**¿Qué hacer en el día malo?**

**1º Samuel 30:1-6; Efesios 6:13**

**Introducción**

1. Dos prédicas que fueron muy direccionales
	1. Aumento trae a Benjamín.
	2. Escrito en el cielo, trascendente en la tierra.
2. El mal seguirá su escalada.
	1. NOM, agenda globalista.
	2. M. Arrambide, colapso mundial. Lucas 21:25-26, 28.
3. Estas fuerzas del mal y estas mentes perversas han traído mucho mal por causa del pecado humano.
	1. 2ª Tesalonicenses 1:6 (Demandas ante la corte celestial).
4. Hemos tenido días malos, y por eso deseo hablarte del día malo (¿Qué hacer en el día malo?)
5. **Días difíciles en nuestra vida. Dr. Phill (La vida real).**
6. El equipo de él hizo un trabajo de muestreo para encontrar las cosas o situaciones estresantes para ti, amigos y vecinos. De 0 a 100, (cero significa que no interfería en nada, de 75 a 100 que interfería completamente), encontraron 15 sucesos que producen un nivel mayor a 75%, el orden ahora no es tan importante, todos afectan según él.
7. Cosas estresantes:
	1. Definamos primero ¿qué es un estresor?

Son cosas que nos consumen, agotan, presionan y marcan.

Nos desgastan espiritual, emocional, mental y físicamente. (Ejemplos. Matrimonio conflictivo, crisis financiera, hijos en drogas, etc.)

Estresores internos son los más devastadores (autoestima baja, monólogos internos equivocados)

* 1. ¿Qué es el estrés?

Es la reacción del cuerpo y de la mente a los estresores, mayor estresor, mayor reacción. Lucas 21:25-26.

Si no sabes manejar estos estresores finalmente te hundirán por el estrés.

* 1. Aclarado esto vamos a ver las cosas que producen el día malo.
		1. Ejecución de hipoteca o embargo.
		2. Muerte de un familiar cercano.
		3. Diagnóstico de una enfermedad grave.
		4. Diagnóstico de una enfermedad grave de un familiar.
		5. Enfermedad grave (crónica).
		6. Muerte del cónyuge.
		7. Caer en bancarrota.
		8. Cambio de situación financiera.
		9. Problema legal traumático.
		10. Separación.
		11. Crisis de identidad.
		12. Trastorno mental de un familiar.
		13. Divorcio.
		14. Lesiones graves.
		15. Muerte de un amigo cercano.
1. **El día malo tiene varias facetas.**
2. El día que tu corazón se hace pedazos.
	1. Pierdes a alguien muy valioso y se rompe tu corazón.
	2. Nadie está exento de eso.
	3. Ejemplo: matrimonio, ser querido, amistad valiosa, etc.
	4. Produce tristeza, aflicción o dolor persistente.
3. El día que descubres que te has traicionado a ti mismo.
	1. Descubres que has vivido sin valentía, sin determinación.
	2. Descubres que has vivido bajo el yugo del miedo, y que este determinó todas tus acciones, distinto a lo que la eternidad escribió de ti.
	3. Descubres que has traicionado tus sueños, por miedo o por agradar a la gente, cuya opinión valoras.
	4. No puedes hacer un recuento de tu vida porque siempre fue de otros.
	5. Descubres que no viviste por tu alto llamado.
4. El día que te descubres incapaz de hacer frente a las exigencias de la vida.
	1. Te sientes colapsado.
	2. La adaptación es la capacidad para hacer frente al mundo, y te las arreglas y ese día descubres que estás agobiado totalmente.
	3. Todo se derrumbó para ti.
5. El día que el cuerpo colapsa.
	1. Una enfermedad inesperada que es grave.
	2. Tu cuerpo se ha desgastado por las presiones y también porque fuiste mal administrador de él, sea lo que fuere.
	3. Tu enfoque será crucial. Salmos 107:20; 3ª Juan 2.
6. El día que la mente colapsa.
	1. Tu mente y tus emociones están dislocadas.
	2. La sociedad no está preparada para problemas mentales, y me temo que la iglesia en muchas partes tampoco.
	3. Salud mental es vital. Marcos 5:15.
7. El día que la adicción toma las riendas.
	1. En 2019 y 2020 eso se incrementó en forma alarmante, nos están destruyendo por fragmentación.
	2. Todos están expuestos a la adicción.
8. El día que pierdes el rumbo y no tienes sentido de propósito.
	1. Pierdes la razón de tu vida.
	2. Quieres saber ¿quién eres? y ¿para qué eres?
	3. Se activa el sentido de insignificancia.
	4. Allí debes redescubrir la fe, conocer al Señor, o morirás colgado como Absalón.
9. El día que descubres que no funcionas como matrimonio, pero tienes que fingir y seguir.
	1. Todos creen que estás bien, pero eres inoperante en casa para hablar, orar, discutir sin gritar ni acusar.
	2. Descubres que estás haciendo daño a tus hijos, pero tu terquedad a dejarte quebrantar, te impide el obrar del Señor.
10. El día que descubres que eres demasiado tóxico. Mateo 12:36-37.
	1. Llenaste de lepra a los demás.
	2. Llenaste de lepra tu casa.
	3. Tienes dos opciones:
		1. Endurecerte más y seguir ese camino.
		2. Arrepentirte delante de Dios.
11. El día que descubres que debes renunciar a algo alguien para poder seguir adelante.
	1. Ejemplo: Raquel y Lea.
	2. El día que descubres que todo lo que lograste lo perdiste. 1º Samuel 30:1-6.

Eso le sucedió a David. Lloró hasta quedar sin fuerzas.

Pero él escogió fortalecerse en Dios. V6.

El próximo tema será “El día malo es tu entrada a la más grande bendición”.