

SOLTANDO PARA GANAR

Hebreos 12:1 (RVR1960)

“...despojémonos de todo peso y del pecado que nos asedia, y corramos con perseverancia la carrera que tenemos por delante.”

INTRODUCCIÓN

La vida cristiana no es una caminata casual... es una carrera con propósito. Y en toda carrera hay algo importante: no solo importa cuánto corres... importa qué estás cargando mientras corres.

El problema es que muchos quieren avanzar, pero siguen cargando cosas que los están deteniendo. Por eso la Biblia dice: “Despojémonos...”

Eso significa que hay cosas que, si no las soltamos, nos van a impedir ganar la carrera.

1. SOLTAR ES UNA DECISIÓN NECESARIA PARA AVANZAR.

“...despojémonos..”

📖 Soltar no es automático, es intencional. Dios te muestra qué soltar, pero tú decides hacerlo. Ejemplo: dejar una actitud, una relación dañina o un hábito que sabes que no te está ayudando.

📖 Aferrarte te detiene. No puedes avanzar si sigues agarrado a lo mismo. Ejemplo: querer cambiar, pero seguir con las mismas decisiones, relaciones tóxicas, malos hábitos y ambientes.

📖 Soltar es parte del entrenamiento. Así como un atleta deja hábitos que lo afectan, tú también necesitas soltar lo que te frena. Soltar no es debilidad, es estrategia para ganar.

2. SOLTAR EL PASADO TE PERMITE AVANZAR.

“... corramos con perseverancia la carrera que tenemos por delante”.

📖 El pasado puede convertirse en una carga. Culpa, vergüenza, heridas... pesan más de lo que imaginas. Ejemplo: personas que no avanzan porque siguen definiéndose por errores pasados. Y muchas veces, por cargar el pasado, las personas se cansan y piensan en rendirse... pero hoy Dios te dice: “no te des por vencido”, suelta lo que te detiene y sigue corriendo.

📖 Dios no te define por tu pasado. Filipenses 3:13 (NTV) – “Olvido el pasado y fijo la mirada en lo que tengo por delante.” Lo que hiciste no es lo que determina tu futuro en Dios. Dios ve lo que puedes llegar a ser, no solo lo que fuiste.

📖 Soltar el pasado te libera para correr. Isaías 43:18-19 (NTV) – “Olviden las cosas de antaño; ya no vivan en el pasado. ¡Voy a hacer algo nuevo!”. No puedes correr hacia lo nuevo si sigues atado a lo viejo. Hoy puedes decidir soltar la culpa, la vergüenza y la vieja versión de ti.

3. SOLTAR PESOS Y PECADOS TE PERMITE CORRER PARA GANAR.

(“todo peso y el pecado que nos asedia”)

📖 Hay cosas que no son pecado, pero sí te frenan. Distracciones, prioridades desordenadas, exceso de ocupación, relaciones incorrectas. Ejemplo: vivir tan ocupado que no tienes tiempo para Dios, tu familia o tu propósito. Lo que cargas de más, te hace avanzar menos.

📖 El pecado te enreda y te hace caer. No solo te detiene... te hace perder dirección.

Ejemplo: decisiones repetitivas que te alejan de lo correcto. No puedes correr firme si estás atado a lo que te hace tropezar. Y aunque hayas caído o te sientas atrapado, “no te des por vencido” ... levántate, suelta eso y vuelve a correr.

📖 Soltar te devuelve libertad y enfoque. Gálatas 5:1 (NTV) – “...Cristo en verdad nos ha liberado. Ahora asegúrense de permanecer libres y no se esclavicen de nuevo...” Cuando sueltas, puedes correr con claridad, paz y propósito. Soltar no es perder... es quitar todo lo que te impide ganar.

CONCLUSIÓN

Muchos quieren avanzar, pero pocos están dispuestos a soltar. Dios no te está pidiendo que corras más rápido, te está pidiendo que corras más libre. Porque en esta carrera no gana el que más carga... gana el que sabe soltar lo que lo detiene.

Hoy es el día de tomar una decisión: soltar el pasado, soltar el peso, soltar el pecado. Y aunque soltar duela, aunque el proceso sea difícil... “no te des por vencido”. Porque cuando sueltas lo que te estorba... te preparas para correr y ganar

ORACIÓN DE SALVACIÓN:

Señor Jesús reconozco que he pecado y que tú moriste por mí. Hoy me arrepiento y te pido perdón. Te entrego mi vida y mi corazón para que seas mi Señor y Salvador personal, amén.

VERSÍCULO A MEMORIZAR:

Hebreos 12:1 (RVR1960) “...despojémonos de todo peso y del pecado que nos asedia, y corramos con perseverancia la carrera que tenemos por delante.”

PREGUNTAS INTERACTIVAS:

1. ¿Qué estás cargando hoy que sabes que te está deteniendo?
2. ¿Cómo ha afectado tu pasado la forma en la que vives hoy?
3. ¿Qué decisión necesitas tomar esta semana para soltar y avanzar?

ACTIVIDAD GRUPAL: “Suelta y avanza”

- 📖 Entregar un papel a cada persona.
- 📖 Pedirles que escriban algo que Dios les está pidiendo soltar (hábito, relación, actitud, distracción, etc.)
- 📖 Luego, pasar al frente o hacer un acto simbólico (romper el papel o ponerlo en una caja).

Terminar orando, entregando eso a Dios.

APLICACIÓN PRÁCTICA PARA LA SEMANA:

- 📖 Identificar una cosa específica que Dios te está pidiendo soltar.
- 📖 Tomar una acción concreta de obediencia inmediata.
- 📖 Buscar a alguien del grupo para rendir cuentas durante la semana.

Reto: Obedecer sin retrasar lo que Dios ya te mostró.