

Paz, incluso cuando parece imposible

Filipenses 4:6-7

Pastor Wyley Jenkins, Jr.

El primero de marzo había 82 casos confirmados de coronavirus en España. Solo diez días más tarde había 2.174. El gobierno de España está haciendo todo lo que puede trabajando día y noche para luchar contra este virus y todos los problemas asociados a él. Todos los colegios de Madrid están cerrados. Casi todas las actividades innecesarias se han cancelado. Hemos decidido cancelar todos los eventos de la iglesia los domingos por el bien común y esperar hasta que esta situación se calme. Las tiendas de comida son estresantes y hay largas colas para pagar. En los próximos días estaremos con nuestras familias sin parar, y para algunos de nosotros esto será algo complicado. Además de eso, algunos de nosotros tenemos un resfriado o una gripe que no es coronavirus, pero que nos pone nerviosos. Los medios de comunicación no nos ayudan a mantener la calma, porque nos hablan de las muertes y los problemas. ¿Qué debemos hacer en una situación como esta? ¿Espera Dios que no tengamos ansiedad en estos tiempos? ¿Cómo mantenemos la calma en una situación tan difícil? Dios quiere que seamos gente que tiene paz para compartir. ¿Pero cómo podemos hacer eso? En el seno de esta situación actual, quiero compartir con vosotros tres consejos bíblicos sobre cómo tener paz incluso cuando parece imposible. Estos consejos se encuentran en la epístola de Pablo a los Filipenses 4:6-7. Leamos los versículos:

⁶ No os inquietéis por nada; más bien, en toda ocasión, con oración y ruego, presentad vuestras peticiones a Dios y dadle gracias.⁷ Y la paz de Dios, que sobrepasa todo entendimiento, cuidará vuestros corazones y vuestros pensamientos en Cristo Jesús.

Creo que aquí podemos encontrar tres pasos muy prácticos para tener paz y esperanza cuando parece imposible:

1. Reconoce que la preocupación es el problema.
2. Sigue la receta de Dios contra la preocupación: la oración.
3. Ora, y Dios guardará tu corazón y tu mente con una paz sobrenatural.

1. Reconoce que la preocupación es el problema

El *Huffington Post* publicó lo siguiente en 2015: *“A la gente se le pidió que documentaran sus preocupaciones a lo largo del tiempo, y el descubrimiento que hicieron fue que el 85% de lo que les preocupaba nunca llegó a pasar, y con el 15 % que sí ocurrió, el 79% de los individuos descubrieron que o pudieron manejar la dificultad mejor de lo que esperaban, o que la dificultad les enseñó una lección que valió la pena aprender. Esto significa que el 97% de lo que uno se preocupa no es mucho más que una mente miedosa que te castiga con exageraciones y percepciones erróneas.”*

La razón por la que Dios dice no a la preocupación es que la ansiedad es un signo de que estamos haciendo un trabajo que no nos corresponde a nosotros.

Escuché una historia de un ejecutivo en una empresa corporativa que era creyente. Trabajaba 75 horas a la semana y a menudo no tenía tiempo para su familia. Era un buen padre y un buen marido, pero estaba muy ocupado y tenía mucha ansiedad. Un día tuvo un ataque al corazón, y el médico fue a su habitación del hospital y empezó a hablar con él. Le dijo que si seguía al mismo ritmo que había estado viviendo, se moriría en un año. Este hombre nunca había hecho mucho caso a los médicos en el pasado, pero con la amenaza de muerte, hizo un nuevo compromiso. Siguiendo la guía de un psicoterapeuta, se fue a casa y escribió una carta a Dios. La carta era muy sencilla y decía lo siguiente: *“Querido Dios: Renuncio a estar en control del universo. Atentamente, (firmado, el nombre del hombre).”*

La Biblia nos ordena: **“No os inquietéis por nada.”** Piensa en esto. No tienes el poder de controlar las circunstancias por las que estás atravesando. ¿Quién tiene el poder de controlar estas circunstancias locas? La respuesta es que solo Dios puede ser Dios. Tú eres un dios terrible. Lo que hacemos que nos causa tanto estrés y ansiedad es que queremos tomar el control de las cosas. Queremos el trabajo de Dios. Cuando hay un acto de desobediencia a Dios, en el centro de esa decisión está la determinación de hacer nosotros el trabajo de Dios, en su lugar. Queremos el control, y Dios quiere nuestra confianza. Queremos saber el resultado final de las cosas. Dios quiere que creamos que Él es quien dice ser. Queremos esconder nuestra debilidad e incapacidad. Dios quiere que vayamos a Él en nuestra debilidad. Es hora de renunciar a querer tener el control. No se puede vivir teniendo el control y vivir sin ansiedad o preocupación.

