



AL AIRE

GÁLATAS, UNA CARTA DE LIBERACIÓN: VOLUMEN TRES

21 de agosto
al 8 de septiembre, 2025

NUEVA ESPERANZA PARA LOS RETOS DE LA VIDA

9 al 26 de septiembre, 2025

ABSOLUTAMENTE ESENCIALES

29 de septiembre
al 9 de octubre, 2025

RECURSO

CÓMO RECOBRAR ENERGÍA SIN SENTIRE CULPABLE

Por Charles R. Swindoll



«Porque cuando todo parece perderse, la esperanza en Cristo aún se sostiene. Y eso lo cambia todo».

— Pastor Charles R. Swindoll



CUANDO la esperanza PARECE LEJANA

— POR CHARLES R. SWINDOLL —

La esperanza no siempre brilla con fuerza. A veces se oculta en las sombras, se debilita o parece ausente por completo. Hablar de esperanza es sencillo cuando todo marcha bien. Pero es en los días oscuros, cuando el dolor no da tregua, donde se revela su verdadero valor.

No me malinterpretes: soy un hombre de fe. Pero también he convivido con el sufrimiento, tanto en carne propia como en la vida de otros. He caminado por pasillos de hospitales donde las noticias no mejoran, he visto sillas vacías que antes estaban llenas de risas, y he escuchado oraciones quebrantadas, hechas con más lágrimas que palabras. Y en esos momentos —sobre todo en esos momentos— he aprendido a aferrarme a una esperanza auténtica: no aquella que depende de las emociones, sino la que se ancla en las promesas inquebrantables de Dios.

Santiago, el medio hermano de Jesús, lo expresó con una sabiduría que desafía nuestra lógica humana:

«Amados hermanos, cuando tengan que enfrentar problemas, considérenlo como un tiempo para alegrarse mucho» (Santiago 1:2).

¿Alegrarse en medio del sufrimiento? Parece contradictorio. Pero no es masoquismo espiritual. Es madurez. Santiago no niega el dolor, sino que lo enmarca como una oportunidad. En las pruebas, Dios no desperdicia nada. Él forja en nosotros algo profundo: una perseverancia que solo se cultiva en el crisol del sufrimiento.

En Santiago 1:1-6, el autor de este libro presenta una guía clara para atravesar las tormentas de la vida. Una estrategia espiritual para resistir sin rendirse, resumida en cuatro palabras clave: considérenlo, saben, pídanse la y constancia.

01 **Considérenlo (Santiago 1:2):** «*Considérenlo como un tiempo para alegrarse mucho.*»

Esta no es una invitación a negar el dolor, sino a elegir cómo interpretarlo. «*Considerar*» implica un ejercicio consciente: mirar nuestras pruebas desde la óptica de la fe. No se trata de sentir alegría, sino de decidir ver el sufrimiento como una oportunidad para crecer. La fe transforma nuestra perspectiva, y esa nueva visión lo cambia todo.

02

Saben (Santiago 1:3-4): *«Porque ustedes saben que, siempre que se pone a prueba la fe, la constancia tiene una oportunidad para desarrollarse. Así que dejen que crezca. . .».*

Santiago apela al conocimiento que ya poseemos como creyentes: que las pruebas no son inútiles. Dios está obrando, incluso si no lo vemos. La fe probada produce constancia, y esta madurez nos lleva a una vida íntegra, plena, sin carencias espirituales. Esta es una verdad que debemos recordar cuando el dolor amenaza con nublar nuestra visión.

03

Pídansela (Santiago 1:5): *«Si necesitan sabiduría, pídanla a nuestro generoso Dios, y él se la dará. . .».*

Cuando no entendamos el propósito del sufrimiento, debemos pedir sabiduría. Dios no rechaza nuestras dudas honestas. Al contrario, responde con generosidad. Pedir sabiduría es reconocer que no tenemos todas las

respuestas, pero que confiamos en Aquel que sí las tiene.

04

Constancia (Santiago 1:6): *«Cuando se la pidan, asegúrense de que su fe sea solamente en Dios, y no duden. . .».*

La constancia no es resignación pasiva, sino una firmeza activa y dirigida. Es seguir creyendo, aún con las fuerzas agotadas, confiando solo en Dios. La persona constante no se deja arrastrar por la incertidumbre, sino que se aferra a la roca firme de la fe.

Recordar que no estamos solos en nuestras luchas puede ser el primer paso hacia la esperanza. El segundo es mantenernos firmes, aunque sea con manos temblorosas. La esperanza no siempre grita; a veces solo susurra. . . pero incluso así, sostiene.

