**EDIFICA TU NUEVA VIDA, ENTRÉNATE**

Nehemías 6:15-16

INTRODUCCIÓN:

 Hablar de entrenamiento en la vida cristiana puede parecer algo extraño, porque por lo general se utiliza la palabra “entrenar” o “entrenamiento” para el deporte, con el propósito de hacer ciertas prácticas y rutinas con la finalidad de mejorar la condición física, el desempeño, la destreza, la habilidad de cada deportista y del equipo en conjunto.

 También se utiliza esta palabra en algunas empresas para mejorar el rendimiento de los empleados. Se emplean diversas herramientas, equipos, documentos y materiales que serán necesarios para el uso diario. A esta práctica se la denomina “entrenamiento profesional”. Y en entorno empresarial se emplea la palabra “coaching”, para aconsejar y guiar para encontrar el mejor camino para alcanzar los objetivos fijados.

 En el campo militar, el entrenamiento se hace necesario para el combate y para sobrevivir en un enfrentamiento con el enemigo. Se necesita entrenamiento para el manejo de las armas, para el uso de drones y misiles, para afinar la puntería, como así también para el movimiento de las tropas.

 Pero también en la iglesia y para vivir la vida cristiana se necesita entrenamiento, tanto como para el servicio o cualquier ministerio que llevemos a cabo, como así también en el uso de los dones que Dios nos ha dado para lograr la excelencia. Incluso en la oración debemos entrenarnos y aprender de aquellos “que por la fe obtuvieron las promesas”. Del mismo modo debemos entrenarnos para interpretar la Biblia y seguir las leyes de la interpretación bíblica. A este entrenamiento se lo conoce también como “disciplinas espirituales”.

 Así como en el futbol, hay partidos que se pierden por falta de entrenamiento, y en la guerra hay batallas que se pierden por la misma razón, también en la iglesia, en la familia y en lo personal, hay metas que no se alcanzan, objetivos que se frustran y sueños que se rompen por falta de entrenamiento. Por eso el apóstol Pablo aconsejó a Timoteo para que se entrene diciéndole “Ejercítate (entrénate) para la piedad” (1 Timoteo 4:7) En otras versiones dice “entrénate para una vida dedicada a Dios”, o “disciplínate a ti mismo” (B. de las Américas) “Emplea el tiempo y las energías en ejercitarte para vivir como Dios manda” (Nueva Biblia Viva)

 La Biblia es el mejor instructivo para el entrenamiento, porque no solo nos da indicaciones claras y mandamientos sobre lo que debemos hacer y lo que no debemos, sino que nos enseña a través de aquellos que caminaron con Dios como Enoc, Abraham, Moisés y otros, y por medio de lo que vivieron como fue el caso de Nehemías, del cual estamos aprendiendo en este tiempo para edificar una vida nueva.

 ¿Qué podría enseñarnos Nehemías con su ejemplo y las decisiones que tomó? Nehemías nos diría:

**I ENTRENATE EN CONCENTRACIÓN**

 Nehemías 6:2-4 "Sanbalat y Gesem enviaron a decirme: Ven y reunámonos en alguna de las aldeas en el campo de Ono. Mas ellos habían pensado hacerme mal. Y les envié mensajeros, diciendo: Yo hago una gran obra, y no puedo ir; porque cesaría la obra, dejándola yo para ir a vosotros. 4 Y enviaron a mí con el mismo asunto hasta cuatro veces, y yo les respondí de la misma manera".

 Concentrar es reunir en un solo punto los elementos dispersos. Una concentración de personas significa el encuentro de muchas personas en un solo lugar. La concentración en una tarea, concentración es poner toda la atención en lo que se está haciendo. Es no dispersarse ni distraerse con otros temas o trabajos. Porque ocurre que, cuando uno no se concentra en lo que está leyendo o escuchando, se vuelve incapaz de entender o hacer lo que es correcto.

 Nehemías se concentró en el trabajo de terminar de reconstruir la muralla que rodeaba la ciudad de Jerusalén, pero en medio de su trabajo recibió una invitación para una reunión, supuestamente importante. Inmediatamente se dio cuenta que esa reunión no lo beneficiaba y sería un obstáculo para el logro de su objetivo. Entonces Nehemías escribió: “Y les envié mensajeros, diciendo: Yo hago una gran obra, y no puedo ir; porque cesaría la obra, dejándola yo para ir a vosotros”. Pero los que lo invitaron no se rindieron, y cuatro veces más insistieron que vaya, y él respondió de la misma manera “Yo tengo una gran obra y no puedo ir, porque cesaría la obra”

 Cuando alguien se propone a reconstruir su vida de comunión con Dios que había descuidado por años y quiere volver a la iglesia para empezar de nuevo. Y después de hacer una solemne promesa a Dios dice: “Ahora estoy decidido, me pondré la pilas, no faltaré a ninguna reunión de la iglesia”. Sin embargo, después de pensar y decidir esto, ocurre que justo el siguiente domingo, en la misma hora de la reunión, recibe la invitación de un amigo para un aniversario o para festejar su cumpleaños. Y como no quiere contrariarlo, acepta la invitación diciendo, “Bueno, el próximo domingo sin falta comienzo de nuevo, el próximo domingo iré a la iglesia”. Pero resulta que al domingo siguiente aparece un compromiso familiar ineludible con un familiar y dice “no les puedo fallar ahora”, y nuevamente pospone su decisión. Hasta que todo se enfría y su relación con Dios y su servicio decae, y lo que quería reconstruir nunca ocurre.

