Las Maquinaciones de Satanás – Siete Formas de Estrés

Lectura: 2 Corintios 2:1-11; Génesis 3:1-13

**Introducción**

Este sermón es el cuarto en una serie de sermones llamada Las Maquinaciones de Satanás. He tomado este título para la serie basado en una frase en 2 Corintios 2:11 que dice, *“no ignoramos sus* [refiriendo a Satanás] *maquinaciones.”*

Propongo en esta serie que el estrés es una de las maquinaciones del diablo. El estrés al que me refiero es mucho más que las tensiones normales o los conflictos que podemos experimentar cada día. Si permitimos este estrés en nuestras vidas, sin resolverlo, puede dañar nuestro ministerio, testimonio, relaciones, actitudes, y salud.

En los sermones previos hemos examinado los cinco factores involucrados en causar varias formas de estrés. Hemos dicho que uno de estos factores es lo que pensamos. Es tan importante guardar los pensamientos que llegan a nuestras mentes, porque si los aceptamos, llegan a ser parte de nuestro sistema de creencias. Estudiamos y probamos de las Escrituras que hay tres partes de nuestro cuerpo que piensan – el cerebro, o, mejor dicho, la mente; el corazón; y las entrañas o los intestinos. El hecho de que hay tres órganos que piensan, o, mejor dicho, tres órganos que se envían neurotransmisores el uno al otro, enfatiza cuánto nuestros pensamientos pueden afectar funciones superiores, nuestras emociones y percepciones, la absorción de nutrientes, nuestro sistema inmunitario, y mucho más.

El segundo factor involucrado en causar varias formas de estrés es lo que decimos. Estudiamos dos categorías de lo que decimos – palabras positivas y palabras negativas – y cómo nos afectan. También estudiamos cómo nos afectan las palabras que decimos a nosotros mismos y el poder de bendiciones verbales.

El tercero factor es lo que hacemos. Estudiamos algunas ventajas de hacer el bien como provisión, salud, seguridad, y protección. También vimos algunas desventajas de no hacer el bien como el despertar de la consciencia y la corrupción de la mente, las emociones y el cuerpo.

El cuarto factor es lo que comemos. Hablamos sobre la gran diferencia de opiniones con respecto a lo que comemos y el principio bíblico en Romanos 14:1-5 que debe guiarnos en nuestras relaciones con otras personas sobre este tema. También examinamos las leyes dietéticas del Antiguo Testamento y concluimos que no se aplican a nosotros como creyentes. Por fin, echamos un vistazo a la práctica de ayunar y los beneficios físicos y espirituales que podemos recibir si participamos en ella.

El quinto factor es lo que heredamos. Estudiamos que toda persona ha heredado una predisposición genética a la muerte a través de la transgresión de Adán. De las Escrituras ya hemos demostrado que lo que pensamos, decimos, hacemos y comemos tendrá un gran efecto en las enfermedades genéticas. También les mostramos que Dios a menudo usará condiciones genéticas para llevar a cabo Sus grandes obras en y a través de nosotros.

**Sermón**

Hoy vamos a examinar cómo se desarrolla el estrés y cómo puede ser la causa de varias enfermedades.

1. Cómo se desarrolla el estrés – el patrón de Adán y Eva – Génesis 3
   1. Empieza con una falta de agradecimiento – Génesis 3:1

*Pero la serpiente era astuta, más que todos los animales del campo que Jehová Dios había hecho; la cual dijo a la mujer: ¿Conque Dios os ha dicho: No comáis de todo árbol del huerto?*

* + 1. El diablo, a través de la serpiente, estaba tentando a Eva para que se sintiera descontenta porque no podía disfrutar de todo lo que Dios había creado. Pero la persona agradecida no respondería con descontento.
    2. La persona agradecida reconoce que todo lo que tiene es un regalo de Dios – Santiago 1:17

*Toda buena dádiva y todo don perfecto desciende de lo alto, del Padre de las luces, en el cual no hay mudanza, ni sombra de variación.*

