

Cómo enfrentar los desafíos con sabiduría

"La ansiedad: una respuesta errónea frente a los desafíos que debe ser corregida, 1ª Parte." Dr. David Hormachea - Octubre 21 de 2021



Principios
Congregación

"La ansiedad aguda es un estado de inquietud, de angustia y desasosiego, que nos impide responder normalmente a las demandas de la vida. La ansiedad nos impide vivir en forma sencilla y nos mete en un estado de excesivas preocupaciones que nos llevan a cometer serias equivocaciones."

CARACTERÍSTICAS REVELADORAS DE LA ANSIEDAD

"La ansiedad que sobrepasa los límites normales, es un estado de inquietud, de angustia y desasosiego que nos impide responder normalmente a las demandas de la vida, que nos deja en un estado de excesivas preocupaciones que afecta nuestra vida integral y nuestras relaciones."

Las manifestaciones sintomatológicas de la ansiedad son muy variadas y pueden clasificarse en diferentes grupos:

- Físicos
- Psicológicos
- De conducta
- Intelectuales o cognitivos

*No todas las personas tienen los mismos síntomas, no todos tienen todos los síntomas, ni éstos la misma intensidad en todos los casos.

-**"Tendemos a llenarnos de ansiedad por lo que puede ocurrir."**

-La segunda área de ansiedad es los conflictos del presente.

-La tercera área de ansiedad es el pecado.

TENDENCIAS: PREDISPOSICIONES QUE NOS OBLIGAN A EMITIR UN JUICIO

"Debido a nuestras características innatas, a nuestra formación, las experiencias positivas o negativas, todos vemos lo que estamos preparados para ver y cuando nuestras predisposiciones son equivocadas, también las soluciones que busquemos serán inapropiadas."

Cómo enfrentar los desafíos con sabiduría

“La ansiedad: una respuesta errónea frente a los desafíos que debe ser corregida, 1ª Parte.” Dr. David Hormachea - Octubre 21 de 2021



Principios
Congregación

Conclusión:

“Lo que debemos o no debemos hacer en los desafíos que enfrentamos no debe depender de ninguna suposición que acostumbre a hacer nuestra mente. Debemos enfrentar la ansiedad que experimentamos frente a los desafíos que tenemos siguiendo un plan bien diseñado, no basado en temores sino en los principios divinos bien aplicados.”

JESUCRISTO: ARGUMENTOS CONCRETOS FRENTE A LA ANSIEDAD

“Jesucristo conoce nuestras debilidades y flaquezas y sabe que enfrentar la vida es un serio desafío y por ello nos presenta con claridad algunos argumentos concretos para que comprendamos el desafío que nos presenta la ansiedad.”

PRIMER ARGUMENTO:

"LA ANSIEDAD DESMEDIDA NOS MOTIVA A ENFOCARNOS MÁS EN LAS COSAS QUE EN LA VIDA".

SEGUNDO ARGUMENTO:

"LA ANSIEDAD DESMEDIDA NOS HACE OLVIDAR EL VALOR QUE DIOS NOS HA DADO POR SU BONDAD Y NO HACE VIVIR EN UN MUNDO DE INDIGNIDAD".

TERCER ARGUMENTO:

"LA ANSIEDAD DESMEDIDA NOS HACE ENFOCAR EN LO IMPOSIBLE E IGNORAR LO POSIBLE".

CUARTO ARGUMENTO:

"LA ANSIEDAD DESMEDIDA NOS HACE OLVIDAR QUE SOMOS SERES ETERNOS Y NOS HACE ENFOCARNOS EN LO TEMPORAL".

QUINTO ARGUMENTO:

"LA ANSIEDAD DESMEDIDA ES CARACTERÍSTICA DE LOS PAGANOS, NO DE LOS CRISTIANOS".

Conclusión:

“Quienes se llenan de ansiedad por lo incambiable o por lo inevitable cometen un serio error que perjudicará no solo su vida sino destruirá su confianza en Dios. Quienes asumen sus responsabilidades presentes y se preparan para los desafíos del futuro y determinan que enfrentarán toda la vida y sus desafíos con sabiduría, pueden experimentar una ansiedad normal pero no una ansiedad enfermiza y perjudicial.”