 Por eso debemos aprender de Nehemías cuando se concentró en su decisión de concluir la reconstrucción de la muralla y nada ni nadie lo haría desistir. Ante cualquier invitación que nos aleje de nuestro objetivo, incluso las invitaciones de otras organizaciones cristianas, iglesias y pastores, debemos responder “Yo hago una gran obra, y no puedo ir, porque cesaría la obra”. No permitas que nadie haga cesar la obra que están haciendo para Dios. Concéntrate en tu objetivo, poniendo todas tus ganas y tu firme decisión de no abandonar por nada del mundo tu misión.

 También Nehemías nos diría:

**II ENTRÉNATE EN DISCERNIMIENTO**

 Nehemías 6:10-12 “Vine luego a casa de Semaías hijo de Delaía, hijo de Mehetabel, porque él estaba encerrado; el cual me dijo: Reunámonos en la casa de Dios, dentro del templo, y cerremos las puertas del templo, porque vienen para matarte; sí, esta noche vendrán a matarte. Entonces dije: ¿Un hombre como yo ha de huir? ¿Y quién, que fuera como yo, entraría al templo para salvarse la vida? No entraré. Y entendí que Dios no lo había enviado, sino que hablaba aquella profecía contra mí porque Tobías y Sanbalat lo habían sobornado”.

 Nehemías necesitó del discernimiento para no caer en la trampa que le habían preparado con el propósito de desprestigiarlo ante toda la comunidad. Resulta que un hombre llamado Semaías, que era tenido como un profeta de Dios, estaba encerrado en su casa, y cuando vino a verlo Nehemías, le dijo que se esconda con él en el templo porque esa noche vendrían a matarlo.

 Inmediatamente Nehemías tuvo discernimiento y supo en su interior que era mentira, que era una trampa para hacerle quedar como un cobarde. Así que le respondió “¿Un hombre como yo ha de huir? ¿Y quién, que fuera como yo, entraría al templo para salvarse la vida? No entraré.”

 Tener discernimiento es saber distinguir una cosa de otra, es saber diferenciar. Es darse cuenta si lo que nos dicen es verdad o es mentira. En su sentido original la palabra discernimiento estaba asociada con separar, elegir, identificar las parte de algo. Es separar lo verdadero de lo falso.

 Entre los dones del Espíritu Santo está el don de “discernimiento de espíritus” por el cual se puede saber si una profecía proviene de Dios o de Satanás. Por eso Juan escribió: “Amados, no creáisa todo espíritu, sino probad los espíritus si son de Dios; porque muchos falsos profetas han salido por el mundo.” (1 Juan 4:1)

 Además del don del discernimiento, cada creyente puede ser entrenado para discernir por medio del ejercicio, es decir, del entrenamiento que se obtiene de la práctica y la experiencia de los que han llegado a la madurez, como dice Hebreos 5:14 “pero el alimento sólido es para los que han alcanzado madurez, para los que por el uso tienen los sentidos ejercitados en el discernimiento del bien y del mal.”(Hebreos 5:14)

 Vivimos en un tiempo de la historia de la humanidad donde realmente necesitamos entrenarnos y entrenar nuestros sentidos para discernir la verdad de la mentira, porque la mentira se ha vuelto muy sofisticada. Todo el tiempo la población mundial es bombardeada con noticias falsas, con anuncios que no tienen ningún fundamento, con las llamadas “Fake news”, que generan pequeñas y grandes corporaciones en “una cocina” de noticias falsas. Un artículo que habla de esto dice: *“Se diseña y emite con la intención deliberada de engañar, inducir a error, manipular decisiones personales, desprestigiar o enaltecer a una institución, entidad o persona u obtener ganancias económicas o rédito político.”* Y mucho más ahora con la Inteligencia Artificial se hace cada vez más difícil distinguir una foto trucada de una genuina, y lo mismo ocurre con la voz, los gestos y el entorno. Todo puede ser creado de una manera perfecta en un laboratorio para crear una realidad falsa.

 Nehemías no tenía el don espiritual del discernimiento, sin embargo, tenía sus sentidos ejercitados y experiencia para darse cuenta del engaño y de las malas intenciones de los que querían perjudicarlo, incluso en cuanto a su fe. Porque trataron de inducirle que, ante la amenaza de ser asesinado, se esconda en el templo de Dios, para que busque allí su protección. Parecía una sugerencia inocente, que no tenía nada de malo, pero resultó ser una trampa.