Hay una historia de una mujer que vivía con un miedo constante a que un ladrón entrara en su casa en medio de la noche para robar. Su marido instaló una alarma. Compraron un perro. Pero nada parecía ayudar con su ansiedad de que un día un ladrón entrara en su casa a robar en medio de la noche. Durante 10 años la señora tuvo problemas para dormir por las noches. Entonces una noche la alarma saltó, y el perro empezó a ladrar. El marido de la señora corrió abajo a tiempo para ver al ladrón salir corriendo por la puerta principal de su casa, llevándose varias cosas. Descubrieron que no había robado nada de valor. Después de que la policía acudiera a la casa, la mujer miró a su marido y le dijo: “Estoy tan contenta de que el ladrón no robara nada de valor.” El marido la miró a la cara y le dijo: “Ese ladrón nos costó una alarma, un perro y robó diez años de tu sueño. Nos costó muchísimo mas que lo que nos robó”.

La razón por la que Dios dice que no nos inquietemos por nada es que el miedo, la preocupación y la ansiedad son ladrones. Nos roban la paz y el descanso. Nos roban la confianza. Nos roban la atención. Nos roban el dinero. La preocupación es un ladrón. Dios nos llama a no inquietarnos en

estos tiempos. La ansiedad, la preocupación y el miedo son el peor testimonio que podemos dar a nuestros vecinos no creyentes. Si nos miran y ven nuestro pánico y una ansiedad que no es sana, no querrán tener nada que ver con Jesús. Algunos de vosotros habéis estado orando durante meses, incluso años, para poder dar testimonio a vuestros vecinos y familiares perdidos. Para poder hacer eso, tenéis que demostrarles la paz sobrenatural de Dios durante este tiempo. No os digo que toméis decisiones que no sean sabias o hagáis algo que no debéis hacer. Algunos de vosotros sois pacientes de alto riesgo. No debéis salir a la calle. Otros sois personas mayores con enfermedades. Sed sabios y tomad decisiones sabias. A muchos de nosotros nos tienen que decir lo contrario: ¿Por qué estás tan preocupado y sin fe? ¿No sabes que Dios te trajo a España justo para este tiempo? Sé una persona de fe y una persona sabia. Así pues, vemos claramente que la preocupación es el problema, pero ¿qué debemos hacer con nuestras preocupaciones? Esto nos lleva al siguiente punto.

2. Sigue la receta de Dios contra la preocupación: la oración

⁶ No os inquietéis por nada; más bien, en toda ocasión, con oración y ruego, presentad vuestras peticiones a Dios y dadle gracias.

La clave para manejar la ansiedad no es ignorarla, sino convertirla en una oración. ¿Te imaginas si cada preocupación o cada pensamiento negativo que te pasara por la mente lo convirtieras en una oración? No es irracional creer que podemos vivir sin ansiedad. Es cierto que algunos de nosotros sufrimos problemas médicos o biológicos que afectan nuestra ansiedad. Pero la respuesta de Dios también es tu respuesta. No puedes esperar tomar medicación o ver a un psiquiatra, y nunca rezar. Hay muchos pasajes de la Biblia sobre la oración. En algunos de ellos vemos cómo Dios cambia las circunstancias por nuestras oraciones. Pero este pasaje no habla de cambiar las circunstancias externas. Habla del trabajo de Dios transformando nuestro corazón y nuestra mente, independientemente de cuáles sean las circunstancias.

Veamos las palabras utilizadas para describir la oración. La primera palabra es **Oración**. Sabemos que el apóstol Pablo no utiliza la palabra en un sentido amplio. Oración en un sentido amplio solo significa hablar a Dios. Lo que Pablo dice es ***“con oración y ruego, presentad vuestras peticiones a Dios y dadle gracias”***. Sabemos que probablemente Pablo tiene en mente algo muy específico cuando utiliza el término oración. No diría “con oración y ruego” si la oración y el ruego fuesen la misma cosa.

