

“Nosotros no somos dioses; y sin Dios, eventualmente nos encontraremos en una situación de no-ayuda. Nuestros recursos finitos nos pueden ayudar a vencer obstáculos solo por un tiempo, pero al final ellos no nos pueden salvar. Un sentir de no-ayuda es un síntoma primario de la depresión, y frecuentemente esto es aprendido. Tomen por ejemplo las moscas. Pónganlas dentro de un vaso con un plato de cristal encima. Después de unos intentos inútiles para volar, la mosca se quedará en el vaso aún después de que hallas quitado el plato. O ¿qué de un pez? Coloca una división de cristal dentro del acuario (pecera) y pon al pez en un lado y su comida favorita al otro lado. Dentro de unos días quita la división de cristal y el pez continuará del otro lado....

Los Israelitas sufrieron una situación de no-ayuda similar. No podían creer buenas noticias cuando las oían! Dios le dijo a Moisés que le dijera a los Israelitas: *‘Yo soy JEHOVÁ; y yo los sacaré de debajo de las tareas pesadas de Egipto, y los libraré de su servidumbre, y los redimiré con brazo extendido, y con juicios grandes; y los tomaré por mi pueblo y seré vuestro Dios’* (Exodo 6:6,7) Cuando Moisés compartió estas buenas noticias con los Israelitas, no lo escucharon, *‘a causa de la congoja de espíritu, y de la dura servidumbre’* (v. 9) Años de acondicionamiento los dejaron con un sentir de no-ayuda.... Es muy común el día de hoy ver grupos enteros de gente atrapados por la depresión, debido a que se sienten sin ayuda para cambiar sus circunstancias.

Experimentos científicos han demostrado que un sentir real o percibido de no-ayuda afecta nuestra neuroquímica. El ayudar a la gente a vencer su sentir de no-ayuda o no-esperanza ha probado ser tan efectivo como los medicamentos antidepresivos –sin el potencial de los efectos negativos. Si la causa precipitante de la depresión no es neurológica, ¿deberíamos tomar medicamentos? Tal vez la respuesta se contesta mejor con una analogía. Si estamos sufriendo de indigestión de ácido, ¿deberíamos tomar un antiácido? Sí, ¿por qué sufrir innecesariamente? Pero eso no es una respuesta completa. Probablemente deberíamos considerar nuestros hábitos de comer y otras posibles causas de neutro malestar estomacal deberían ser investigadas.

¿Por qué ha habido un significativo incremento de depresión en los 50 años pasados? ¿Qué cambios físicos hemos experimentado que nos harían más vulnerables a la depresión? Es muy dudoso que la química de nuestro cerebro o nuestros genes hayan cambiado radicalmente. No. La respuesta está en que hemos olvidado que la vida abundante viene de Dios, no del mundo. Hemos puesto nuestra esperanza en el lugar equivocado, nuestras creencias se han desviado de la verdad, y hemos fallado en aprender que nuestra sentir de no-ayuda puede ser vencido volviéndonos a Dios”

Traducido de *The Daily Discipler* por Neil T. Anderson, p. 270



AYUNO Y ORACIÓN

Este domingo 6 de Diciembre

No falte a este tiempo de mucha bendición espiritual



Día de Acción de Gracias

(Thanksgiving Day)

Jueves 26 de Noviembre, 10:30AM

Venga a un tiempo de acciones de gracias, testimonios y oraciones por la gran bondad y fidelidad de Dios.

Comida Especial (Ágape) después del servicio. Todos están invitados a participar.

Calendario / Recordatorios (2009)

- Santuarios Seguros: Noviembre 14 (9:00AM)
- Día de Acción de Gracias: Noviembre 26, 10:30AM
- Ayuno y Oración: Diciembre 6
- Santa Cena: Diciembre 6
- Servicio de Navidad: Diciembre 20

Grupo Vida de Round Lake

Estamos estudiando la lección titulada:

Fuiste Creado Para Ser Como Cristo

(Discipulado)

Esta semana iniciamos una nueva serie que trata de la importancia del discipulado en la vida del creyente y cómo es que crecemos para parecernos más a Cristo.

Anuncio: Debido al tamaño de este Grupo Vida (en Round Lake), ya no estamos aceptando más personas de nuestra iglesia. Si a usted le gustaría ser parte de un Grupo Vida, por favor comuníquese con el pastor Roberto.

¡FELICIDADES EN SU CUMPLEAÑOS! (Noviembre 2009)

- Aldo Salazar (7)
- Jasmine Orellana (7)
- Hilda Madrigal (13)
- Gracie Graham (15)
- Melissa Martínez (16)
- Julissa Segovia (28)
- Betsy Perea

Nota: Si usted no aparece en la lista, por favor envíenos la fecha de su cumpleaños para añadirlo a la lista.

Damos gracias a Dios que Danae ya está bien, después de que se sintió mal de la gripe. El Señor siempre se ha mostrado lleno de gracia para con nosotros y cada noche cuando oramos como familia lo que más sale de nuestros labios es “gracias Señor por...” Irina, Danae y Roberto también han comprendido lo bueno que es el Señor con nosotros sobre todo al pensar el gran dolor, hambre y miseria que existe en el mundo... Dios nos protege, nos cuida, y suplente todas nuestras necesidades. ¡Cómo no estar agradecido con él! Las cosas buenas en nuestra vida siempre superan las “malas” que nos suceden. Mi familia espera con ansias la semana de Acción de Gracias para pasar tiempo juntos.

Nos vemos el domingo,

