

“GÁNALE AL ENOJO”

Proverbios 16:32 “Mejor es el que tarda en airarse que el fuerte; y el que se enseñorea de su espíritu, que el que toma una ciudad.”

INTRODUCCIÓN: Todos en algún momento hemos sentido ENOJO: Ya sea por una injusticia, por una traición, por una palabra hiriente, o simplemente porque las cosas No salieron como queríamos.

Pero el ENOJO, si No se controla, puede arruinar nuestras **relaciones**, nuestra **salud espiritual**, y nuestra **comunión con Dios**. Hoy Él Señor quiere enseñarnos cómo ganarle al ENOJO y No permitir que el ENOJO gobierne nuestra vida.

I. ¿DE DÓNDE VIENE EL ENOJO?

A. DE HERIDAS NO SANADAS

- 1) Hay ENOJO que viene del dolor profundo:
 - a) Traiciones,
 - b) Rechazos,
 - c) Y abusos.
- 2) Ese ENOJO muchas veces se convierte en rencor o amargura.

B. DEL ORGULLO HERIDO

- 1) Nos molestamos cuando alguien nos contradice o No nos da la razón. (Sgo.4:1-2) “**¿De dónde vienen las guerras y los pleitos entre vosotros?**” ¿No es de vuestras pasiones, las cuales combaten en vuestros miembros?2 Codiciáis, y No tenéis; matáis y ardéis de envidia, y No podéis alcanzar; combatís y lucháis, pero No tenéis lo que deseáis, porque No pedís”.

C. DE EXPECTATIVAS NO CUMPLIDAS

- 1) Cuando la vida No resulta como queremos,
 - a) Nos frustramos...
 - b) Y esa frustración se vuelve ENOJO.

II. **LOS PELIGROS DEL ENOJO NO CONTROLADO**

A. QUIERO DARLE POR LO MENOS 3 PELIGROS DEL ENOJO NO CONTROLADO

- 1) El ENOJO puede convertirse en amargura (He.12:15)
“Mirad bien, No sea que alguno deje de alcanzar la gracia de Dios; que, brotando alguna raíz de amargura, os estorbe, y por ella muchos sean contaminados”
- 2) El ENOJO daña relaciones valiosas
 - a) Cuántos matrimonios, amistades o familias se destruyen por palabras dichas con ENOJO.
- 3) El ENOJO apaga la presencia de Dios (1 Tesalonicenses 5:19) *“No apaguéis al Espíritu.”*
 - a) Cuando reaccionamos con ira, apagamos el fruto del Espíritu en nosotros.

III. **CÓMO VENCER EL ENOJO EN CRISTO**

A. QUIERO DARLE 5 COSAS PARA VENCER EL ENOJO

- 1) Pide ayuda a Dios (Sal.139:23-24) *“Examíname, oh Dios, y conoce mi corazón; Pruébame y conoce mis pensamientos;24 Y ve si hay en mí camino de perversidad, Y guíame en el camino eterno”.*
 - a) Reconocer que tienes un problema,
 - b) Es el primer paso hacia la sanidad.

2) Domina tu espíritu, No tus emociones. (Prov.25:28)

“Como ciudad derribada y sin muro es el hombre cuyo espíritu No tiene rienda.”

- a) El autocontrol es fruto del Espíritu,
- b) No del esfuerzo humano.

3) Perdona activamente. (Marcos 11:25) “Y cuando estéis orando, perdonad, si tenéis algo contra alguno, para que también vuestro Padre que está en los cielos os perdone a vosotros vuestras ofensas”.

- a) No se trata de esperar a “sentir” perdón,
- b) Sino de decidir perdonar por obediencia a Cristo.

4) Habla para edificar, No para herir. (Efesios 4:29) “Ninguna palabra corrompida salga de vuestra boca, sino la que sea buena para la necesaria edificación, a fin de dar gracia a los oyentes”.

- a) Antes de hablar en enojo, pregúntate:
- b) ¿Esto va a edificar o destruir?

