

## Por nada estén afanosos

¿Has experimentado alguna vez la sensación de paz que produce ver a un niño recién nacido dormir? Cuando eso sucede, es casi inevitable hacer la asociación envidiosa con nuestras propias vidas y es entonces cuando expiramos. ¡Qué dicha ser como este bebé y no tener ninguna preocupación!

Lo cruel de esta realidad es que muy pocos de nosotros tenemos memorias de esas etapas tranquilas e imperturbables, porque pareciera que nuestros recuerdos aparecieron a la par de nuestras preocupaciones. Sin embargo, estoy seguro de que todos podemos ubicar un momento en nuestras vidas en el que experimentar alguna forma de paz, aun cuando ésta proviniera simplemente de ignorar las preocupaciones que nos rodean.

El afán, llamado en términos más contemporáneos como estrés o ansiedad, ha llegado a considerarse un problema de salud pública global. La lista de problemas que ocasiona a nivel del individuo es incontable y no solo a nivel emocional, sino incluso de la salud física y las relaciones.

Podría decirse que vivimos en una sociedad enferma de ansiedad. Y puede ser que tus preocupaciones no lleguen a caer en la categoría de nocivas, sin embargo, estamos de acuerdo en que, por lo menos, cuando esta parte de nuestra vida se torna oscura, quisiéramos saber a dónde encontrar algo de luz.

Una deuda no pagada, una relación rota, una necesidad no cubierta, una expectativa no cumplida, un trabajo mal remunerado, una discusión familiar o simplemente la búsqueda de identidad, pueden ser detonantes que desencadenan un espiral de angustia que a veces se parece a la misma muerte; pero gracias al Señor él no nos ha dejado sin esperanza y hay un barco que conecta la orilla del afán y la preocupación desmedida con la paz que sorprende todo entendimiento.

Y es justamente de eso, de lo que hablaremos en el día de hoy; de cómo, ante la realidad de que en este mundo enfrentaremos afanes, ansiedades y preocupación, podemos descansar en Dios por medio de la oración y esperar que venga como resultado su paz y su ayuda.

Así que este es el argumento que parece estar presente en estos versos y que espero poder sostener a lo largo de este sermón, es el siguiente:

*Ante el afán y la ansiedad, somos llamados a confiar en Dios en oración y descansar en la paz que proviene de Él.*

Y lo desarrollaremos a la luz de los siguientes encabezados:

- Un llamado a no afanarse
- Un llamado a orar
- Un llamado a esperar la paz del Señor

## Un llamado a no afanarse

“Por nada estén afanosos”.

Esta petición de Pablo se encuentra en el contexto de unas instrucciones finales que da a los hermanos de Filipo, una iglesia que Pablo amaba mucho y a la que le escribió desde prisión.

Por varios capítulos él los ha llamado a la unidad y también a vivir una vida de gozo en el Señor mientras aguardan su venida. Es una carta estimulante que busca que los hermanos afiancen su confianza en el Señor mientras mantienen también la unidad entre ellos.

Ahora bien, Pablo entendía que, en muchas ocasiones, las divisiones y pleitos venían porque las personas a menudo no sabían cómo manejar sus afanes, entonces terminaban entrando en pleitos y contiendas; por lo que les pide a los hermanos de manera directa: no se afanen por nada.

Esta no es una petición simplista, como quien le pide a alguien que está triste que no llore. No creo que Pablo les esté pidiendo a los hermanos, algo que ellos no tenían la capacidad de hacer.

Estoy convencido de que Pablo no está haciendo una petición tirana, después de todo, no olvidemos que les está escribiendo desde la cárcel, por lo que si alguien tenía motivos para estar ansioso y preocupado era él, pero no, parece que Pablo estaba experimentando un gozo enorme aun cuando algunos querían añadir aflicción a sus prisiones.