Warren Wiersbe, el famoso pastor y autor de comentarios bíblicos, dice lo siguiente sobre la palabra oración:

“La palabra oración (...) lleva la idea de adoración, devoción y alabanza. Cada vez que nos encontremos preocupados, nuestra primera acción debería ser estar a solas con Dios y alabarle. Lo que se necesita es la adoración. Debemos ver la grandeza y majestuosidad de Dios. Debemos darnos cuenta de que Él es lo suficientemente grande como para resolver nuestros problemas.”

Eso es muy útil para mí. Si lo piensas, es imposible adorar a Dios y preocuparse de algo al mismo tiempo. ¿Puedo sugerir algo para tu familia? Dedicad tiempo, sobre todo si estáis preocupados y estresados, para cantar algunas de vuestras canciones de alabanza favoritas.

Como algunos de vosotros sabéis, mi suegra tiene un ministerio en uno de los mayores barrios marginales de chabolas de Centroamérica. Ha fundado muchos colegios para niños de barrios pobres y ha compartido el evangelio con muchas de las personas más pobres de su país. En 2007, entramos en una de las zonas más peligrosas de estos barrios con un equipo misionero. Queríamos ver si había interés en un colegio en esta zona tan peligrosa. Nunca olvidaré lo que pasó. Había jóvenes de entre 15 y 25 años encima del muro de entrada. Mi suegra dijo que tuviésemos cuidado porque todos iban armados con pistolas. Si alguna vez hay que preocuparse y angustiarse, este parecía el momento adecuado. Pero había una mujer con nosotros que me enseñó una gran lección ese día. Sin previo aviso, empezó a cantar una canción de alabanza muy íntima y profunda al Señor mientras íbamos acercándonos a los jóvenes. Fue increíble el poder que aquella canción tuvo para llevarse el miedo por completo. Era como si empezáramos a ver a Dios mismo caminar delante de nosotros. Hoy hay un colegio en esa zona.

Aquí en España nos acercamos a un momento peligroso, y te animamos a que alabes a Dios. Alábele en medio de las circunstancias más duras, y experimentarás la paz de Dios.

La segunda palabra para describir la oración que aparece en el texto es **Ruego**. Rogar contiene la idea de confiar las necesidades de tu corazón. El ruego no es un susurro débil e hipócrita de oraciones a Dios. El ruego es clamar a Dios. Es algo genuino y hasta apasionado. Si quieres experimentar esta paz de Dios, tendrás que superar las oraciones musitadas con poca convicción. Es mejor decir tres frases a Dios desde un corazón genuino que 100 sin conectar realmente con Él.

En el texto vemos dos nuevas palabras relacionadas con la oración: **Dar gracias**. Dar gracias lleva la oración a una dimensión diferente. Mientras piensas en todas las circunstancias que estás afrontando, intenta ver lo bueno que ocurre aunque los tiempos sean malos. Siempre pasa algo bueno. Es interesante ver como este pasaje muestra un corazón tan lleno de gozo y agradecimiento hacia Dios. El versículo 4 nos dice que nos alegremos siempre en el Señor. El versículo 8 habla de pensar en cosas que sean puras y nobles y honorables y amables. Si quieres superar tu preocupación y tu ansiedad en este tiempo, tienes que concentrarte en dar gracias, ver lo bueno dentro de lo malo, y alegrarte siempre en el Señor.

¿Puedo sugerirte que hagas dos cosas? Haz una lista de todo aquello por lo que estás agradecido, como familia o persona. Puede que te sorprendas de tantas cosas por las que dar gracias. En segundo lugar, no veas todas las noticias todo el rato. Escoge un momento del día en el que puedas ver las noticias, y después de verlas o leerlas, ora. Los medios de comunicación ganan dinero haciendo propaganda. A veces cuanto más dramáticas sean las noticias, más gente las ve y mejores índices de audiencia consiguen. No creo que todo el mundo esté intentando engañarnos, pero es necesario tener precaución.

La última palabra sobre la oración es **Petición**. Significa lo que estás pidiendo. Lo importante no es solo la palabra en sí sino la forma en la que el apóstol lo dice: **“presentad vuestras peticiones a Dios”**. Hay otra parte de la Biblia que comparte una idea similar. En 1 Pedro 5:6-7:

“⁶ Humillaos, pues, bajo la poderosa mano de Dios, para que él os exalte a su debido tiempo. ⁷ Echad toda vuestra ansiedad sobre él, porque él tiene cuidado de vosotros.”