5) Suelta el control y confía en Dios. (Rom.12:19) “No os venguéis vosotros mismos, amados míos, sino dejad lugar a la ira de Dios; porque escrito está: Mía es la venganza, yo pagaré, dice el Señor”.

- a) Dios sabe cómo hacer justicia.
- b) No necesitas vengarte.

IV. EJEMPLOS BÍBLICOS DE ENOJO**A. EJEMPLO POSITIVO:****1) JESÚS**

- a) En (Juan 2:13-17) “Estaba cerca la pascua de los judíos; y subió Jesús a Jerusalén,¹⁴ y halló en el

templo a los que vendían bueyes, ovejas y palomas, y a los cambistas allí sentados.¹⁵ Y haciendo un azote de cuerdas, echó fuera del templo a todos, y las ovejas y los bueyes; y esparció las monedas de los cambistas, y volcó las mesas;¹⁶ y dijo a los que vendían palomas: Quitar de aquí esto, y no hagáis de la casa de mi Padre casa de mercado.¹⁷ Entonces se acordaron sus discípulos que está escrito: El celo de tu casa me consume".

- b) Jesús se ENOJA con los mercaderes del templo,
- c) Pero lo hace con un propósito santo:
 1. Defender la casa de su Padre.
 2. No fue un ENOJO egoísta, sino justo.

B. EJEMPLO NEGATIVO:

1) **Caín** (Gén.4:5-8) "pero No miró con agrado a Caín y a la ofrenda suya. Y se ensañó Caín en gran manera, y decayó su semblante.⁶ Entonces Jehová dijo a Caín: ¿Por qué te has ensañado, y por qué ha decaído tu semblante?⁷ Si bien hicieses, ¿No serás enaltecido? y si No hicieses bien, el pecado está a la puerta; con todo esto, a ti será su deseo, y tú te enseñorearás de él.⁸ Y dijo Caín a su hermano Abel: Salgamos al campo. Y aconteció que estando ellos en el campo, Caín se levantó contra su hermano Abel, y lo mató".

- a) Aquí en Génesis el ENOJO de CAÍN lo llevó al asesinato de su hermano ABEL.
- b) Dios le advirtió: "El pecado está a la puerta... pero tú debes dominarlo."

2) APPLICACIONES PRÁCTICAS

- a) Haz una lista de personas o situaciones que te ENOJAN y ORA por ellas.
- b) Antes de reaccionar, **respira, ora y recuerda** quién eres en Cristo.
- c) Rodéate de personas que te ayuden a mantenerte en paz.
- d) Estudia pasajes bíblicos sobre el dominio propio (Proverbios, Gálatas 5, Santiago).

3) **ILUSTRACIÓN:** El clavo en la cerca: Un padre, cansado del mal genio de su hijo, le dio una bolsa de clavos y un martillo y le dijo: —Cada vez que te enojes y pierdas el control, clava un clavo en la cerca del patio.

El primer día, el niño clavó más de 30.

Con el tiempo, fueron menos.

Luego el padre le dijo: —Ahora, cada vez que controles tu enojo, saca un clavo.

Pasaron semanas, hasta que un día el niño había sacado todos los clavos. El padre lo llevó a la cerca y le dijo: —Mira los agujeros. Ya No hay clavos, pero las marcas quedaron. Así pasa con nuestras palabras cuando hablamos con enojo.

Podemos pedir perdón, pero las heridas pueden quedar.

CONCLUSIÓN: Ganar la batalla contra el ENOJO es posible en Cristo.

No se trata de reprimir emociones, sino de permitir que El Espíritu Santo las transforme.

Dios No te llamó a vivir esclavo del ENOJO, sino a caminar en libertad, paz y perdón.

LLAMADO AL ALTAR:

Si el ENOJO ha tomado control de ti, si has herido a otros o estás herido tú, hoy puedes ser libre.

Ven a los pies de Jesús. Dile: **“Señor, te entrego mi ENOJO. Sana mi corazón. Lléname de tu paz.”**

Hoy es el día para soltar lo que te carga y recibir el descanso de Dios.