



noviembre de 2013

Los padres creyentes quieren proveerle a sus hijos todo lo que necesitan. Los alimentarán, los vestirán, los abrazarán, los mantendrán a salvo y sobre todo les enseñarán la Palabra de Dios. Debido a que hacen todas estas cosas por sus hijos, sus hijos pueden vivir una vida llena de gozo con un corazón alegre. ¿Qué pasaría si alguien le dijese que Dios desea las mismas cosas para Sus hijos? ¿Usted lo creería? Pero es verdad. Dios provee lo mejor para nosotros, Sus hijos, en cada categoría de la vida. Él promete en Su Palabra suplir todo lo que nos falta (Filipenses 4:19). Y Él quiere vernos alegres, llenos de gozo, felices.

*Salmos 68:3:*

*Mas los justos se alegrarán; se gozarán delante de Dios, Y saltarán de alegría.*

Aquí la palabra en hebreo para «se alegrarán» significa gozosos o mostrando gozo. En la Biblia, Dios nos muestra que tener un corazón gozoso, o alegre, es beneficioso para nuestras vidas de diferentes maneras.

*Proverbios 17:22:*

*El corazón alegre constituye buen remedio; Mas el espíritu triste seca los huesos.*

«Alegre» es traducida de la misma palabra en hebreo en el Salmo 68. Aquí «remedio» es definido como una «cura» o «sanidad». Un corazón gozoso hace al cuerpo saludable—tiene un efecto positivo en nuestra salud física. ¿Cuál es otro beneficio de un corazón alegre?

*Proverbios 15:13:*

*El corazón alegre [feliz, gozoso] hermosea el rostro; Mas por el dolor del corazón el espíritu se abate.*

Bíblicamente el «corazón» significa la sede de nuestra vida personal, refiriéndose a la parte más íntima de nuestra mente. Y nuestro semblante es lo que se refleja en nuestra cara. Lo que pasa por dentro, se refleja por fuera. Las personas no pueden leer nuestros pensamientos, pero a menudo pueden ver lo que está pasando en nuestra mente al ver nuestro rostro, al escuchar lo que decimos y al observar lo que hacemos. Tener un corazón alegre no sólo nos beneficia a nosotros sino que también puede beneficiar a los que nos rodean. Las personas verán que tenemos un corazón alegre—que estamos felices, gozosos—y entonces quizá querrán tener lo que nosotros tenemos.

Ahora que hemos visto algunos de los beneficios de tener un corazón alegre, nos queda la pregunta: ¿cómo obtenemos un corazón alegre? Consideremos Jeremías 15:16: «Fueron halladas tus palabras [las de Dios], y yo las comí; y tu palabra me fue por gozo y por alegría de mi corazón....» ¡La Palabra de Dios es lo que hace que nuestro corazón esté alegre!

A medida que aprendemos más acerca de la Palabra de Dios, más entendemos el corazón de Dios para Sus hijos. Llenamos nuestro corazón con la verdad de la Palabra de Dios y creemos lo que la Palabra dice, porque Dios es capaz y deseoso de llevar a cabo lo que Él prometió en Su Palabra. Por ejemplo, nos podemos regocijar porque Dios dice que podemos prosperar y tener salud (III Juan 2), que podemos confiar en Él (Salmos 5:11), que podemos orarle a Él y saber que Él nos oye (I Juan 5:14,15), y que podemos invocarlo a Él en tiempos de angustia y Él nos libraré (Salmos 50:15). ¡La Palabra nos regocija el corazón y la podemos leer todos los días! Ya sea un versículo o un capítulo o incluso más, el tiempo que pasamos con Dios en Su Palabra nos ayuda a ver por qué nuestro corazón puede estar alegre. Podemos regocijarnos en la Palabra que conocemos, estando confiados que Dios nos cuidará en cada situación.

Tener un corazón alegre también involucra controlar lo que pensamos. Dios amorosamente nos dio la habilidad para controlar nuestro modo de pensar; podemos escoger qué pensamientos guardar y qué pensamientos desechar. Quizá usted se pregunta: «¿Cómo puedo controlar cada pensamiento que viene a mi mente?» Es un proceso momento a momento para decidir a qué nos adherimos y qué deseamos. Y una gran clave que nos ayudará es seguir llenándonos de las verdades puras de la Palabra de Dios. Podemos llenar nuestra mente con las promesas alentadoras, gozosas y poderosas de Dios—sin dejar lugar para que los pensamientos negativos persistan.

*Filipenses 4:8:*

*Por lo demás, hermanos, todo lo que es verdadero, todo lo honesto, todo lo justo, todo lo puro, todo lo amable, todo lo que es de buen nombre; si hay virtud alguna, si algo digno de alabanza, en esto pensad.*

A medida que cada uno de nosotros piense los positivos de la Palabra de Dios, comenzaremos a guardar esa Palabra en la parte más íntima de nuestra mente. Llenamos nuestro corazón con la Palabra de Dios y luego decidimos pensar la Palabra y creerla. Y lo que pasa por dentro, se refleja por fuera. Evidenciamos en nuestra vida las ideas y creencias que guardamos en nuestro corazón.

*Proverbios 23:7:*

*Porque cual es su pensamiento en su corazón, tal es él....*

Tener un corazón alegre tiene un efecto positivo en nuestra salud física, se refleja con gozo en nuestra cara y abre puertas para ayudar a otros que nos rodean. Los pensamientos que mantenemos en nuestro corazón afecta lo que decimos, lo que hacemos y cómo nos perciben las personas. Cada día podemos decidir tener un corazón alegre por medio de leer las abundantes promesas que Dios nos ha dado en Su Palabra, confiando que lo que Él dice en la Biblia es verdad. Tenemos el poder de cambiar nuestros pensamientos. Tomamos un pensamiento a la vez, lo alineamos con lo que Dios dice, y creemos Su Palabra. Debido a que los padres suplen las necesidades de sus hijos física, mental, y espiritualmente, sus hijos pueden vivir con gozo en sus corazones. Debido a que nuestro Padre celestial suple todas las necesidades de Sus hijos, nosotros también podemos tener un corazón alegre!

*Para información adicional, visite [www.theway.org](http://www.theway.org)*

Todos los derechos reservados. © 2014 por *The Way International*<sup>™</sup>.