*Pedirle a un creyente que no se afane es perfectamente coherente con la capacidad que tiene para hacerlo.*

El Señor Jesucristo ya había enseñado sobre esto, y Pablo está aquí haciendo un recordatorio:

*Por eso les digo, no se preocupen por su vida, qué comerán o qué beberán; ni por su cuerpo, qué vestirán. ¿No es la vida más que el alimento y el cuerpo más que la ropa? 26 Miren las aves del cielo, que no siembran, ni siegan, ni recogen en graneros, y sin embargo, el Padre celestial las alimenta. ¿No son ustedes de mucho más valor que ellas? 27 ¿Quién de ustedes, por ansioso que esté, puede añadir una hora al curso de su vida? 28 Y por la ropa, ¿por qué se preocupan? Observen cómo crecen los lirios del campo; no trabajan, ni hilan. 29 Pero les digo que ni Salomón en toda su gloria se vistió como uno de ellos. 30 Y si Dios así viste la hierba del campo, que hoy es y mañana es echada al horno, ¿no hará Él mucho más por ustedes, hombres de poca fe? (Mt 6:25-29)*

*La razón por la que un creyente puede estar tranquilo y lejos del afán no es por la ausencia de los problemas, sino por una confianza en algo más grande que el motivo de su preocupación: Dios.*

No se le puede pedir a un no creyente que no se afane, porque ¿en qué pondrá su confianza? ¿Qué es eso en lo que puede encontrar seguridad plena? ¿La suerte, el destino, el universo?

Esta no es una declaración en exceso optimista. *Los creyentes no negamos la realidad de que hay motivos para afanarse, lo que hacemos es dirigir rápido nuestra confianza al Señor para no dejar que la ansiedad gane terreno.*

Y por supuesto que se trata de una lucha. No nos levantamos un día repitiendo como un mantra: no me voy a preocupar, no me voy a preocupar, no me voy a preocupar y ¡pum! Funciona mágicamente. No.

Esto se trata, según el Señor, de participar en la búsqueda activa de las cosas del reino, de involucrarse en aquello que el Señor demanda.

*Dime cuánta oración y hábitos espirituales escasean en tu vida, y te diré cuánto afán y ansiedad abundan.*

Estos días decembrinos son peligrosos, muchas personas romantizan el afán en estas fechas, incluso lo ven como una virtud y entonces las ves desesperadas por consumir, por cosas nuevas, por regalos y tener para buenas comidas y reuniones con amigos. de hecho, se han hecho canciones a la melancolía de no poder tener (¿¿Mamá donde esta los juguetes?!), pero con todo el jolgorio y la alegría que puedan rodear estos días, no podemos olvidar la realidad de que el Dios que está sentado en Su trono de enero a noviembre lo ha estado y lo estará por los siglos de los siglos.

Algunos creyentes pareciera que adquieren una licencia para el afán y sin darse cuenta caen presa de esta corriente de cosas que se nos demanda consumir y apartamos la mirada del Señor y arrastramos con ello a nuestros hijos.

*Si Dios nos ha dado la oportunidad de disfrutar, hagámoslo porque eso es un don de Dios, pero si no, confiemos en su voluntad y en que nuestra mayor necesidad ya ha sido resuelta.*

Así que este pedido de “no afanarse” no es una petición al aire carente de consideración con aquellos que pasan por necesidades; es el llamado de todo creyente a invertir sus fuerzas en buscar el Reino de los cielos y su justicia y confiar en que el Señor se ocupa de todo lo demás.

Pero Pablo añade una cosa más. Un antídoto a la ya de por sí muy completa fórmula que el Señor había provisto para hacer frente al afán y la ansiedad, y no es algo distinto en realidad, sino el énfasis en algo en particular: la oración.

Esto nos lleva de la mano al siguiente encabezado:

## Un llamado a orar

*antes bien, en todo, mediante oración y súplica con acción de gracias, sean dadas a conocer sus peticiones delante de Dios.*

Noten la relación de contraste que hay entre la primera declaración y esta: no se afanen por nada, antes bien, en lugar de ello, en todo, oren.

En otras palabras. *La razón por la que nada ha de afanarnos, es porque todo hemos de llevarlo a la oración.*

Así como el Señor nos pedía buscar primeramente el reino de los cielos y su justicia en lugar de afanarnos, ahora Pablo enfatiza que debemos orar al Señor por cada cosa.