 En los noticiosos, lo periodistas serios, cuando reciben una noticia, antes de repetirla por los medios van a la fuente y preguntan ¿De dónde vino la noticia? ¿Quién la generó? ¿cuál es su origen? Y si la fuente no es confiable, no la difunden. Nosotros también debemos ir siempre a la fuente, pero sobre todo a la fuente de la Biblia, para saber que estamos pisando un terreno firme. Y a medida que más leemos la Biblia, la estudiamos y examinamos a fondo su contenido, estaremos más ejercitados, más entrenados para discernir todas las cosas y separar la verdad del error.

 Si estás leyendo la Biblia cada día, si te estás reuniendo con otros en un grupo para estudiar la Biblia con una mente abierta y en una buena actitud, podemos afirmar sin lugar a dudas que te estás entrenando para el discernimiento y será muy difícil que te engañen. Así que, sigue adelante entrenándote para el discernimiento.

 Por último Nehemías nos diría:

**III ENTRÉNATE EN FINALIZACIÓN**

 Nehemías 6:15-16 "Fue terminado, pues, el muro, el veinticinco del mes de Elul, en cincuenta y dos días. Y cuando lo oyeron todos nuestros enemigos, temieron todas las naciones que estaban alrededor de nosotros, y se sintieron humillados, y conocieron que por nuestro Dios había sido hecha esta obra".

 Todos queremos terminar lo que comenzamos, sin embargo, muchas veces dejamos las cosas a medio camino y no las completamos. Existe una palabra para esto que últimamente es muy utilizada, esa palabra es “procrastinar”. Se define esta palabra como “la tendencia a postergar nuestros deberes bajo la excusa de que aún hay tiempo”. Es hacer lo contrario al refrán “No dejes para mañana lo que puedes hacer hoy”, y convertirlo en “Deja para mañana lo que puedes hacer hoy”

 La procrastinación es un fenómeno de masas y cada vez más la gente deja lo que es importante, y posterga lo que es desagradable o difícil. Pasan el tiempo mirando lo que aparece en TikTok o en Instagram o Facebook, o respondiendo a sus redes sociales, en lugar de ordenar el ropero, barrer o pasar el trapo al piso, ordenar el escritorio, cambiar el cuerito a la canilla que pierde agua hace meses, o reparar una puerta que no cierra bien. Otras veces se procrastina dejando sin terminar un informe, o una rendición de cuentas. Porque hay cosas que nos resultan pesadas, desagradables, molestas, que nos cansan o aburren, pero si no las hacemos, nadie lo hará por nosotros y al final la procrastinación tendrá sus consecuencias, y la consecuencia es nerviosismo y culpa, otras veces traerá conflictos en lo laboral, pero también en lo personal. Porque podemos perder nuestro trabajo o la estima de los que nos rodean.

 Nehemías se negó a procrastinar y se aferró con todas sus fuerzas a su objetivo y logró terminar el muro antes de lo previsto: ¡En 52 días! Fue una obra apoteótica, triunfante y gloriosa que causó el asombro y admiración incluso de sus enemigos. “Y cuando lo oyeron todos nuestros enemigos, temieron todas las naciones que estaban alrededor de nosotros, y se sintieron humillados, y conocieron que por nuestro Dios había sido hecha esta obra".

 El ejemplo de Nehemías nos dice: “Termina lo que empezaste, cumple tus metas, levántate y finaliza”. Escribe en un cuaderno o en tu celular una lista de tareas, y marca cada tarea terminada. Firma el “final de obra” incluso en las pequeñas tareas. Celebra cada meta cumplida. La esposa del ex presidente de Estados Unidos, Dwight Eisenhower escribió:

* Si una tarea es urgente, hazla ya.
* ​Si es urgente pero no es importante, delégala a otra persona.
* ​En el caso de las tareas no urgentes pero sí importantes, planifícalas.
* Si no es urgente ni tampoco es importante, postérgala o elimínala.

 Jesucristo no procrastinó y pudo decir “he acabado la obra que me diste que hiciese” (Juan 17:4) y Pablo, al final de sus días dijo también “He peleado la buena batalla, he acabado la carrera, he guardado la fe” (2 Timoteo 4:7)

CONCLUSIÓN:

 Dios nos anima y desafía para que nos entrenemos en la concentración, para que nada nos distraiga o desvíe. También nos anima a que nos entrenemos en el discernimiento dedicándole tiempo a la lectura y meditación de la Palabra de Dios, para que ejercitemos nuestros sentidos a fin de que nadie nos engañe. Y nos anima para que terminemos la obra que hemos comenzado y que la terminemos para darle la gloria a Dios. Que se diga de nosotros también la misma frase “y conocieron que por nuestro Dios había sido hecha esta obra".

 Cuando recibimos a Jesucristo, cuando nos bautizamos, iniciamos una nueva vida, una vida que debe ser edificada, moldeada, transformada. Y si nos hemos quedado en el camino, si procrastinamos dejando para más adelante nuestros deberes cristianos, nunca es tarde para comenzar de nuevo.

 Hoy puede ser el día de tu salvación, o el día de tu restauración, el día del comienzo de un entrenamiento que te llevará de gloria en gloria por el poder del Espíritu Santo, si rindes tu vida a Cristo.