



# JESÚS ES NUESTRA ALEGRÍA

## Hebreos Capítulo 1

***Has amado la justicia y odiado la maldad; por eso Dios, tu Dios, te ha ungido con aceite de alegría, te prefirió a ti por encima de tus compañeros». Hebreos 1:9***

Este verso llamó mi atención en tanto que, muchas veces no nos damos cuenta de lo privilegiados que somos. Que aun teniendo todo lo que necesitamos para existir y ser felices, seguimos fijándonos en lo negativo, en aquello que no nos gusta, que no nos satisface o que no tenemos.

En mi trasegar por la vida me he encontrado con personas que casi siempre están sonrientes, alegres o de buen ánimo, aun cuando enfrentan situaciones complejas, a todo le sacan el lado bueno y contagian a los demás con su desparpajo y forma de ser.

Es muy pertinente abordar este tema, ya que algunas veces cuando se hace referencia a personas que profesan la fe cristiana, la mayoría tiende a pensar que es gente aburrida, amargada, grosera o rígida, y en ciertos casos solo esta percepción basta para que muchos no se interesen por conocer a Dios. Al respecto, dice en Sofonías 3:17 que Dios, nuestro creador es alegre y también dice en Génesis 1:26-27 que fuimos hechos a su semejanza, por lo tanto, en nuestro diseño natural está implícito el ser alegres

y si bien es cierto, hay algunos individuos cuya personalidad les facilita ser más alegres y felices que otras; a todos Dios nos dió la emoción de la alegría. No obstante, por alguna razón los problemas, los sueños incumplidos, las frustraciones, entre otras cosas, poco a poco nos van llevando a vivir cansados, aburridos, desanimados o preocupados.

Pensando un poco en lo que simboliza la alegría, encontré que una de sus definiciones la describe como un sentimiento de placer producido normalmente por un suceso favorable que suele manifestarse con un buen estado de ánimo, la satisfacción y la tendencia a la risa.

Esta definitivamente es una definición interesante, que me lleva a reflexionar en ¿cuál es ese suceso favorable que nos ocurre a diario y es capaz de generar alegría y buen estado de ánimo? Seguramente, son muchos los que podríamos mencionar el hecho de poder respirar, levantarnos cada mañana, poder caminar, ver, tener salud, un empleo, el amor de nuestros hijos y familia, y tantas otras cosas, pero particularmente, sin duda el más grandioso es conocer a Jesús, la misericordia de Dios que se renueva todos los días, caminar en libertad y poder hablar todos los días con Dios como un hijo con su padre. A pesar de eso, es frecuente enfocarnos más en los sucesos desfavorables, razón por la cual vivimos en lo opuesto a la alegría que es, la tristeza.



En este mismo sentido, desde el aspecto psicológico algunos estudios indican que existen varios tipos de alegría:

- **Alegría verdadera.** Aquella que se genera de forma natural y espontánea en la persona después de un acontecimiento placentero.

- **Alegría hilarante.** Es la respuesta a situaciones espontáneas que nos resultan graciosas.

- **Alegría simulada.** Es la que se muestra de manera intencionada sin que exista nada que la genere. Dentro de esta se encontraría la cínica, que es aquella que se produce para evitar dar otro tipo de respuesta.

- **Alegría maligna.** Cuando nos reímos de la desgracia ajena. Las personas que la experimentan se sienten alegres porque a otros no les va bien o porque han cometido algún error.

- **Alegría patológica.** La alegría, como el resto de emociones, en grandes cantidades también puede ser peligrosa. Una persona que se está siempre riendo o que siempre está feliz puede perder el control de la situación y dejar de ser objetiva. Puede ser peligrosa y poner en riesgo la salud mental. Por ejemplo, la alegría patológica se puede producir en el transcurso de un episodio maniaco. Se trata, por lo tanto, de un estado de hiperactivación desproporcionado.

Por otra parte, desde el ámbito espiritual la alegría es considerada como un fruto que produce el Espíritu Santo **Gálatas 5:22-23** *En cambio, el Espíritu produce amor, alegría, paz, paciencia, amabilidad, bondad, fidelidad, humildad y dominio propio. No existe ninguna ley en contra de esas cosas.*

Es el quien nos corona con su aceite de alegría, como lo dice en **Isaías 61:2-3**

*Me eligió también para consolar a todos los que están tristes, para darle al pueblo afligido de Sion una corona en vez de cenizas, aceite de alegría en vez de luto, vestido de alabanza en vez de espíritu triste. Ellos serán llamados robles de justicia, la planta gloriosa del SEÑOR.* Fue el espíritu santo quien ungió a Jesucristo con ese óleo y a través de El nosotros también recibimos esa unción. El Espíritu Santo es la fuente de la alegría verdadera y al reconocer a Cristo como señor y salvador también lo recibimos a El.