Naturalmente, nuestra reacción humana ante las pruebas es huir, distraernos o quejarnos. Pero Santiago nos invita a mirar más allá: a ver el propósito dentro del dolor. Quienes perseveran con fe recibirán la corona de vida (Santiago 1:12), una recompensa eterna que trasciende las circunstancias temporales.

RECUERDA: Dios no está lejos de tu sufrimiento. No guarda silencio. Mucho menos es indiferente. Está obrando para moldearte, fortalecerte y prepararte para algo más grande de lo que puedes imaginar hoy.

Puede que estés cansado. Puede que no veas salida. Pero si te aferras a la esperanza, si te mantienes firme en la fe, descubrirás que incluso esta prueba forma parte del bien que Dios está construyendo en tu vida.

Santiago no promete una vida sin problemas. Pero sí una vida con propósito en medio de ellos. Y eso, querido lector, es *la verdadera esperanza*.

El dolor no es una anomalía en la vida cristiana; es parte del proceso. Cuando sufrimos con la mirada puesta en Dios, descubrimos una fortaleza que no nace de nosotros, sino que proviene de Él. La Biblia no oculta las dificultades tras clichés vacíos; las enfrenta con honestidad y revela una verdad poderosa: la esperanza en Cristo permanece, incluso en las circunstancias más oscuras de la vida.

Porque cuando todo parece perderse, la esperanza en Cristo aún se sostiene. Y eso lo cambia todo.

PASOS

DE ACCIÓN

CÓMO CULTIVAR LA ESPERANZA:

- 1. RECONÓCELO.** Está bien admitir que estás cansado, que no entiendes, que te cuesta creer. Dios no busca apariencias, sino corazones sinceros. La vulnerabilidad es el primer paso hacia la sanidad espiritual.
- 2. ORA CON ENFOQUE.** No te limites a pedir alivio. Pide sabiduría. Pide fe. Pide ojos para ver lo que Dios está haciendo en medio del caos. Escribe tus oraciones, temores, dudas y preguntas. Dios no se ofende con tu honestidad; Él la honra y responde a ella con gracia.
- 3. REGISTRA TU PROCESO.** Escribe lo que sientes, lo que Dios te muestra, incluso si parece pequeño. Con el tiempo, esos

registros pueden convertirse en fuente de consuelo. La memoria es un terreno fértil para la esperanza. Revisar tus «milagros pasados» puede renovar tu fe presente.

- 4. HABLA CON ALGUIEN.** No enfrentes el dolor en soledad. Comparte tu carga con alguien maduro en la fe. A veces, Dios responde a través de una conversación honesta. No busques solo consejos teóricos; escucha a quienes llevan cicatrices —ellos entienden desde la experiencia.
- 5. ESPERA CON PROPÓSITO.** Esperar no es simplemente aguantar. Es madurar. Es crecer en medio del proceso. Es prepararte para lo que viene. La espera también forma parte del plan de Dios. A veces, el paso más espiritual no es avanzar, ni correr, ni escapar. . . es quedarte. Quedarte firme. Quedarte creyendo.

HAZ ESTA ORACIÓN:

«Señor, no entiendo lo que estás haciendo, pero elijo confiar. Dame tu sabiduría. Enséñame a mantenerme firme y encontrar alegría en medio del dolor. Aférrame a Tu esperanza, hoy y cada día», amén

Adaptado de «Aférrate a la Esperanza». Charles R. Swindoll (2022), *Cuando los problemas vienen y se quedan*, pp. 1-20. Editorial Unilit.

EN PALABRAS SENCILLAS

Donde la verdad de Dios cobra vida en historias que a los niños les encantan.

Camila y la piedra del arcoíris

Camila era una conejita curiosa que vivía en el Bosque Esperanza. Le encantaba saltar por los senderos, oler las flores y saludar a las mariposas. Todo en su mundo era tranquilo y familiar. Su corazón estaba feliz. . . porque todo iba como siempre.

Pero un día, algo cambió. Mientras caminaba contenta por su camino de siempre, ¡tropezó con una piedra enorme! Camila voló por los aires, cayó de bruces, se raspó una patita. . . y empezó a llorar.

—¿Quién puso esta piedra aquí?! —gritó, con las orejas caídas y los ojos llenos de lágrimas.

Volvió a casa cojeando, con su corazoncito triste y apachurrado. No quería volver a salir.

Esa noche, su abuela Lila —una coneja muy sabia, de orejas largas y abrazos suaves— le preparó una infusión de lavanda y manzanilla, y la curó con mucho cuidado.

