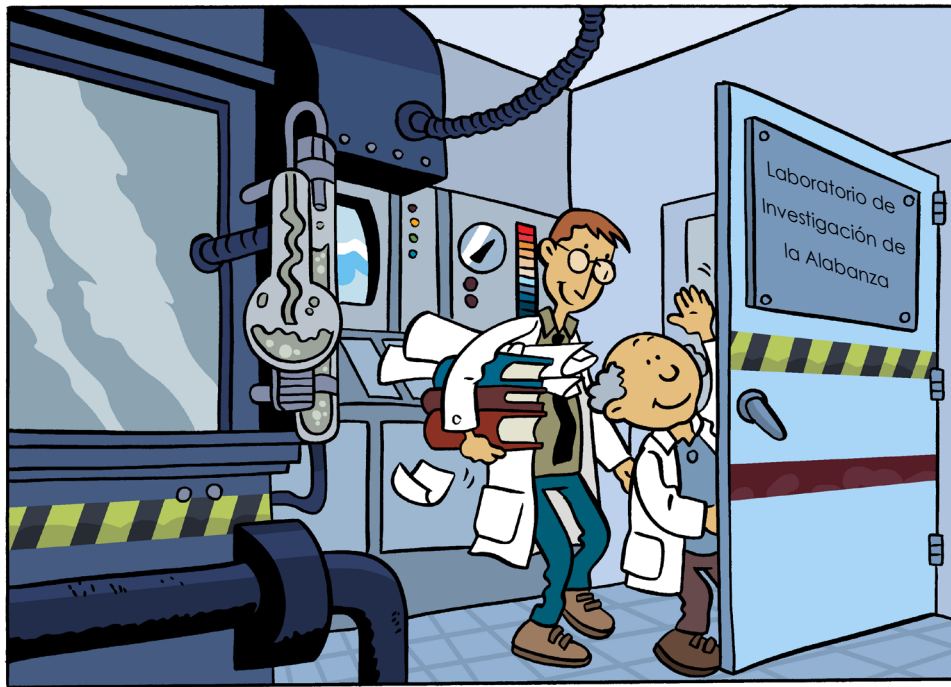


Los beneficios de la alabanza y gratitud

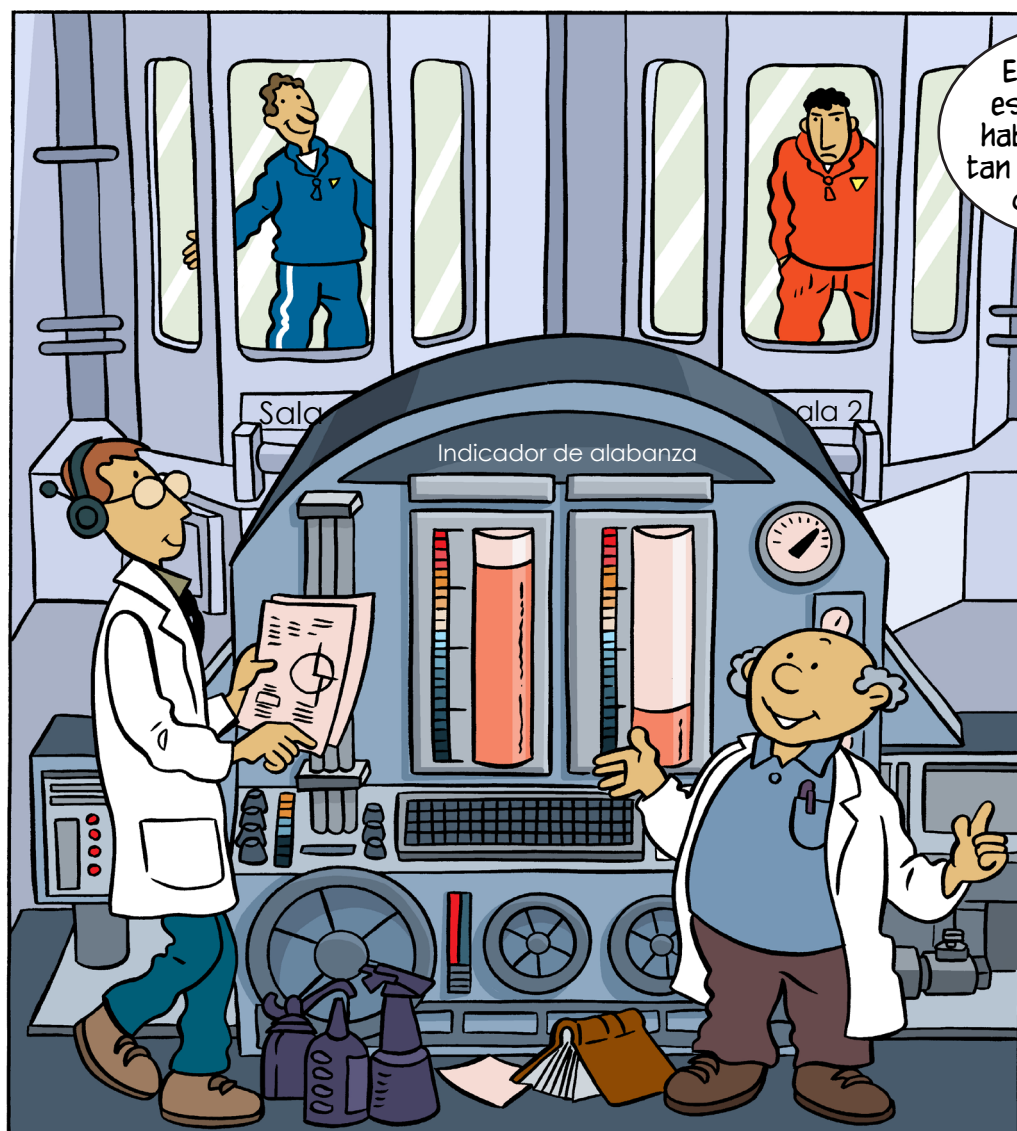
Cuando das gracias a Dios y le alabas, te acercas más a Él. El salmo 22:3 nos dice:
«Dios habita en las alabanzas de Su pueblo» (parafraseado).



En cualquier situación, si tienes una actitud de alabanza y agradecimiento, te sentirás más contento. A veces, hasta te ayuda a sentirte mejor físicamente.

También es cierto lo contrario. ¿Qué es lo opuesto a la alabanza y ser agradecido? La queja y la falta de gratitud.

A veces, las cosas que suceden en la vida nos causan tristeza, nos hacen quejarnos y sentir envidia. Cuando las cosas no salen como nos gustaría, resulta fácil olvidarnos de las muchas bendiciones de Dios en nuestra vida. Es fácil olvidarse de darle gracias a Jesús por todo lo bueno.

