

Promesa para superar la preocupación

¿Te preocupas mucho? La mayoría. Pasamos horas a la semana, a veces incontables, preocupándonos por nuestras circunstancias, el entorno, lo que sucede a nuestro alrededor y lo que amenaza con sucedernos.

Erma Bombeck, una de mis autoras favoritas, escribió: «Siempre me he preocupado mucho, y francamente se me da bien. Me preocupa presentar a un grupo de personas y quedarme en blanco al llegar a mi madre. Me preocupa la escasez de rodamientos. Me preocupa que el mundo se acabe a medianoche y solo pueda disfrutar de tres horas de una cápsula de frío de doce horas. Me preocupa entrar en el Libro Guinness de los Récords Mundiales por el embarazo, el nacimiento más antiguo registrado del mundo. Me preocupa lo que piense el perro cuando me vea salir de la ducha. Me preocupa que mi hija se case con un esquimal y me deje a la deriva en un iceberg cuando ya no pueda alimentarme sola. Me preocupa que las dependientas me sigan al probador, las manchas de aceite y que Carol Channing se quede calva. Y me preocupa que los científicos descubran algún día que la lechuga ha estado engordando todo este tiempo».

Sabes que su lista es la mejor que la mía. Pero estamos aprendiendo que, como nación, nos estamos preocupando muchísimo. Vivimos en lo que la Asociación Americana de Psicología ha denominado la "Era de la Ansiedad". La Academia Americana de Médicos ha informado que al menos dos tercios de los pacientes que ocupan camas de hospital lo hacen debido a enfermedades relacionadas con el estrés.

¿Sabes cuáles son los tres medicamentos recetados más vendidos en Estados Unidos? Revelan la preocupación y la ansiedad que sufrimos. El primero es Tagamet, un medicamento para las úlceras.

El segundo es Enderol, que se receta para la hipertensión. Y el tercero es Valium, un tranquilizante. ¿Lo ves? Los tres medicamentos más vendidos en Estados Unidos están relacionados con la ansiedad y la enfermedad. Alguien dijo en un artículo de Newsweek de 1988 que el estrés y la preocupación le cuestan a la economía nacional 150 mil millones de dólares anuales. Lo triste es que la mayor parte de esto es pura tontería.

Un psicólogo informó en un estudio que el 80 % de las cosas que nos preocupan nunca suceden.

Del 20 % restante, tres cuartas partes de esa pequeña fracción son cosas que no podemos evitar. En realidad, lo que dicen es que solo el 5 % de todo lo que nos preocupa son cosas que no podemos evitar y que realmente sucederán.

¿Y tú, te preocupas? ¿De qué nos preocupamos? Piensa un momento: a veces la tristeza necesita compañía. Creo que la preocupación también necesita compañía. ¿Qué nos preocupa universalmente? Puedes agruparlas en tres categorías principales.

1. Dinero. Hasta cierto punto, todos nos preocupamos por el dinero. De alguna manera, te has preocupado, te preocupas y probablemente te preocuparás en el futuro.

Ahora bien, el dinero viene en varios paquetes. Quizás te preocupes por el dinero en forma de cómo vas a pagar tu hipoteca, cómo vas a liquidar tu segunda hipoteca o esas facturas de tarjetas de crédito cada vez más altas. Quizás tu preocupación en cuanto al dinero se refiere a cómo vas a pagar los estudios universitarios de tus hijos o cómo vas a tener lo suficiente para jubilarte cuando quieras terminar tu trabajo.

Quizás su preocupación sea simplemente cómo llegar a fin de mes. Muchos de ustedes están pasando por esa lucha. Quizás se preocupen como yo el otro día cuando pasé por la caja del

supermercado. Busqué mi chequera y me di cuenta de que ya había hecho mi último cheque. La mitad de los productos ya estaban en la caja. Metí la mano en mi billetera y tenía unos 42 dólares, y mientras esos productos pasaban por la caja, le recé una pequeña oración al Señor: "Por favor, por favor, que no pasen de 42 dólares". La fila estaba llena de cuatro personas detrás de mí y lo único que podía hacer era llevar el Folgers de vuelta al mostrador diciendo: "No puedo pagar eso". ¿Adivinen qué? Me faltaban unos 19 centavos. Pero ¿no es increíble cómo nos preocupamos por el dinero? Dios es bueno, ¿verdad?

