

# Cómo mantener una actitud joven

## Salmo 103:1-5

### Salmo 103:1-5 (LBLA)

<sup>1</sup> “Bendice, alma mía, al SEÑOR, y *bendiga* todo mi ser su santo nombre.

<sup>2</sup> Bendice, alma mía, al SEÑOR, y no olvides ninguno de sus beneficios.

<sup>3</sup> El es el que perdona todas tus iniquidades, el que sana todas tus enfermedades;

<sup>4</sup> el que rescata de la fosa tu vida, el que te corona de bondad y compasión;

<sup>5</sup> el que colma de bienes tus años, *para que* tu juventud se renueve como el águila”.

Todos queremos vivir a plenitud cada día. Pero, para hacerlo, tenemos que mantener una actitud joven en vez de entregarnos a la vejez y volvernos inútiles para el reino de Dios. He aquí algunas sugerencias para mantener la juventud durante toda la vida.

**Primero, necesitamos seguir sonriendo.** Nunca nos parecemos más a los niños que cuando nos divertimos con nuestros amigos. Pero, para poder sonreír, tenemos algunas veces que deshacernos del bagaje emocional. Algunas personas han sido heridas profundamente, y tienen la risa enterrada bajo sus aflicciones. Pero aferrarnos a los sentimientos del pasado nos envejecerá rápidamente. El Señor Jesucristo está dispuesto a quitar toda esa fealdad si renunciamos a ella, nos perdonamos a nosotros mismos y perdonamos a los demás, tantas veces como sea necesario.

**Segundo, debemos seguir teniendo anhelos.** Eso significa que debemos seguir persiguiendo nuestros sueños, y esforzarnos por lograr nuestras metas. Cuando alguien se despierta con algo para hacer o para ayudar a una persona amiga, experimenta más de lo que la vida puede ofrecer. Tan pronto como nos conformamos con ver pasar el mundo, comenzamos a envejecer.

**Por último, y lo más importante, debemos seguir apoyándonos en el Señor.** Si vivimos con la confianza de un niño, Dios bendecirá nuestra vida y nos usará para bendecir a otros. Él nos dará un sentido de contentamiento tan profundo, que ninguna prueba o ataque espiritual podrá destruirnos.