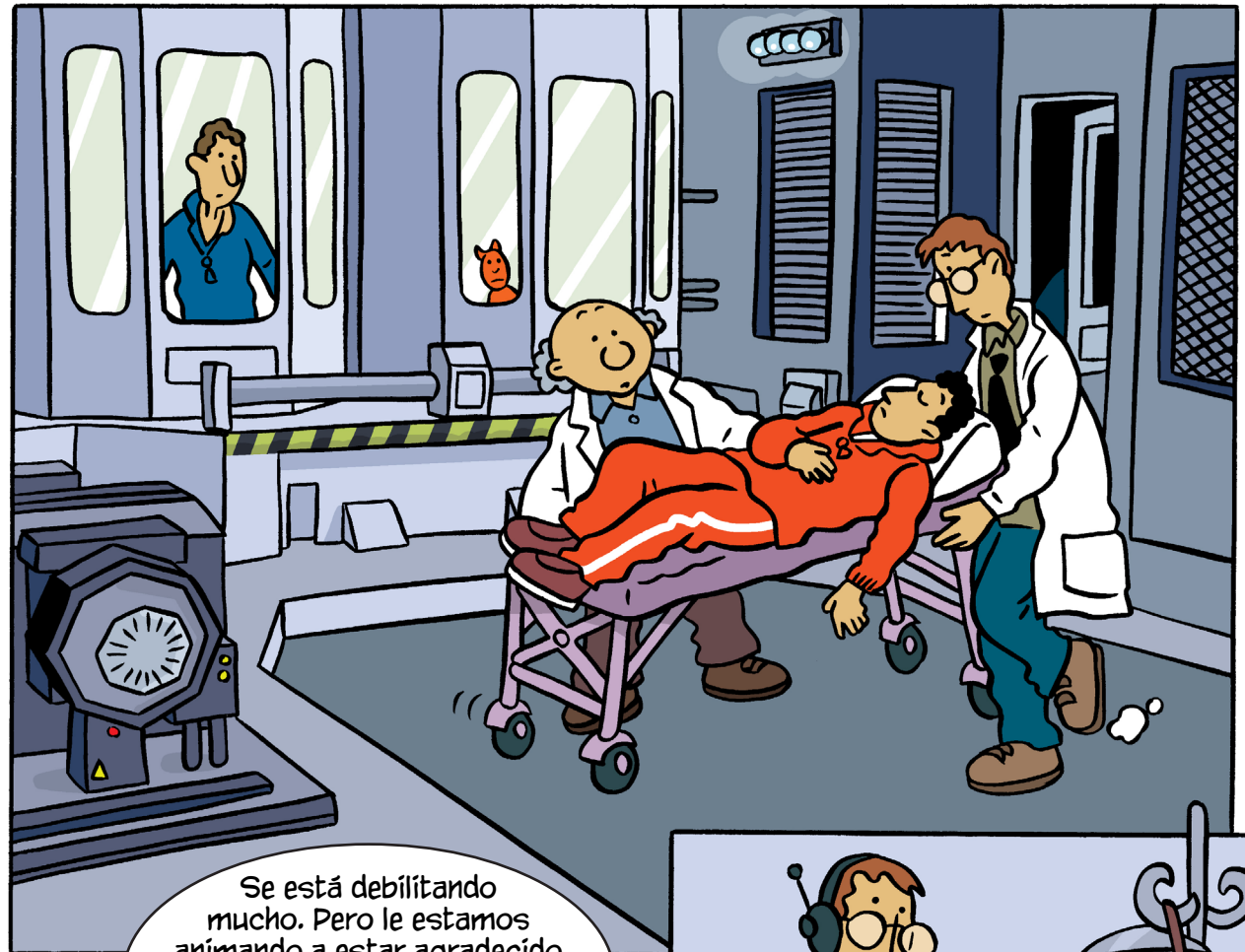


«Dad gracias en todo, porque esta es la voluntad de Dios para con vosotros en Cristo Jesús» (1 Tesalonicenses 5:18; RV).



Sin embargo, en cuanto nos acordamos de darle gracias a Dios por Su grandeza y amor, ¡los sentimientos de desánimo y desaliento comienzan a desvanecerse!

En ocasiones, los pensamientos negativos nos debilitan físicamente. El temor y la preocupación nos causan tensión física, y finalmente el cuerpo se debilita y se agota bajo el estrés. Un cuerpo débil y cansado se enferma más fácilmente. Por eso, para mantenernos saludables, tanto física como espiritualmente, debemos superar los pensamientos negativos concentrándonos en la alabanza y el agradecimiento.



«No se preocupen por nada; en cambio, oren por todo. Díganle a Dios lo que necesitan y denle gracias por todo lo que Él ha hecho. Así experimentarán la paz de Dios, que supera todo lo que podemos entender. La paz de Dios cuidará su corazón y su mente en Cristo Jesús.» (Filipenses 4:6-7; NTV)