Incluso quienes tienen mucho dinero probablemente se preocupan más que nadie. ¿Por qué?

Porque les preocupa qué hacer con él, cómo invertirlo, dónde ponerlo, cuánto regalar. Los atrapa.

Pienso en el joven rico. En la historia que Jesús contó en Mateo 17, él acudió al Señor y quiso el secreto de la vida eterna. Jesús le dijo: «Guarda los mandamientos». Él preguntó: «¿Cuáles mandamientos?». Es como los humanos, ¿no? Dime cuáles guardar, seamos específicos. Así que Jesús nombró algunos. Y dijo: «Bueno, todos los he guardado». Jesús, mirando dentro de su corazón, le dijo: «Entonces ve, vende lo que tienes y dáselo a los pobres». Entonces la Biblia dice que el joven rico se fue triste, porque tenía muchas posesiones.

¿Sabes por qué se alejó tan triste? No fue porque realmente tuviera muchas posesiones, sino porque sus posesiones lo poseían. Cayó en la trampa más antigua del diablo: pensar que lo que tenía lo convertía en lo que era. Así que cuando caes en esa trampa, te preocupas muchísimo por el dinero. Nos preocupamos por eso, ¿verdad? Claro que sí.

2. El Futuro: Nos preocupamos por nuestro futuro. Nos preocupa lo que sucederá a la vuelta de la esquina, sobre todo en

el aspecto físico. Nos preocupamos por nuestra salud, enfermedad y muerte. Estas cosas no suelen incluirse en las preocupaciones económicas, porque, francamente, el dinero no puede con ellas. El dinero puede comprar atención médica o unas vitaminas, pero, francamente, este es otro ámbito que nos causa ansiedad. Nos preocupa enfermarnos, envejecer o quedarnos inservibles.

Escuché una historia bastante curiosa sobre el presidente Bush en los últimos días de la campaña, cuando competía contra Bill Clinton. Estaba en California visitando un centro de retiro, una residencia de ancianos, y estrechaba todas las manos que podía. Había una señora en silla de ruedas. Se arrodilló, le tomó la mano en la silla y le dio una palmadita. Luego la miró a los ojos y le dijo: "Señora, ¿sabe quién soy?". Ella lo miró, hizo una pausa y dijo: "Bueno, no, cariño, pero si se acerca a ese escritorio, le podrán decir".

Sabes que nos reímos de eso y nos parece gracioso. La verdad es que, en el fondo, nos preocupa el día en que ya no podamos cuidar de nosotros mismos. Nos preocupa el día en que tal vez ni siquiera me conozca a mí mismo ni a ti. Si recibiera veinticinco centavos por cada vez que alguien me ha dicho: "Ay, rezo para no tener que ir nunca a una residencia de ancianos", podría jubilarme hoy mismo.

Nos preocupa oír las palabras: "Tienes cáncer". Nos preocupa que un avión se estrelle mientras estamos en él. Nos preocupamos, como el viejo Fred Sanford, por tener un cáncer muy grave. Nos preocupa nuestro futuro.

3. Personas que amas: Me sorprende más que preocuparme por el dinero o por lo que me va a pasar, me preocupo por las personas que amo. Me preocupo por mi madre, que ahora es viuda, por cómo está, qué piensa y cuál es su futuro. Me preocupo por mi esposa, si todo le va bien. Me preocupo por mis preciosos hijos. Pienso en ellos todos los días mientras están en la escuela.

Pienso en mi hijo mayor, Ethan, y me pregunto qué tipo de asociaciones con sus compañeros está formando. Me pregunto si alguien se burla de él. Me pregunto si está aprendiendo valores adecuados. Me pregunto si alguien lo está tentando con drogas. Me preocupa que empiece a gustarle a las chicas. Luego empiezo a preocuparme de que no le gusten. Lo que quiero decir es que la preocupación te mantiene en un estado de confusión. Luego, con mi hijo pequeño, Lee, paso por todo eso a su edad, y con mi hija, Rachel, a veces es difícil no preocuparse por los demás. Te lo confieso.