Hay tres palabras que Pablo usa aquí que, si bien pudieran considerarse sinónimas, parece que más complementan y enfatizan aspectos o formas de la oración:

- Oración: es una petición que reconoce al Señor como el dueño de todo, es general y puede incluir todo lo demás: acciones de gracia y peticiones. Es la categoría que define todo lo que elevamos al Señor en forma de conversación con Él.

- La súplica es la intensificación de un ruego. Es una oración insistente, como la de la viuda de la que habla Jesús, que pedía justicia de un juez. está cargada de un sentido de urgencia y de intensidad.
- Las peticiones son un elemento de la oración en la que especificamos nuestras necesidades, hablamos de cosas particulares o puntuales. Podemos orar por los pastores del mundo, pero podemos elevar una petición por uno en particular en una iglesia específica.
- Acciones de gracia. Como su nombre lo indica, es una forma u elemento de la oración en la que recordamos lo que el Señor ha hecho y miramos lo que tenemos en la mano y damos gracias por su bondad. *Cultivar más gratitud en oración nos libera del círculo vicioso de la ansiedad por no tener lo que deseamos.* La ansiedad y el afán muchas veces vienen por cosas que deseamos olvidando las que ya poseemos, así que ser agradecidos nos ayuda a romper con el lazo que nos ata. *Muéstrame un alma agradecida y te mostraré un alma tranquila.*

Así que, sea que lo veamos como formas diferentes de orar o como elementos de la oración en general, lo cierto es que *cuando enfrentamos afán y ansiedad, al primer lugar que debemos correr es al Señor:*

Aunque el Señor sabe de qué cosa tenemos necesidad antes que la pidamos, él también nos llama a presentar esas mismas necesidades delante de Él por medio de la oración.

No podemos quedarnos en un estado de parsimonia, arguyendo que, como Dios ya sabe, ¿para qué orar? No. Precisamente oramos porque allí descargamos nuestras necesidades ante el Señor y ponemos en Él toda nuestra confianza.

A veces puede escuchar personas que se quejan una y otra vez del caos emocional de sus vidas, de cómo no alcanzan las 24 horas del día, de problemas en las relaciones, problemas de salud, etc., y cuando preguntas acerca de su vida, de oración, la respuesta es: Nula.

*No podemos buscar soluciones a nuestros problemas de ansiedad fuera de Dios y de nosotros mismos. Necesitamos confiar en Él por medio de la oración.*

Es cierto que crear una disciplina de oración no es fácil y siempre tenemos a la mano la excusa de: estoy muy afanado, tanto que no tengo tiempo para orar.

Fue Martín Lutero quien dijo: “Tengo tantas cosas que hacer que debo invertir las primeras tres horas del día en oración”. Parecía muy convencido de que, entre más cosas que tenía por hacer, más necesitaba del Señor en oración.

Aunque orar cuesta, siempre podemos encontrar maneras de crecer en ello si entendemos lo vital que es para nosotros.

Es lo mismo que sucede con otras disciplinas que no necesariamente son tan espirituales. Algunas personas se obligan a ir al trabajo por la necesidad de tener dinero y suplir sus necesidades, ¿no es acaso la oración algo así de esencial en nuestra vida?

*Una vida enferma de ansiedad y afán es una vida carente de oración y confianza en el Señor.*

Por otro lado, también podemos aprovechar los medios de gracia que el Señor nos ha dado, como la iglesia local y el compañerismo unos con otros. Si caminamos estos momentos de debilidad junto a otros, podemos apoyarnos y levantarnos cuando el desánimo nos gane.

Siempre es bueno tener personas a nuestro alrededor que nos estimulen a la disciplina de la oración. Podemos también aprovechar las reuniones de oración congregacional donde podemos también poner en práctica el presentarnos ante el Señor, aunque sea como un cuerpo mientras voy cultivando disciplinas más personales.

La lectura de la Palabra también es un estímulo. Muchas veces no oramos porque no sabemos cómo hacerlo. Nuestras oraciones o se hacen muy cortas o muy monótonas, pero eso se debe en mayor grado a una poca comunión con la Palabra de Dios. La lectura de los salmos puede ser muy útil en este caso.