* + 1. La persona agradecida es alegre y es generosa. La primera parte de Proverbios 15:13 dice, *“El corazón alegre hermosea el rostro.”* Normalmente los que expresan este tipo de rostro están agradecidos. La primera parte de Proverbios 17:22 dice, *“El corazón alegre constituye buen remedio.”* ¿No te gusta estar en presencia de personas así? ¿Por qué nos sentimos así? Porque tales personas son como un buen remedio. Esta es la persona agradecida.
    2. La persona agradecida reconoce que Dios es más que suficiente – Salmo 23:1

*Jehová es mi pastor; nada me faltará.*

* 1. La falta de agradecimiento conduce al descontento – Génesis 3:2 y 3

*Y la mujer respondió a la serpiente: Del fruto de los árboles del huerto podemos comer; pero del fruto del árbol que está en medio del huerto dijo Dios: No comeréis de él, ni le tocaréis, para que no muráis.*

* + 1. Casi puedo imaginarla haciendo pucheros mientras le decía a la serpiente sobre su falta de agradecimiento con respecto al árbol en el medio del huerto.
    2. El descontento comienza con la idea falsa de que Dios nos está ocultando algo bueno. Veo el descontento en Eva por la manera en que respondió a la serpiente.
    3. El descontento genera murmullos, quejas e inquietud – Éxodo 16:2-3

*Y toda la congregación de los hijos de Israel murmuró contra Moisés y Aarón en el desierto; y les decían los hijos de Israel: Ojalá hubiéramos muerto por mano de Jehová en la tierra de Egipto, cuando nos sentábamos a las ollas de carne, cuando comíamos pan hasta saciarnos; pues nos habéis sacado a este desierto para matar de hambre a toda esta multitud.*

* + 1. La ciencia ha probado que el descontento produce pensamientos negativos que suprimen el sistema inmunitario y conducen a enfermedades.
    2. Una definición de contentamiento
       1. Es reconocer que Dios y otros nos han dado todo que necesitamos. Por ejemplo, el apóstol Pablo dio gracias a Dios y expresó su gratitud a los filipenses por lo que enviaron para ayudarle en su ministerio.
       2. Es reconocer que Dios es más que suficiente.
       3. Es estar contento con las provisiones básicas que Dios nos da – 1 Timoteo 6:6-8

*Pero gran ganancia es la piedad acompañada de contentamiento; porque nada hemos traído a este mundo, y sin duda nada podremos sacar. Así que, teniendo sustento y abrigo, estemos contentos con esto.*

* 1. Estamos estudiando cómo se desarrolla el estrés tomando como un patrón la historia de Adán y Eva en Génesis capítulo 3. Ya hemos visto que empieza con una falta de agradecimiento. También vimos que la falta de agradecimiento conduce al descontento. El tercero punto que queremos sacar de esta historia es que el descontento nos guía a desear lo prohibido.

Génesis 3:6

*Y vio la mujer que el árbol era bueno para comer, y que era agradable a los ojos, y árbol codiciable para alcanzar la sabiduría; y tomó de su fruto, y comió; y dio también a su marido, el cual comió así como ella.*

* 1. El desear lo prohibido nos conduce a exaltar el intelecto. Miren el proceso de los pensamientos de Eva en el versículo 6.
     1. El árbol era bueno para comer
     2. El árbol era agradable a los ojos
     3. El árbol era codiciable para alcanzar la sabiduría
     4. El fruto del árbol abrirá sus ojos para saber el bien y el mal
     5. Su conclusión: Ciertamente Dios me está prohibiendo de comer algo que es bueno para mí.
  2. El exaltar nuestro intelecto sobre lo que dice Dios nos guiará a creer mentiras – Génesis 3:4 y 5

*Entonces la serpiente dijo a la mujer: No moriréis; sino que sabe Dios que el día que comáis de él, serán abiertos vuestros ojos, y seréis como Dios, sabiendo el bien y el mal.*

