

Mi roca, mi porción, mi confianza

Cuando la vida se vuelve incierta, cuando los planes se desmoronan y las fuerzas se agotan, el corazón se vuelve frágil y la mente se llena de dudas. Nos preguntamos: **¿Dónde está Dios cuando más lo necesito?**

Es fácil confiar cuando todo va bien, pero la verdadera fe se prueba en la escasez, en el silencio y en la espera. Y es precisamente ahí, donde Dios se revela como nuestra roca firme, nuestra porción eterna y nuestra única fuente de confianza.

Jeremías 17:7

“Bendito el varón que confía en Jehová, y cuya confianza es Jehová.”

¿Cuántas veces has dudado del poder de Dios?

Cuando el dolor, la incertidumbre o la escasez llegan a nuestra vida, solemos mirar lo que falta en lugar de mirar a aquel que todo lo puede suplir. Pero es precisamente ahí, cuando se acaba nuestra fuerza, donde **Dios comienza a obrar**. Él no pierde el control, aunque todo a nuestro alrededor esté en desorden.

Filipenses 4:11-12

“No lo digo porque tenga escasez, pues he aprendido a contentarme, cualquiera que sea mi situación. Sé vivir humildemente, y sé tener abundancia; en todo y por todo estoy enseñado, así para estar saciado como para tener hambre, así para tener abundancia como para padecer necesidad.”

Pablo aprendió a vivir tanto en la abundancia como en la escasez, porque había encontrado su **contentamiento en el Señor**. Sabía que, sin importar las circunstancias, **Dios estaba con él** y que, al final, su fidelidad sería recompensada.

Pero, ¿qué hacemos nosotros? Con frecuencia nos **angustiamos más de lo necesario**, intentamos entenderlo todo con la razón y, tristemente, **terminamos dudando de Dios**. Nos cuesta creer que Él puede suplir cada una de nuestras necesidades o traer paz a nuestra mente en medio de la tormenta.

¿Y por qué dudamos? Porque **aún no lo conocemos verdaderamente**.

Salmos 1:2

“Sino que en la ley de Jehová está su delicia, Y en su ley medita de día y de noche.”

¿Es la Palabra de Dios tu pan de cada día? Cuando enfrentas dificultades, ¿acudes primero al Señor o te dejas llevar por la preocupación y los pensamientos negativos? ¿Eres paciente cuando no ves respuestas inmediatas, o te impacientas y pierdes la fe?

Muchos esperamos que las cosas cambien sin haberlas presentado a Dios en oración, sin confiar realmente en su tiempo. Pero el contentamiento verdadero no se encuentra en lo que el mundo ofrece, sino en Él. A veces buscamos satisfacción en lo material y olvidamos que no somos seres terrenales, sino celestiales.

Todos tenemos necesidades, y es natural sentir tristeza o llorar, pero no debemos quedarnos estancados en el dolor. No fuimos llamados a vivir lamentándonos, sino a levantarnos en fe.

El Salmo 1 nos promete que quien se deleita en la Palabra de Dios será como árbol plantado junto a corrientes de agua, que da su fruto en su tiempo. No te desespere si aún no ves las respuestas a tus oraciones; confía, porque todo llegará en el momento perfecto.

¿Dónde está puesta tu confianza? Si la has puesto en Él, entonces ya lo tienes todo.

Según estudios, nuestro cerebro procesa alrededor de 60,000 pensamientos al día, de los cuales el 95% son automáticos y el 80% tienden a ser negativos.

Tener los mismos pensamientos de siempre nos lleva a tomar las mismas decisiones. Tomar las mismas decisiones nos lleva a adoptar la misma conducta. Adoptar la misma conducta nos lleva a crear las mismas experiencias. Crear las mismas experiencias nos lleva a tener las mismas emociones. Y tener las mismas emociones nos conduce nuevamente a los mismos pensamientos.

Este proceso, ya sea consciente o inconsciente, provoca que nuestra biología permanezca igual. Ni el cerebro ni el cuerpo logran transformarse, porque seguimos aferrados a los mismos pensamientos, repitiendo las mismas acciones y viviendo bajo las mismas emociones... aunque, en lo más profundo, anhelemos un cambio real.

Así, se repite la misma actividad cerebral, se activan los mismos circuitos neuronales y se reproduce la misma química interna. El resultado es que nuestro cuerpo reacciona del mismo modo una y otra vez, impidiendo que experimentemos una verdadera transformación.

Isaías 26:3-4

“¡Tú guardarás en perfecta paz a todos los que confían en ti, a todos los que concentran en ti sus pensamientos! Confíen siempre en el Señor , porque el Señor Dios es la Roca eterna.”

Todos, en algún momento, hemos estado preocupados por algo, dedicando nuestras fuerzas y pensamientos a aquello que nos inquieta. Pero no podemos permanecer atrapados en ese **círculo vicioso de ansiedad y temor**.

Si realmente deseamos cambiar nuestra manera de vivir, debemos comenzar por **transformar nuestra manera de pensar**.

Entrégale tus pensamientos a Dios. Confía en los planes que Él tiene para ti, aun cuando el camino parezca difícil y no veas una salida. Recuerda: **todo lo que Dios hace es bueno, y todo lo que Él permite es necesario.**

Salmos 73:26

“Mi carne y mi corazón desfallecen; Mas la roca de mi corazón y mi porción es Dios para siempre.”

Es cierto que tener contentamiento en el Señor no siempre es fácil, pero tampoco es imposible.

Cuando decides confiar plenamente en Él, Dios mismo se encarga de suplir todo lo que necesitas y de fortalecerte en los momentos difíciles.

Confiar en Él no significa entenderlo todo, sino **descansar en su fidelidad**. Es aprender que el contentamiento no depende de lo que tenemos, sino de **a quién pertenecemos**. Que incluso cuando el corazón se siente débil, hay una fuerza más grande que nos sostiene: **Su gracia**.

Dios no nos promete un camino fácil, pero sí su Presencia. Y en esa presencia encontramos paz, propósito y esperanza.