También podemos aprovechar los momentos del día para hablar con el Señor. No siempre tenemos que estar en un salón vacío con una biblia abierta. Puede ser que estés andando por el camino, al levantarte o al acostarte; lo importante es aprovechar los momentos del día que puedas para orar.

Pudiéramos quedarnos aquí hablando de cosas prácticas, pero la verdad es que todo comienza con entender profundamente mi necesidad del Señor y de descansar en Él. Una vez eso está claro, entonces el mismo Espíritu me impulsa a la oración en una forma efectiva.

Hemos visto entonces el pedido de Pablo a no estar afanosos y el camino que sugiere para nosotros: el de la oración, pero ¿qué podemos esperar? ¿Qué va a pasar con el afán y la ansiedad cuando por fin ore? Bueno, aquí viene la respuesta a esa pregunta; el resultado es una paz que sobrepasa todo entendimiento, lo cual nos lleva de la mano al tercer y último encabezado:

## Un llamado a esperar la paz del Señor

*Y la paz de Dios, que sobrepasa todo entendimiento, guardará sus corazones y sus mentes en Cristo Jesús.*

Este pasaje no es previamente una promesa de garantía, pero sí establece una relación de causa y efecto. Este es el flujo de pensamiento:

No estén afanosos, en lugar de ello oren al Señor y obtendrán como resultado una paz que sobrepasa todo entendimiento.

Al inicio de este sermón planteamos el argumento a la luz de una analogía: El afán está a una orilla del río, pero la oración es la barca que nos lleva seguros al otro lado, a la orilla de la paz de Dios.

Esta paz de Dios no es la paz en el sentido de ser reconciliados con Él, ese concepto está más asociado a la salvación. Aquí el texto se refiere a una tranquilidad sobrenatural. No como la de los niños recién nacidos, la cual, aunque es envidiable, viene por la ignorancia que tienen o por la poca racionalización que hacen de los problemas. Esta paz es distinta porque ella no elimina la realidad de que hay cosas que nos producen afán y ansiedad. Esta es una paz milagrosa, especial, una obra del Espíritu que nos hace estar confiados cualquiera que sea la circunstancia.

Es la misma paz que estaba experimentando Pablo al escribir esta carta, incluso cuando estaba preso. Es la misma paz que pudo encontrar el Señor en medio de la angustia del huerto, es la misma paz que experimentan todos aquellos que confían en el Señor, algo que los hace estar firmes.

Esta paz tampoco es un aura mística producto del aislamiento mental, es un sentido de confianza en que pase lo que pase, el plan del Señor siempre es mejor que el nuestro. Es la certeza de que Dios está trabajando un plan que, aunque escapa a nuestra comprensión, es perfecto.

Esta paz es informada; parte de la siguiente idea:

*Debido a que Dios es Soberano y lo gobierna todo y al mismo tiempo es Bueno y ningún mal procede de Él, entonces Él es confiable y puedo descansar en su soberanía y su bondad cualquiera que sea la circunstancia.*

*La paz de Dios no es la ausencia de problemas, es la certeza de que el Señor está reinando incluso sobre los problemas.*

Algo interesante de esto que el texto llama “la paz de Dios que sobrepasa todo”, entendimiento” es que esta no es una emoción abstracta, se trata de una obra del Espíritu que se traduce en una mente y corazón puestos en Cristo. Es decir, pensamientos y emociones puestas en Cristo.

Voy a ponerlo en un ejemplo:

Acabas de perder el contrato que garantiza el sustento tuyo y de tu familia. No hay renovación a la vista para el siguiente año, así que el afán, la preocupación y la ansiedad tocan la puerta.

Tú haces lo que la Biblia dice: oras y das gracias al Señor por todo lo que te ha dado, al mismo tiempo que le pides, le suplicas que abra una puerta laboral, porque de lo contrario ¿cómo pagarás las cuentas?

Así que la paz de Dios viene y tus pensamientos comienzan a estar tranquilos. La idea de que Cristo te asegura una herencia y que en Él tienes una riqueza incalculable de repente comienzan a ser más claras que antes, no es una cosa trivial, sino que ahora comienza a ser algo más real y empiezas a verlo como nunca antes lo habías visto.