¿He dado en el clavo? ¿No te preocupas por esas mismas cosas? ¿No te preocupas por el dinero? ¿No te preocupas por tu futuro? ¿No te preocupas por los demás?

¿Y qué hacemos con todo esto? Bueno, la buena noticia es que Dios tiene una promesa magnífica: «Por eso les digo: No se preocupen por su vida, qué comerán o beberán; ni por su cuerpo, qué vestirán. ¿Acaso la vida no es más importante que el alimento, y el cuerpo más importante que la ropa? Miren las aves del cielo: no siembran, ni cosechan, ni almacenan en graneros, y sin embargo, su Padre celestial las alimenta. ¿No valen ustedes mucho más que ellas? ¿Quién de ustedes, por mucho que se preocupe, puede añadir una sola hora a su vida? ¿Y por qué se preocupan por la ropa? Miren cómo crecen los lirios del campo: no trabajan ni hilan. Sin embargo, les digo que ni siquiera Salomón en todo su esplendor se vistió como uno de ellos. Si así viste Dios la hierba del campo, que hoy está y mañana se echa al fuego, ¿no los vestirá mucho más a ustedes, hombres de poca fe? Así que no se preocupen, diciendo: "¿Qué comeremos?" o "¿Qué beberemos?"». o "¿Qué nos pondremos?". Porque los paganos corren tras todas estas cosas, y vuestro Padre celestial sabe que las necesitáis. Buscad primero su reino y su justicia, y todas estas cosas os serán añadidas. (Mateo 6:25-33)

La primera palabra que me llama la atención es "Por lo tanto". ¿La ven? Por cierto, siempre que estudien la Biblia o cualquier otra cosa y vean la palabra "por lo tanto", presten mucha atención al contexto, porque hay una razón por la que es "por lo tanto". ¿Por qué? Porque les indica que esta es una conclusión a la que se llega por algo que se acaba de decir. ¿No es cierto? Se acaba de decir algo: "Por lo tanto, les digo: no se preocupen..."

Eso me hace querer volver al versículo 24. ¿Qué acaba de decir? Algunos piensan que no tiene nada que ver, pero es el secreto para superar la preocupación. «Nadie puede servir a dos señores. O aborrecerá a uno y amará al otro, o se apegará a uno y menospreciará al otro. No se puede servir a Dios y al dinero.» Una traducción antigua dice: «No se puede servir a Dios y a las riquezas.» Por cierto, amigos, ahí está el secreto para superar la preocupación. Por eso, a continuación, Jesús dijo: «Por eso les digo: No se preocupen...». Solo tienen que elegir, no solo con la cabeza, sino en lo más profundo de su corazón, quién es su Señor. Así es.

Si realmente entregas tu vida al Señor Jesucristo y a Dios Padre, has superado la barrera de la preocupación. Si te encuentras preocupado, necesitas examinar tu corazón y preguntarte: "¿He entregado mi vida a confiar en Él?". O servirás al dinero y a todo lo que el dinero puede comprar, o a Dios. Cuando sirves a la razón por la que quieres dinero, acciones y bienes materiales, es porque te dan la ilusión de control. Es la idea de que si tuviera esas cosas, no tendría que preocuparme por ellas, podría controlarlas. Pero es una ilusión, es una espejismo.

La verdad es que si vas a servir a Mammón, te encontrarás preocupado todo el tiempo. Porque Mammón se te escapa de las manos y te preocupa constantemente. Pero el Dios Todopoderoso dijo: «Te haré descansar en la seguridad de mi seno». Si aún no lo has aprendido, déjame decirte algo: el control es una ilusión tonta.

La razón principal por la que nos preocupamos es porque queremos controlar las cosas. ¡Quiero controlarlo todo! Quiero controlar mi futuro, la economía e incluso el futuro de los demás. Seamos realistas. Hay muy poco en este mundo que pueda controlar. Lo único que realmente controlo son mis propias decisiones. Esa es la verdad. Ni siquiera controlo el resultado de esas decisiones, no todas. Algunas, pero a veces tomo una decisión y, como resultado de esa decisión, suceden cosas que ni siquiera vi. Si pienso que tengo que controlar a los demás, cómo piensan, qué les sucede, qué hacen, cada sentido que fluye a mi alrededor, y controlar todo en mi vida familiar, me siento desolado.