Teniendo en cuenta lo anterior, debemos reconocer que el mundo en el que habitamos ofrece alegrías engañosas, que no llenan el corazón y producen vacío, llevándonos a las obras de la carne: “fornicación, impureza, libertinaje, borracheras, orgías y cosas semejantes” (**Gál 5: 19-21**). Adicional a esto el afán de tener cosas, la ambición de poder y el deseo de placer, nos producen ceguera espiritual, mental y emocional, como advierte Pablo en Efesios 4: 18-19 *Con la autoridad del Señor digo lo siguiente: ya no vivan como los que no conocen a Dios, porque ellos están irremediablemente confundidos. Tienen la mente llena de oscuridad; vagan lejos de la vida que Dios ofrece, porque cerraron la mente y endurecieron el corazón hacia él. Han perdido la vergüenza. Viven para los placeres*

*sensuales y practican con gusto toda clase de impureza.*

Pero cuando el Espíritu Santo nos llena, adquirimos todo lo que Él es y cuanto más cerca estamos de Dios, más permitimos que sus frutos crezcan y maduren en nosotros y como todo fruto para que se desarrolle es preciso que reciba la cantidad adecuada de luz, agua y nutrición, en este sentido, la palabra dice que es Jesús la luz del mundo, el agua y el pan de vida eterna, esto nos habla de intimidad, cercanía y una relación personal con El.

Este fruto no surge de la nada, el espíritu santo planta la semilla y este se produce luego de un proceso de transformación de nuestra vida, no es algo fingido, no es en nuestras fuerzas, requiere que tomemos la decisión diaria de obedecer, amar la justicia y aborrecer la maldad y entonces se reflejará en las acciones externas de y de la nueva condición del corazón de una persona.

La vida nunca será perfecta, habrá momentos de grandes alegrías pero al mismo tiempo enfrentaremos grandes retos. Lo que hará la diferencia es la manera como enfrentemos las situaciones adversas. Tal vez no tengamos el poder de cambiar las circunstancias pero si tenemos el poder de elegir como las atravesamos.



El apóstol Pablo vivió situaciones extremas, sin embargo nos enseña cómo se puede vivir contento en cada una de ellas. Dice la palabra que un día mientras estaba encadenado en una cárcel (Hechos 16:22-40), decidió alabar a Dios, enfocarse en lo bueno, reconocer los sucesos favorables en su vida, en lugar de lamentarse por lo malo, supo mantener la alegría en su corazón y una alabanza permanente en él, razón por la cual Dios lo liberó, dice textualmente que: *se abrieron todas las puertas y a los presos se les soltaron las cadenas... Al amanecer, los magistrados mandaron a unos guardias al carcelero con esta orden: «Suelta a esos hombres».*

Si Dios lo hizo con Pablo, puede hacerlo con nosotros, por ello necesitamos tomar la decisión de mantener la alegría en nuestro corazón y caerán todas las cadenas y muros espirituales que impiden que vivamos en la plenitud que ya Dios nos entregó.

También en dice **Juan 15:11** *Les hablo así para que se alegren conmigo y su alegría sea completa.*

Jesús estaba a punto de ser crucificado, Él lo sabía! Pero su alegría no estaba basada en las circunstancias, sino en la posibilidad de redimir a la humanidad. Hoy la invitación es a no conformarnos con vivir una vida de aburrimiento, amargura, falta de contentamiento, una vida infeliz... la voluntad de Dios no es simplemente que seamos felices, o que podamos quitarnos los problemas de encima, sino que tengamos

acceso a la misma alegría, que le fue concedida a Jesucristo: un deleite divino, que se deriva de una relación profunda e inquebrantable con el Padre.

Pidamos a Dios que nos corone con su aceite de alegría cada día, que fluya en nosotros esa regocijo verdadero y necesario para afrontar la vida, y que aquellos que nos rodean puedan notar que somos plenos porque aunque las circunstancias no sean las mejores el hecho de tener a Dios de nuestra parte es motivo suficiente para estar siempre contentos, expectantes y fortalecidos.

Medítenos hoy en esos eventos favorables que nos acontecen todos los días y permitamos que el fruto del Espíritu Santo crezca, sin importar los eventos adversos. Seamos agradecidos, celebremos el presente, aprovechemos el tiempo, porque hoy estamos, mañana tal vez no. No desperdiciemos la vida y no demos lugar a la amargura, tristeza o depresión, porque Dios ha cambiado nuestro lamento en danza *«Has cambiado mi lamento en baile; desataste mi cilicio, y me ceñiste de alegría.» (Salmos 30.11)*

Disfrutemos de la alegría incomparable que se experimenta al tener a Jesús en el corazón. Él único que puede transformar nuestras tristezas en baile. Sanar nuestras heridas con su amor, cambiar la amargura, darle sabor a nuestra vida, un corazón lleno de felicidad desde el momento en que recibimos a Jesús como nuestro Dios y Salvador. Por esto somos privilegiados y este mismo privilegio debemos extenderlo a otros a través de nuestra forma de vivir.

**Filipenses 4:4-7** *Alégrese siempre en el Señor. Repito: ¡Alégrese! Que todos los conozcan a ustedes como personas bondadosas. El Señor está cerca. No se aflijan por nada, sino preséntenselo todo a Dios en oración; pídanle, y denle gracias también. Así Dios les dará su paz, que es más grande de lo que el hombre puede entender; y esta paz cuidará sus corazones y sus pensamientos por medio de Cristo Jesús.*



**VICKY  
PINEDO**

 [princesadedios\\_](#)