Al mismo tiempo que ese entendimiento viene, que parece nuevo, pero no lo es, solo es más claro, viene también un sentimiento, una emoción de tranquilidad y de gozo, una quietud de alma. Todo aquello que antes era amargura e irritabilidad, de repente se convierte en gozo y una actitud realmente tranquila frente a la situación, el corazón no se acelera y las emociones no se desbordan.

Nota que nada ha cambiado, sigues sin contrato y sin nada a la vista; pero ahora, hay algo en tu mente que te está gobernando, que antes no estaba, al menos no con esa intensidad, y hay una sensación de tranquilidad que incluso los que viven contigo pueden notarlo.

Eso te da ahora lucidez para pensar y saber cómo actuar. Ya no serás gobernado por las emociones mientras continúas en la búsqueda de trabajo. Ahora no tendrás que mentir en una entrevista o falsear un documento; ahora puedes esperar confiado.

¿Puedes verlo? Esa es la paz de Dios que sobrepasa todo entendimiento que guarda nuestra mente, nuestros pensamientos y nuestro corazón, nuestras emociones, ¡en Cristo! ¿No te parece asombroso?

Ahora, sé qué estás pensando en que no eres esa clase de cristiano, que eso suena demasiado sofisticado para alguien con tan pocas prestaciones; pero es que he recreado un escenario ni siquiera ideal. He recreado el escenario de un cristiano que empezó a orar y confiar cuando la situación apareció. ¿Sabes cuánto cambiaría si simplemente estuviéramos predispuestos a esto? Es decir, que viviéramos fortalecidos en la oración y la confianza en el Señor, incluso cuando no tenemos situaciones de afán o ansiedad.

Pablo hablaba de esto cuando dijo: sé vivir humildemente y sé tener abundancia, en todo y por todo estoy enseñado; todo lo puedo en Cristo que me fortalece.

*Enfrentar el afán y la ansiedad no debe ser un evento en nuestras vidas, es algo en lo que deberíamos trabajar en cada momento de nuestra vida.*

Usando el lenguaje de los médicos; deberíamos estar más prestos a tomar acciones preventivas antes que correctivas.

Muchas veces, cuando queremos responder al afán, ya nos hemos ahogado en él. En cambio, si vivimos una vida en la que cultivemos esta confianza en el Señor, es más fácil enfrentarlo cuando aparezca.

Permítame entonces cerrar esta idea y volver a nuestro planteamiento inicial:

No podemos evitar que las situaciones que producen afán y ansiedad en nuestras vidas aparezcan, pero cuando eso suceda, debemos orar y suplicar al Señor, descansar en Él y entonces él nos dará una paz que sobrepasa todo entendimiento, una paz sobrenatural que nos guardará en nuestros pensamientos y en nuestras acciones, de modo que siempre le demos gloria.

Que Dios lo haga así por su Espíritu Santo, y es mi oración que si alguien vino aquí casi ahogado de afán, pueda hoy encontrar esperanza y también en el Señor todo lo necesario para descansar en su paz.

Y amigo qué estás aquí, puedo imaginarme cómo te has sentido identificado con estas palabras. Puede ser que muchas veces cuando el afán y la ansiedad vienen te hayas visto tentado escapar de él de muchas maneras, buscando placeres y formas de huir de ese sentimiento, pero rápido te has dado cuenta de que cuando estás de regreso, eso sigue ahí que no se ha ido, que el alcohol no se lo llevó, ni la lujuria, ni ningún placer temporal, ¿sabes por qué? Porque se necesita de un poder sobrenatural que solo viene por medio de Cristo. Porque la verdadera paz del alma solo se encuentra en Él.

No resistas más el llamado del Señor y rinde tu vida hoy al Señor, ora junto a nosotros, clama, pide, da gracias y el Señor te dará primero su paz con Él porque tu pecado te ha separado y luego te dará esta paz de la que hemos hablado que viene por el poder de su Espíritu. No esperes más, hoy es tu día de salvación.