* + 1. Las mentiras que creyó Eva
       1. Ella y Adán no morirán
       2. Ella y Adán serán como Dios
    2. También hay mentiras comunes que estamos acostumbrados a creer
       1. Mentiras que afectan nuestra opinión de nosotros mismos
          1. “Soy feo.”
          2. “No puedo decir nada bien.”
       2. Mentiras que afectan nuestra relación con Dios
          1. “Dios no está interesado en mí.”
          2. “Dios no ama porque deja sufrir a personas inocentes.”
       3. Otras mentiras
          1. “Cuanto más dinero tenga, más seguro estaré.”
          2. “Para obtener lo que necesito, debo pedir prestado dinero.”
  1. Como dije antes, es tan importante guardar los pensamientos que llegan a nuestras mentes, porque si los aceptamos, llegan a ser parte de nuestro sistema de creencias. Cuando creemos mentiras el próximo paso es caer en el pecado. Eso es exactamente lo que pasó con Adán y Eva. Como ya hemos leído en Génesis 3:6, Eva *“tomó de su fruto, y comió; y dio también a su marido, el cual comió así como ella.”*
  2. El desarrollo de miedo y temores – dijo Adán en Génesis 3:10 – *“tuve miedo”*
  3. El tomar decisiones imprudentes – Génesis 3:7-10
     1. *Cosieron hojas de higuera* – v. 7
     2. *Se hicieron delantales* – v. 7
     3. *Se escondieron de la presencia de Jehová Dios* – v. 8
  4. Los recuerdos dolorosos – Génesis 3:11-13

*Y Dios le dijo: ¿Quién te enseñó que estabas desnudo? ¿Has comido del árbol de que yo te mandé no comieses? Y el hombre respondió: La mujer que me diste por compañera me dio del árbol, y yo comí. Entonces Jehová Dios dijo a la mujer: ¿Qué es lo que has hecho? Y dijo la mujer: La serpiente me engañó, y comí.*

* + 1. En este caso, ¿cuáles fueron los recuerdos dolorosos?
       1. Adán se dio cuenta de que los ojos de ambos se habían abierto – v. 11
       2. Adán reconoció que había desobedecido a Dios – v. 11
       3. Eva reconoció que fue engañada por la serpiente – v. 13
    2. Permítanme darles algunos datos médicos relacionados con los recuerdos dolorosos.
       1. El sistema límbico de nuestro cerebro no solo dirige el almacenamiento y el recuerdo de la memoria, sino que también une una emoción a cada memoria.
       2. El efecto que los recuerdos dolorosos tienen en nuestro cuerpo es el mismo, ya sea que ocurra de manera consciente o inconsciente.
  1. Los conflictos no resueltos conducen a dos cosas.
     1. Una es otras formas de estrés como el enojo, la culpa, la lascivia, la amargura, la avaricia, el miedo, o la envidia.
     2. La otra es síntomas de enfermedad.
        1. No estoy diciendo que todos los síntomas de enfermedad sean causados por conflictos no resueltos, pero incluso la profesión médica reconoce que algunas enfermedades aparentes en realidad están relacionadas con cosas como la culpa, la depresión y otros problemas no médicos.
        2. El estrés no resuelto causa un desequilibrio en el sistema nervioso autónomo y produce muchos cambios hormonales en todo el cuerpo.
        3. Pronto los síntomas de la enfermedad comienzan a aparecer como presión arterial alta, diabetes, fatiga crónica, etc.
        4. Si tratamos estos síntomas, que en realidad son causados por conflictos no resueltos, con medicamentos, a menudo experimentaremos efectos secundarios como resultado de la acumulación de subproductos tóxicos.
        5. La mejor solución no es tratar de controlar tales síntomas con medicamentos sino resolver el estrés que está causando los síntomas.
        6. Déjenme recordarles otra vez que estoy hablando de síntomas de enfermedad causados por conflictos no resueltos, no de enfermedades reales que deben tratarse con medicamentos.

