo refuerza aún más la soledad. La buena noticia es que puedes cambiar tus sentimientos de soledad cambiando la forma en que te hablas a ti mismo. '

Detecta los intentos de sabotaje de tu crítico interior. Presta atención a pensamientos autodestructivos como «estoy demasiado gorda para que alguien quiera salir conmigo» o «ojalá

fuera más graciosa y tuviera cosas interesantes que decir», dice Ross. Sustituye la autoconversación negativa por mensajes de afirmación, como «Soy perfectamente adorable tal y como soy» y «Acojo con agrado el amor, la amistad y el apoyo en mi vida».

Irónicamente, el miedo al rechazo puede hacer que te aisles aún más. En lugar de eso, oblígate a hacer lo que temes y sal ahí fuera. Cultiva tu red de apoyo: llama por teléfono, invita a un amigo a salir. No te dejes llevar por pensamientos negativos como «en realidad no quieren salir conmigo».

La soledad es un estado mental, y la buena noticia es que se puede superar.

«Aunque sólo haya una persona con la que empezar, puedes ir creciendo», dice Ross. «Puede resultar incómodo, pero eso forma parte de cambiar el panorama social. Ábrete, arriésgate y permítete ser vulnerable. Como la

soledad provoca aislamiento, experimenta compartiendo aspectos de ti mismo, como experiencias, sentimientos, recuerdos, sueños... Esto te ayudará a sentirte más conocido y comprendido», resume Ross.

La soledad crónica puede tener sus raíces en experiencias y apegos de la infancia, por lo que puede ser útil plantearse un asesoramiento que le ayude a superar pensamientos y comportamientos autodestructivos. No hay que tener miedo a la soledad, que brinda la oportunidad de conectar con Dios y con uno mismo. Pero en lugar de permanecer en constante soledad, intenta sustituir los pensamientos pesimistas por experiencias positivas. No será una cura inmediata, pero poco a poco irás cambiando tus sentimientos y ampliando tu vida.

UNA GUÍA PRÁCTICA



Encuentra formas de estar cerca de los demás: La soledad no consiste sólo en estar solo, pero

estar solo con demasiada frecuencia es un factor desencadenante. Por tanto,

esto puede significar decidir ir a la oficina, en lugar de trabajar desde casa.



Vaya a la iglesia:

Una buena iglesia es una comunidad que acoge a todos los que vienen, así que busca

una en la que te sientas querido. Pide ayuda: una iglesia puede ser una red de apoyo maravillosa. Por supuesto bienvenido al Ejército de Salación. (escribenos para acercarte a una)



Persevera: Hacer amigos requiere perseverancia.

Acude, participa, únete... aunque te resulte incómodo.

Salga a pasear:
Hacer ejercicio es bueno para el alma. Pídele a un amigo que te acompañe.



Sé sincero: Sé sincero con tus amigos sobre tus sentimientos y luchas. Tu propia sinceridad ayudará a los demás a ser sinceros contigo.

Dite a ti mismo la verdad: La soledad nace de sentimientos de rechazo. Pero Dios dice que eres querido y amado. Repítete esto tantas veces como haga falta, hasta que empiece a sonarte como una verdad.