—A veces, Dios permite piedras en nuestro camino —le dijo mientras le acariciaba la cabeza—. No para hacernos daño, sino para enseñarnos algo que no podríamos aprender en un camino plano.

Camila escuchó en silencio. No entendió todo, pero algo en su corazón le susurró: «No te rindas».

Al día siguiente, volvió al mismo lugar. La piedra seguía allí. Era grande y pesada, y estaba justo en una curva del sendero. Camila pensó un rato, y luego tuvo una idea:

—¿Y si la muevo un poco. . . y hago algo útil con ella?

Empujó. Y empujó. ¡No fue fácil! Se cansó, se frustró. . . pero no se rindió. Con esfuerzo, logró mover la piedra a un lado. La acomodó. . . ¡y quedó como un banco!

Agotada, se sentó. Y al levantar la vista, vio algo que jamás había notado antes: un arcoíris brillante se asomaba entre los árboles. Estaba justo en el horizonte. . . como si el cielo le sonriera.

Camila sonrió también. Esa piedra que ayer la hizo llorar, hoy se había convertido en su lugar favorito para descansar y mirar lo hermoso. Desde entonces, cada vez que pasaba por allí, ya no se enojaba con la piedra; le daba las gracias. Porque gracias a ella, aprendió que Dios siempre puede sacar algo bueno. . . incluso de un tropiezo.

¿Te has sentido como Camila? ¿Triste, confundido o sin ganas de seguir adelante? No estás solo. A veces la esperanza no llega corriendo ni gritando. A veces, simplemente camina a tu lado. Y eso. . . es suficiente.

El versículo Para memorizar:

«Dios bendice a los que soportan con paciencia las pruebas». (Santiago 1:12a)

Para reflexionar:

- ¿Qué piedra has encontrado en tu camino?
- ¿Qué podrías aprender si en lugar de huir, la observas con calma?
- ¿Crees que Dios puede usar ese tropiezo para mostrarte algo nuevo?
- ¿Estás dispuesto a quedarte, trabajar con paciencia y mirar desde otro ángulo?

Actividad para ti:

Dibuja una piedra grande como la de Camila. Encima de ella, escribe una oración a Dios contándole cómo te sientes. Luego, dibuja lo que crees que Él quiere mostrarte desde esa piedra. ¡Podría sorprenderte!



Recursos

PARA VIVIR



NUEVA ESPERANZA PARA LOS RETOS DE LA VIDA

Serie de 6 mensajes

NEVMNG

OFERTA
\$8.00



CUANDO SE ATRAVIESA TIEMPOS DIFÍCILES

Libro tapa blanda
de 256 páginas

CTDPB

OFERTA
\$9.00



PAZ... A PESAR DEL PÁNICO

Librito de 53 páginas

PAZBL/PAZPDF

OFERTA
\$6.00
PDF \$5.00



EXAMINANDO LAS ESCRITURAS «EL FRUTO DEL ESPÍRITU»

Estudio uno:
Ganando la furiosa batalla interna

Estudio descargable

FDE01PDF

OFERTA
GRATIS



Esta oferta vence el 31 de octubre, 2025.

CÓMO RECOBRAR ENERGÍA SIN SENTIRSE CULPABLE

Por Charles R. Swindoll

La cultura popular hace hincapié en trabajar los fines de semana acumulando días libres y acortando vacaciones. El estar ocupado se ve como una virtud mientras que necesitar días libres se ve como una actitud perezosa e improductiva. Los cristianos somos igual, capaces de subestimar el valor de la recreación, el respiro y elegir agotarse en el ministerio. ¿Cuál es el resultado? Estamos más enfermos, cansados y descontentos que nunca.

¿Recuerdas la alegría de jugar? Este librito del pastor Swindoll nos lleva a la vitalidad de la relajación, un tipo de descanso tan esencial que Dios lo fundó cuando creó el mundo, y que Jesús puso en práctica y protegió durante Su ministerio en la Tierra.

Cómo recobrar energía sin sentirse culpable le animará a:

- Volver a conectar con el gozo de la recreación
- Tener tiempos de descanso
- Imitar los métodos de relajación de Dios

Nuestros tiempos más valiosos no son los que pasamos trabajando sino los momentos en que disfrutamos los regalos que el Señor nos ha dado con las personas que amamos.

Librito de 46 páginas

Código de producto tapa blanda: CREBL

Código de producto descargable: CREPDF

Esta oferta vence el
31 de octubre, 2025

En agradecimiento por su **donativo** este mes, le enviaremos este recurso.



www.visionparavivir.org



Aplicación móvil



+1-469-535-8433