Escucha cuidadosamente la palabra de Dios. La forma en la que uno se humilla bajo la mano poderosa de Dios es echando tus ansiedades sobre Él. Una persona que no hace saber sus peticiones a Dios y no deposita sus ansiedades en Dios es una persona que no se humilla ante Dios. Algunos de los que estáis leyendo esto puede que encontréis difícil tener el deseo de orar. Muchas veces yo siento que no necesito orar. Pienso que de alguna manera puedo tener el control. Esto no es cierto, obviamente. ¿Puedo animarte? No solo sería bueno para ti depositar todas tus ansiedades personales en Dios, sino también escuchar las preocupaciones de los demás y sentarte con ellos para orar sobre esas cosas. Escucha a tus amigos o tu cónyuge cuando mencionen sus preocupaciones. Detente y ora con ellos. Sé un ejemplo de lo que es depositar tus ansiedades, preocupaciones y problemas en Dios. Recuerda que Él te cuida. Su trabajo es cuidar todas las cosas, y el tuyo es orar sobre ellas. ¿Y que pasará si oramos?

3. Ora, y Dios guardará tu corazón y tu mente con una paz sobrenatural

⁷ Y la paz de Dios, que sobrepasa todo entendimiento, guardará vuestros corazones y vuestros pensamientos en Cristo Jesús.

Hay al menos dos tipos de paz. Hay una paz que brota del entendimiento. Este tipo de paz la encontramos, por ejemplo, cuando tenemos una hija enferma y la llevamos al médico, y descubrimos que no hay nada que temer. Podemos haber estado preocupados antes, pero cuando entendemos que la enfermedad no es grave, sentimos paz. Esta paz viene del entendimiento.

Este no es el tipo de paz que el apóstol Pablo describe en el versículo 7. El apóstol Pablo dice, ***“y la paz de Dios, que sobrepasa todo entendimiento”***. Este tipo de paz es sobrenatural. Imagínate que esa hija pequeña está enferma de nuevo, y no saben qué es lo que causa la enfermedad. No hay entendimiento, así que no puede haber paz que venga de comprender nada. Pero hay otro camino. Dios nos promete que cuando oramos con fe, hay una paz sobrenatural que no necesita entendimiento. Es una paz que viene de confiar y creer en Dios.

Pablo, que escribe esta carta, estaba en una cárcel en Roma. Estaba vigilado día y noche. Él sabe lo que es vigilar o guardar algo. Y utiliza la misma palabra para describir el efecto de la paz sobrenatural de Dios. La paz de Dios que sobrepasa cualquier entendimiento es un guardaespaldas espiritual. ¿Cuáles son las dos cosas que la paz de Dios guardará? Pablo dice que ***“guardará vuestros corazones y vuestros pensamientos en Cristo Jesús”***.

El corazón probablemente habría sido más el lugar donde están nuestras emociones y sentimientos. Algunos de vosotros necesitáis desesperadamente que vuestras emociones estén guardadas de preocupación y ansiedad en estos días. Pero hay otros que necesitáis guardar vuestra mente, el área del pensamiento. Esta paz sobrenatural de Dios es capaz de ser suficiente para nuestras emociones y nuestros pensamientos. Si eres una persona que entiende y vive la oración, no tengo que convencerte de su poder. Pero para algunos de vosotros hoy, quiero orar por tres de las mayores preocupaciones que podéis tener en España en estos momentos.

Una oración para la gente preocupada por la escuela y los cambios familiares

¡Oh, Dios! Hay tanta gente aquí preocupada por todos los cambios que se están produciendo como consecuencia del virus. Algunos de los que escuchan esta oración tienen a los niños en casa. Ayúdales a aprender a ser padres y a cuidar de sus hijos en estos momentos difíciles. Algunos están intentando tomar decisiones difíciles sobre si marcharse o quedarse aquí. ¿Podrías, por favor, darles una guía sobrenatural sobre lo que deben hacer? Hay jóvenes preocupados por si se podrán graduar o no. ¿Podrías, por favor, darles paz, de saber que pase lo que pase tú les vas a cuidar?

¡Oh, Dios, te lo suplicamos! No sabemos cómo lidiar con estas cosas. Somos pequeños e impotentes. Estos problemas son demasiado grandes y complicados para nosotros. Te pido, Padre, que recibas estas preocupaciones e inquietudes. Te las pasamos a ti y te pedimos que tú seas quien las afronte.