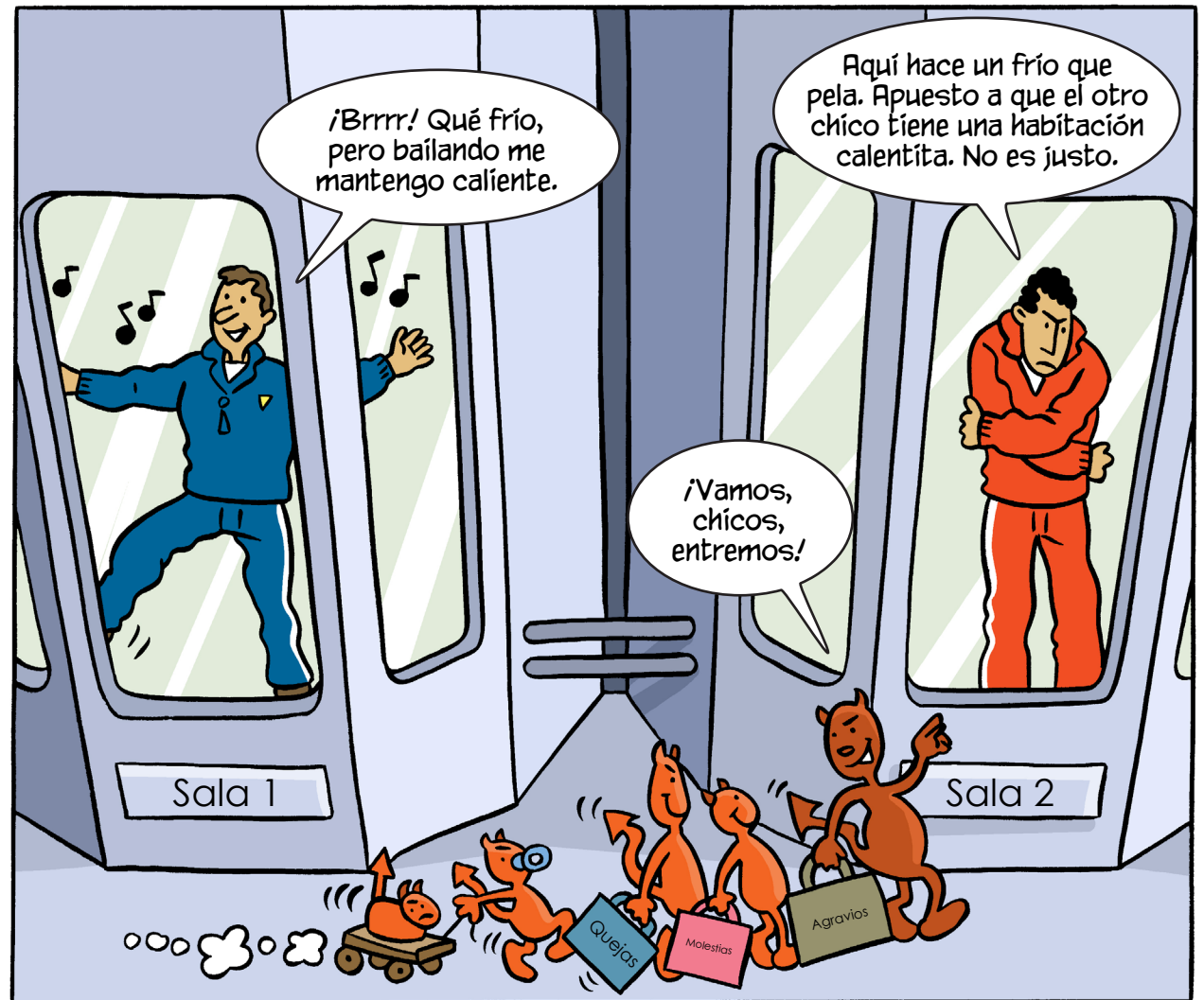


Aunque sientas que algo es injusto, si das paso a la queja o sientes que mereces estar triste o enojado, abrirás la puerta a que tome el control el desaliento.

