Listen to this article

Biblia Torah Viviente
CONSEJOS PARA TRATAR CON EL DESANIMO EN EL MINISTERIO

Si usted nunca ha experimentado desánimo en el ministerio, entonces es muy probable que nunca haya estado involucrado en el ministerio.

La decepción y el desaliento a menudo llegan de repente. Nos sentimos abrumados por la culpa, la desesperanza y la apatía y sentimos que ya no somos capaces de llevar a cabo nuestro ministerio.

Muchas de las recomendaciones a continuación provienen de mi propia experiencia personal. No soy en absoluto inmune al desaliento, y últimamente parece que tenemos más motivos que de costumbre para ello. En parte por eso, he decidido reunir todas las recomendaciones que pueden ayudarnos a superar el desaliento. Personalmente, estos consejos me resultaron útiles y espero que también te resulten útiles.

1. Encuentra la causa del desaliento.
He llegado a la conclusión de que normalmente la fuente del desaliento reside en unas pocas razones. Si comprende por qué se siente abrumado y de dónde proviene este sentimiento, podrá ayudarse significativamente a superar el desaliento.

Conflicto en la comunidad
Cualquier líder sabe qué es el conflicto. Mientras haya gente en la kehilah, habrá conflictos en la kehilah. Sin embargo, hay conflictos que golpean con más fuerza de lo habitual y duran más de lo habitual. Estos conflictos pueden agotar su fuerza física y espiritual.

Conflicto en la familia
Sucede que el ministerio funciona sin problemas, pero todavía ocurren conflictos. Pero esta vez, su origen está en tu hogar: pueden ser problemas con tu esposa (o esposo), con tus hijos, con tu suegra y tu suegro, e incluso con tus vecinos. Estos conflictos envenenan todos los aspectos de tu vida y pueden provocar un sentimiento abrumador de abatimiento.

Pecado personal
A veces no queremos deshacernos de cualquier pecado que nos atormente, como la ira, el orgullo o incluso la adicción a la pornografía. Por supuesto, ocultamos estos pecados a los miembros de la kehilah, pero tenemos que pagar por ello, pagar con desaliento.

AGOTAMIENTO
En casi todos los casos de desánimo en el ministerio, hay un factor de agotamiento involucrado en un grado u otro. Es posible que hayamos evitado conflictos en la kehilah o en casa, pero si trabajamos más de lo debido durante un largo período de tiempo, eventualmente nos frustraremos, nos desanimaremos y nos deprimiremos.

BUENA SUERTE
Quizás la idea de que el éxito pueda esconder una fuente de desaliento pueda parecer extraña para algunos, pero créanme, es así. Lo he visto a través de mi propia experiencia y la experiencia de otros ministros. El éxito es la cima de una montaña, y todo aquel que llega a la cima debe bajar tarde o temprano. Por lo tanto, a menudo después de un evento, un buen estudio o la finalización de un proyecto largo, nos desanimamos fácilmente.

2. Intenta tener una visión más amplia de las cosas.
El desaliento a menudo centra nuestra atención en individuos o situaciones, limita nuestra visión al problema que nos ocupa y cierra los ojos a todo lo demás. Necesitamos dar un paso atrás y comprender que las condiciones que nos llevaron al desaliento tienen límites, tanto en el tiempo como en el alcance. Debemos levantar la vista y ver una imagen más panorámica.

3. Date cuenta de que estás en un estado de guerra espiritual.
Recientemente Elohím me abrió los ojos a una realidad objetiva: todos los días estamos en un estado de guerra espiritual. Mi familia es un campo de batalla espiritual, mi relación con varias cosas, mis intentos de mantener el orden en mi vida, mis esfuerzos por educar a mis hijos en casa a través del plan de estudios escolar: ¡hay una guerra espiritual en cada área de mi vida!

Si no estoy preparado para esta guerra espiritual, fracasaré en ella. No importa cómo me sienta o cuán ocupado esté, no puedo darme el lujo de comenzar el día sin fortalecer mi alma con la Palabra del Eterno y proteger mi corazón con la oración.

HaSatan busca hacer que su ministerio sea ineficaz y, a menudo, toma uno de los caminos más cortos para alcanzar su objetivo: hundirlo en el abatimiento.

