

IGUAL A NOSOTROS- 1 Reyes 19

Elías era un hombre sujeto a pasiones semejantes a las nuestras, y oró fervientemente para que no lloviese, y no llovió sobre la tierra por tres años y seis meses. Santiago 5:17

Elías no pensaba racional ni realísticamente. Debemos desafiar estos pensamientos: identificar el pensamiento, cuestionarlo y cuestionar la evidencia. Presta atención a tus pensamientos. ¿Qué pensamientos prevalecen? ¿Cuál es tu diálogo interno?

Elías se apartó de quienes podían fortalecerlo. Es interesante cómo funciona la naturaleza humana. Cuando nos desanimamos, tendemos a alejarnos del contacto humano, ¡y eso suele ser lo peor que podemos hacer! Hay personas a nuestro alrededor que son confiables y nos ofrecerán apoyo en nuestros momentos de necesidad. Es una buena práctica compartir nuestro trabajo ministerial con aquellos a quienes hemos capacitado para servir en mayores capacidades. Nuestro trabajo puede abrumarnos, dejándonos a menudo agotados espiritual, emocional y mentalmente.

La vulnerabilidad de Elías llegó tras una gran victoria espiritual. A menudo llamada depresión post-logro, implica sentir tristeza, vacío o falta de propósito tras un logro importante. Esto puede suceder porque el enfoque en la meta ha sido intenso y la dirección y el propósito que proporcionaba han desaparecido. El "efecto decepción" también puede contribuir, donde la emoción inicial por lograr una meta es seguida por una sensación de vacío y fatiga.

Elías estaba agotado física y emocionalmente. Los hombres experimentan un 45% más de carga de las siguientes dolencias: COVID, enfermedades cardíacas y enfermedades hepáticas. Curiosamente, los hombres se sienten más saludables que sus cónyuges. Necesitamos cuidarnos a nosotros mismos, en todas las dimensiones, si queremos llevar a cabo el propósito que Dios ha puesto en cada uno de nosotros.

Elías se perdió en la autolástima. La Biblia dice: «Pero él mismo se adentró un día en el desierto y llegó a sentarse bajo una retama. Y oró deseando morir, y dijo: “¡Basta ya! ¡Señor, quítame la vida, pues no soy mejor que mis padres!”». 1 Reyes 19:4