1. Cómo el estrés puede ser la causa de varias enfermedades
   1. Los testimonios de tres médicos
      1. Dr. Ryke Hamer – médico alemán
         1. En diciembre de 1978, su hijo murió como resultado de una herida de bala.
         2. El Dr. Hamer estaba abrumado por el dolor y la tristeza de esta tragedia, y pronto desarrolló cáncer.
         3. Se preguntaba si había alguna conexión entre su cáncer y el estrés no resuelto de su dolor.
         4. Después de realizar un estudio que involucró a más de veinte mil pacientes, fue capaz de establecer una correlación directa entre varios tipos de estrés y enfermedades específicas.
         5. También observó que cuando se resuelve un estrés particular, la enfermedad relacionada a menudo desaparece.
         6. No tengo la intención de validar o negar el trabajo del Dr. Hamer. Lo menciono porque nos da una clave para comprender la relación entre el estrés y la enfermedad. Examinaremos esa relación en detalle más adelante en esta serie.
      2. Dr. Roger Billica
         1. En una conferencia en 2007, describió en detalle los efectos dañinos del estrés en los sistemas hormonales.
         2. El estrés causó un desequilibrio en los niveles de cortisol, lo que a su vez causó muchos problemas de salud como un desequilibrio de los niveles de electrolitos, diabetes, y mucho más.
      3. Dr. Joel Robbins
         1. Es médico, quiropráctico y médico naturista.
         2. Combina las tres disciplinas en su práctica junto con un conocimiento profundo de los principios bíblicos en el tratamiento de sus pacientes.
         3. Él informa que el estrés es a menudo la causa de las enfermedades de sus pacientes.
   2. Parece que existe una relación entre varias formas de estrés y los sistemas primarios del cuerpo humano.
      1. Hay siete formas de estrés mencionadas en el Sermón del Monte – Mateo 5-7
         1. El enojo o la ira (Mateo 5:21-22)
         2. La culpa (Mateo 5:23-24)
         3. El adulterio, la fornicación, la lascivia y/o la codicia (Mateo 5:27-30)
         4. La amargura (Mateo 5:38-48)
         5. La avaricia (Mateo 6:19-30)
         6. El afán o el miedo (Mateo 6:31-34)
         7. La envidia (Proverbios 14:30; Mateo 7:12)
      2. Hay siete sistemas primarios del cuerpo humano
         1. El sistema cardiovascular
         2. El sistema nervioso
         3. El sistema endocrino
         4. El sistema digestivo
         5. El sistema inmunitario
         6. El sistema respiratorio
         7. El sistema musculoesquelético
   3. Parece que existe una correlación importante entre las siete formas de estrés y los siete sistemas primarios de nuestro cuerpo
      1. Por ejemplo, es probable que una persona con ira sufra problemas cardíacos.
      2. Cuando una persona tiene amargura, es probable que tenga trastornos digestivos.
      3. No olvidemos que hay cinco factores relacionados con la enfermedad. Por lo tanto, el hecho de que alguien tenga una enfermedad no significa necesariamente que tenga el estrés correspondiente. Sin embargo, si la enfermedad no responde al tratamiento médico, se debe considerar cuidadosamente si una forma de estrés está causando el problema médico o no.

**Conclusión**

Hermanos, el estrés es una maquinación que usa el diablo en las vidas de creyentes para desanimarnos, debilitarnos, hacernos vulnerables a enfermedades, y destruir los ministerios que el Señor quiere hacer a través de nosotros.

Hasta ahora hemos estudiado los cinco factores que se usan por el enemigo para causar varias formas de estrés. Otra vez, esto factores son lo que pensamos, lo que decimos, lo que hacemos, lo que comemos y lo que heredamos. También, usando el patrón de la historia de Adán y Eva, hemos estudiado cómo se desarrolla el estrés. Comienza con una falta de agradecimiento, pero si no tratamos con ese problema, puede llevarnos al descontento, el deseo de lo prohibido, la exaltación del intelecto, la caída en el pecado, el miedo, decisiones imprudentes, recuerdos dolorosos e incluso enfermedades. Por fin, vimos la relación entre varias formas de estrés y los sistemas primarios del cuerpo humano. En los sermones que siguen en esta serie vamos a examinar cada forma de estrés en detalle y cómo cada uno puede debilitar un sistema primario de nuestro cuerpo. Que Dios nos ayude a poner en práctica lo que hemos estudiado. Que Dios bendiga a Su Palabra.