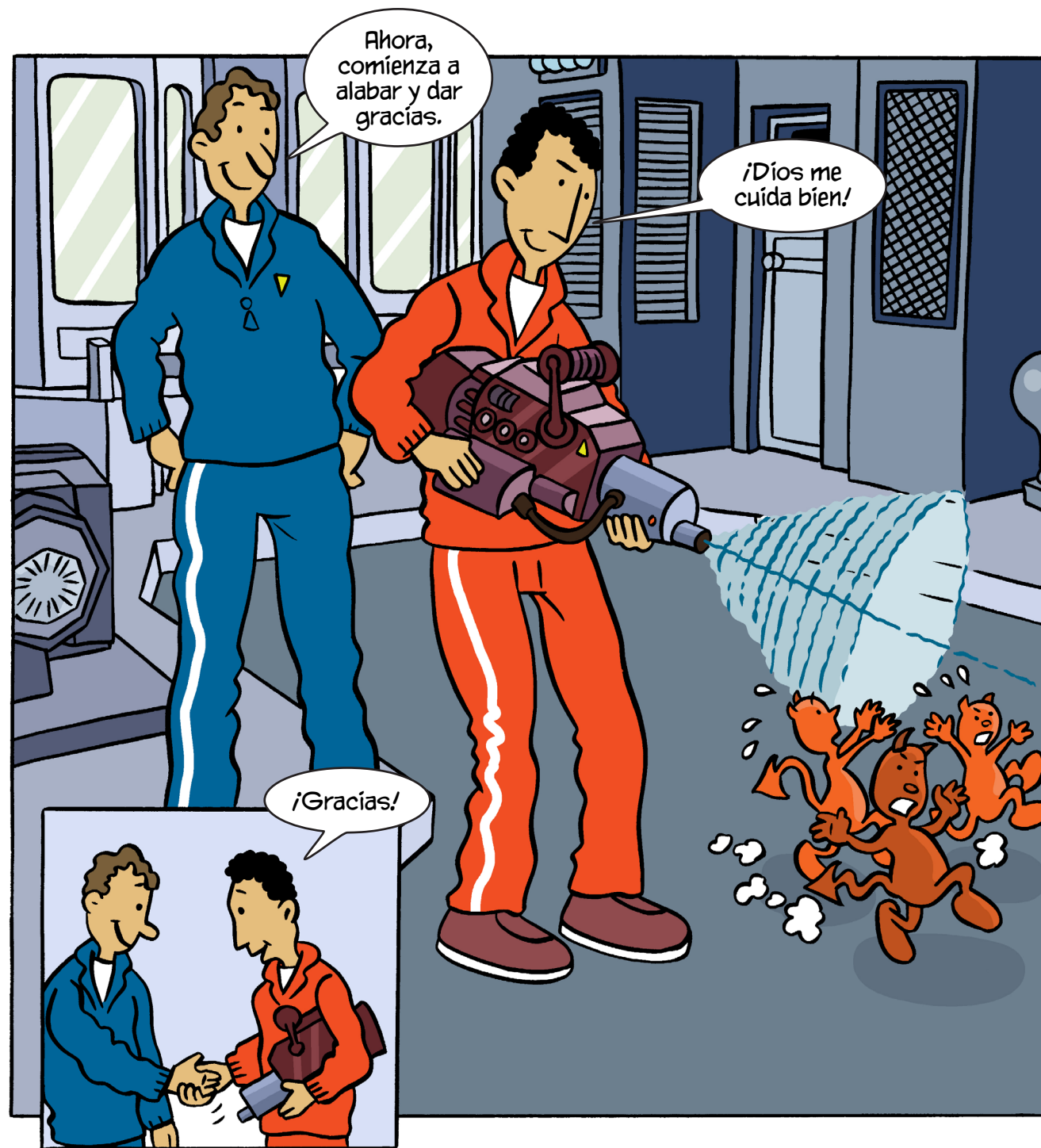
«Hagan todo sin quejarse y sin discutir... Lleven una vida limpia e inocente como corresponde a hijos de Dios.» (Filipenses 2:14-15; NTV.)



«Alabaré al Señor en todo tiempo; a cada momento pronunciaré Sus alabanzas» (Salmo 34:1; NTV).