4. Sal y haz ejercicio
Elohím creó al hombre para vivir en el jardín y no para pasar su vida frente a la pantalla de una computadora. La falta de ejercicio, aire fresco y luz solar contribuirán al desaliento. No espere hasta darse por vencido. Adquiera el hábito de salir y hacer ejercicio y notará cambios positivos en su bienestar físico, así como en su estado de ánimo general.

5. Tómate un descanso
En ninguna parte de las Escrituras hay un llamado a cansarse de Elohím. Una carga de trabajo excesiva conduce a toda una cadena de problemas físicos y espirituales. Necesitamos parar y descansar regularmente. A menudo el desaliento llega cuando estamos sobrecargados de trabajo.

Date un día libre, apaga tu computadora y pasa un rato tranquilo con tu familia.

6. Lee el libro de los Salmos.
Muchos salmos fueron escritos por autores en un estado de abatimiento e incluso depresión. Recuerde lo que David escribió en el Salmo 23: “Aunque camino en valle de sombra de muerte”. Si no estamos hablando de una persona que sufre depresión, ¿qué más?

Observar cómo los escritores de los salmos abordaron el desánimo puede ayudarle a expresar sus propios sentimientos. Es aún más importante notar cómo confiaron en el Creador a pesar de todas las dificultades y creyeron que Elohím aún triunfaría.

7. Habla con una persona sabia y madura
Si no puede buscar el consejo de un ministro mayor y con más experiencia, entonces no lo está haciendo bien. No pierdas el tiempo y busca un creyente maduro en quien puedas confiar, que pueda escucharte, animarte y darte consejos bíblicos.

8. Recuerda lo que Elohím ya ha hecho por ti
Puede que en este momento no te lo parezca, pero estoy absolutamente seguro de que Elohím ha hecho cosas grandes y maravillosas en ti y a través de ti. Cuando estemos desanimados, debemos recordar momentos de éxito, momentos en los que nuestro Padre, a través de usted, ayudó a las personas a comprender mejor Su Palabra. Estos momentos dan testimonio de la fidelidad de Elohím, por muy deprimente que te parezca tu situación actual.

9. Recuerda tu vocación
El Eterno te llamó por una razón específica, te equipó con dones para un propósito específico y te colocó donde estás para un propósito específico. El Sheliaj Sha’ul le recordó a Timoteo su llamado al menos dos veces. ¿Te has preguntado alguna vez por qué? Porque nuestro llamado confirma una vez más el hecho de que Elohím está haciendo Su obra a través de nosotros, y no sólo nosotros tratando de hacer algo. La conciencia del llamado de Elohím aporta estabilidad a las vicisitudes más duras de la vida.

10. Entrega todas tus decepciones a Él en oración.
Cuando mis hijos tienen problemas, quiero saber de ellos. Quiero que me cuenten sobre ellos y luego podré ayudarlos. Nuestro Padre Celestial quiere lo mismo para nosotros. Nuestra primera respuesta al desánimo debe ser la oración. Cuéntale al Padre tu abatimiento y sus motivos y pide ayuda. Definitivamente ayudará.

11. Da un paso correcto más
A veces nos desanimamos porque no podemos imaginar cómo resolver una situación

problemática. Estamos considerando diferentes enfoques, pero esto es de poca utilidad. Durante este momento turbulento de nuestras vidas, simplemente debemos mirar hacia abajo, ver dónde está nuestro camino y dar el siguiente paso en la dirección correcta. No hacer nada es una de las peores decisiones que puedes tomar. No permitas que el desánimo te vuelva apático e indiferente en tu vida y ministerio.

12. Deja de fingir que todo te va bien.
Al ocultar su desaliento, se hunde en un desaliento aún más profundo. Llevar una sonrisa falsa en el rostro y fingir que todo está genial cuando todo está lejos de ser genial es una carga pesada que es muy onerosa de llevar. Por supuesto, no debes ser caprichoso y quejambroso, pero sé honesto con las personas que te rodean y diles que estás pasando por momentos difíciles.

13. Deja que otras personas te sirvan
El autoaislamiento de cualquier contacto con las personas durante un período de abatimiento es una muy mala decisión. Definitivamente necesitas de las personas.
Necesitas personas que oren por ti, te animen y tal vez incluso te ayuden con tus responsabilidades. Esto significa que debes tener la cantidad necesaria de humildad que permita a otras personas acercarse a ti, conocer tus problemas y servirte.

Pregunta:
¿Qué agregarías a la lista anterior?
¿Cómo lidias con el desánimo?

t.me/menutorahviviente