Señor, por fe, creemos que vas a resolver cada problema que surja o nos vas a dar la sabiduría para tomar las decisiones correctas. Oriéntanos sobre qué debemos hacer. Ayúdanos a someternos a ti. Ayúdanos a recordar tu palabra y a guardarla en nuestro corazón. Dios, te doy gracias porque tú haces que todo sea para nuestro bien y tu gloria. Te doy gracias porque estás purificando nuestra fe. Te doy gracias porque estás usando estas preocupaciones para llamarnos hacia ti. Te doy gracias porque nos estás dando una oportunidad para dar testimonio a nuestros vecinos que nunca han estado abiertos a la oración o a la palabra de Dios.

Una oración para la gente preocupada por la provisión durante este tiempo

¡Oh, Dios! Algunas personas que están escuchando esto han perdido ya su trabajo. Otras podrían perderlo seguramente los próximos días, o por lo menos tener que irse a casa durante un tiempo. Te pido por todos ellos. Dios, dales paz sobrenatural. Como dice en Isaías 26:3, ***“Al de carácter firme lo guardarás en perfecta paz, porque en ti confía.”***

Ayúdanos a mantener nuestras mentes en ti. No nos dejes desanimar por lo que nuestros ojos ven y lo que nuestros oídos oyen. Ayúdanos a recordar que tú alimentas a los pájaros y haces crecer los lirios. Ayúdanos a ser como los pájaros, que no están preocupados por nada. Oro por aquellos que tienen miedo de que se van a quedar sin dinero o sin comida. Ayúdales a depender de ti cada día para proveerlos. Oro para que durante este tiempo sean testigos de los mayores milagros que nunca han visto en sus vidas. Oro para que en este tiempo difícil veamos tu poder y tu presencia. Te pido que mientras la gente se vuelve loca en los supermercados, tengamos todo lo necesario para mantenernos sanos, y tengamos comida, medicinas y manera de pagar las facturas. Dios, tu tiempo no es nuestro tiempo, pero oro para que vengas. Te pido que perdones a aquellos que han sido sordos para ti y las cosas que les estabas llamando a hacer. Te ruego que este tiempo y estos problemas sirvan para acercarlos a ti.

Una oración para la gente preocupada por la salud y el sistema sanitario

¡Oh, Dios! Estamos viendo todas las dificultades que el gobierno de España tiene para poder cuidar a los enfermos. Algunos de nosotros somos muy débiles. Necesitamos desesperadamente tu protección y tu ayuda en estos momentos. Algunos de nosotros tendríamos serias dificultades para sobrevivir si nos contagiáramos del virus, pero te pido que no veamos con nuestros ojos u oigamos

con nuestros oídos. Ayúdanos a creer y confiar en que tú tienes cada pelo de nuestra cabeza contado y que tienes el día exacto en el que debemos partir de este mundo. Te pido que estemos en paz con tu mano soberana y con tus decisiones soberanas. Oh Dios, te damos gracias porque tú has hecho las mejores y más grandes cosas en la cruz para llevarnos a tu casa para siempre. Nadie puede quitarnos el futuro o la paz o la esperanza que tenemos en ti. Porque tú vives, nosotros también viviremos. Porque tú resucitaste de entre los muertos, nosotros también resucitaremos. Porque tú venciste a la enfermedad y la muerte en la cruz, no importa si ahora o en la eternidad nosotros también venceremos a la enfermedad y a la muerte.

Preguntas para reflexión y debate:

1. ¿Qué piensas de las mayores preocupaciones, miedos o ansiedades que tienes en estos momentos?
2. ¿De qué manera luchas para tener el control de tu vida y de tus circunstancias?
3. ¿Puedes dar un ejemplo de cómo la preocupación ha robado a una persona la paz, el descanso o la esperanza?
4. Pablo estaba en prisión, esperando un juicio que al final lo llevaría a ser ejecutado. ¿Cómo dijo que debemos lidiar con las preocupaciones y ansiedades? ¿Cómo podemos tener la paz que sobrepasa el entendimiento?
5. ¿Cómo puede la alabanza o la adoración combatir la preocupación, el miedo o la ansiedad? ¿Qué canciones de alabanza te hacen disfrutar realmente? Si no lo sabes, busca una.
6. ¿Por qué cosas tienes que estar agradecido en este momento? ¿Podrías concentrarte solo unos minutos dando gracias a Dios?
7. ¿Puedes dedicar unos minutos a pensar en las cosas que más te preocupan, y pasar algún tiempo orando o incluso escribiendo una oración al respecto?