¿Crees que puedes controlar? Jesús dijo: «Si crees que puedes controlar algo, crea un planeta». Es una tontería, no podemos crear un planeta. Bueno, solo haz que nieve, pero nadie puede hacer eso. Y luego crece un centímetro más. ¿Ves lo que dijo? «¿Quién de ustedes, por mucho que se preocupe, puede añadir un codo a su estatura?» Adelante, crece un centímetro. Ni siquiera puedes controlar eso. No puedes controlar la cantidad de cabellos en tu cabeza, a menos que vayas a comprar uno para ponértelo.

¿Entiendes el punto? Si reconozco a Dios como mi amo, esa es la clave para el antídoto contra la preocupación. La palabra clave en el cristianismo es "sumisión": poder decir: "Dios, tú eres Dios, y Señor, tú eres Señor". Incluso si la economía es como una montaña rusa, o si ese auto nuevo para el que he estado ahorrando se abolló la primera semana, o incluso si el médico entra y me dice: "Steve, tienes cáncer". Señor, sé que me amas, y sé que cuidarás de mí no solo en esta vida, sino también en la otra. Con todos mis inútiles intentos de controlar, Señor, me rindo. La preocupación intenta arrebatarme el control a Dios y ponerlo en nuestras propias manos. Eso es realmente lo que nos causa preocupación.

La promesa

1. Es irreverente. «Porque los paganos corren tras todas estas cosas, y vuestro Padre celestial sabe que tenéis necesidad de ellas» (versículo 32). Es irreverente pensar que Dios no cuidará de nosotros.
2. Es irrelevante. "¿Quién de ustedes, por mucho que se preocupe, puede añadir una sola hora a su vida?" (versículo 27). No puedo añadir una hora a mi vida preocupándome por ello. De hecho, probablemente la acortaré en una hora preocupándome por ello. Es irrelevante. ¿Para qué tomarse el tiempo? ¿Recuerdan lo que dijimos al principio de la lección? El noventa y cinco por ciento de las cosas por las que nos preocupamos nunca suceden o, de todos modos, no podríamos controlarlas.
3. Es irresponsable. «Así que no os preocupéis, diciendo: "¿Qué comeremos?", "¿Qué beberemos?", "¿Con qué nos vestiremos?"» (versículo 31). Eso es una irresponsabilidad. Dios se encargará de ello.
4. Es irritante «Si así viste Dios la hierba del campo, que hoy está y mañana se echa al fuego, ¿no los vestirá mucho más a ustedes, hombres de poca fe?» (versículo 30). ¿Ven la irritación en la voz de Jesús? Si Dios cuida de la hierba del campo, que va a ser arrojada al horno, ¿no los cuidará a ustedes? Hombres de poca fe, son irritantes para Dios.

Bueno, ¿cuál es la promesa? La he visto por todas partes. Hemos hablado del antídoto y las características de la preocupación, pero ¿cuál es la promesa? La promesa está en el versículo 33: «Mas buscad primeramente el reino de Dios y su justicia, y todas estas cosas os serán añadidas».

Eso es todo. El Señor debe ser tu Amo, no las riquezas, no las cosas que quiero controlar. Tú eres mi Amo y te buscaré. Sé que cuando te busco, Señor, cualquier cosa que realmente necesite, tú me la proveerás. Sé que, por nuestra condición humana, es difícil de ver. Pero un día de estos, cuando seamos revestidos de inmortalidad y tengamos esa incorruptibilidad, podremos decir: «Dios, esa promesa fue tan verdadera y sólida como cualquier otra. Realmente me proveíste de todo lo que necesitaba». Esa es la verdad. Esa es la promesa para superar la preocupación. Así que, tú y yo busquemos primero su reino y su justicia, y dejemos que él se encargue del resto. Adaptado de Amazing Grace #1165 - Steve Flatt, 26 de junio de 1994