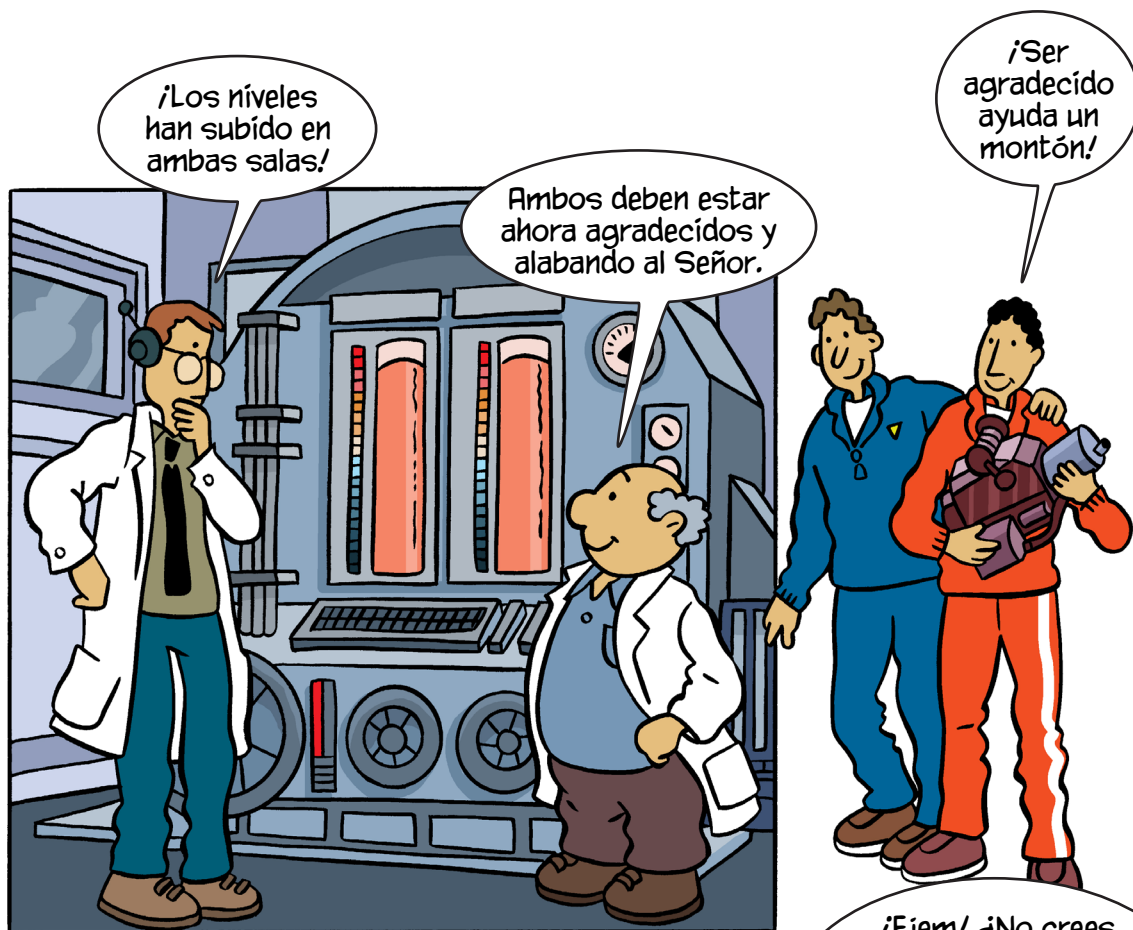


«Demos gracias a Dios por Su amor, por todo lo que ha hecho en favor nuestro»
(Salmo 107:8; TLA)



Si deseas mantenerte fuerte física y espiritualmente, es importante que seas rápido alabando al Señor y dándole gracias.

Cuando sientas la tentación de ser un poco negativo, esfuérzate y ponle aún más entusiasmo a ser agradecido.



«Todo lo que es verdadero, todo lo honesto, todo lo justo, todo lo puro, todo lo amable, todo lo que es de buen nombre; si hay virtud alguna, si algo digno de alabanza, es esto pensad»
(Filipenses 4:8; RV).



¡Pídele a Jesús que te ayude a darle las gracias y alabarle! Él te ayudará cuando se lo pidas.

¡Ejem! ¿No crees que los científicos deberían asistir ellos mismos a las salas de prueba en lugar de que lo hagas tú?

