EL CORAZÓN DE LA ANSIEDAD

Pastor: Luis O. Arocha
Julio 31, 2011
Iglesia Bautista de la Gracia
Santiago, República Dominicana

"Por tanto os digo: No os afanéis por vuestra vida, qué habéis de comer o qué habéis de beber; ni por vuestro cuerpo, qué habéis de vestir. ¿No es la vida más que el alimento, y el cuerpo más que el vestido? Mirad las aves del cielo, que no siembran, ni siegan, ni recogen en graneros; y vuestro Padre celestial las alimenta. ¿No valéis vosotros mucho más que ellas? ¿Y quién de vosotros podrá, por mucho que se afane, añadir a su estatura un codo?Y por el vestido, ¿por qué os afanáis? Considerad los lirios del campo, cómo crecen: no trabajan ni hilan; pero os digo, que ni aun Salomón con toda su gloria se vistió así como uno de ellos. Y si la hierba del campo que hoy es, y mañana se echa en el horno, Dios la viste así, ¿no hará mucho más a vosotros, hombres de poca fe? No os afanéis, pues, diciendo: ¿Qué comeremos, o qué beberemos, o qué vestiremos? Porque los gentiles buscan todas estas cosas; pero vuestro Padre celestial sabe que tenéis necesidad de todas estas cosas. Mas buscad primeramente el reino de Dios y su justicia, y todas estas cosas os serán añadidas. Así que, no os afanéis por el día de mañana, porque el día de mañana traerá su afán. Basta a cada día su propio mal". Mateo 6.25–34

INTRODUCCIÓN

Jesús sigue bajando al corazón. En el capitulo 5 nos dio muchas precauciones par que no nos conformemos con una obediencia meramente externa. En la primera mitad del capitulo 6 nos advierte sobre el peligro de hacer las cosas para ser visto de los hombres. El sabe cuanto nuestro corazón ama la opinión de los demás. Pero hay otra cosa que fácilmente idolatramos, el dinero. La opinión de los demás es un gran motivador, pero el amor al dinero es igual o mayor.

Ya el Pastor JJ nos expuso las instrucciones radicales de Jesús que nos manda a no atesorar posesiones terrenales y el peligro que eso implica. Nadie puede servir a dos Señores. Hay una competencia voraz en el corazón humano.

¿Quien se sentara en el trono de tu corazón? Solo hay un trono y muchos candidatos y la pura realidad es que siempre terminaremos dándole el trono de nuestro corazón a quien entendamos nos beneficie mas.

Sus instrucciones son muy claras y precisas, pero aplicarlas se hace muy difícil.

Ejemplo: Una vez conversaba con una persona que me estaba vendiendo unos productos y yole hacia ciertas preguntas buscando una oportunidad para hablarle del evangelio. Durante la conversación dijo: "Yo no soy apegado al dinero. Para mi el dinero no es nada. Yo soy muy desconectado de las cosas materiales."

Entonce le pregunté: "Entonces, que es lo que disfrutas? Que te gusta hacer?"

Respondió: "Me gusta pasarme una semana en un Resort, una buena cena en un restaurante, viajar a otros países y conocer…"

Entiendo que eso nos pasa a todos. Cuando el Pastor JJ predico la semana pasada, es posible que muchos de nosotros estuviéramos totalmente de acuerdo con las Palabras del Señor, pero la mayoría no nos vemos como aquellos que atesoramos las posesiones terrenales. No nos vemos como aquellos que servimos al dinero. Es posible que muy pocos de nosotros nos obsesionemos con nuestros estados bancarios y estemos acaparando hasta el ultimo centavo, pero ¿cómo saber que tanta influencia tiene el dinero en nuestros corazones?

Entiendo que nuestro texto es una linterna que nos ilumina el corazón para ver lo que realmente hay allí.

Afanarse es Atesorar

Vs. 25 - Por tanto os digo: No os afanéis por vuestra vida, qué habéis de comer o qué habéis de beber; ni por vuestro cuerpo, qué habéis de vestir.

La conexión con el verso anterior es obvia. El verso 25 inicia con "Por tanto", lo cual quiere decir que como es imposible servir a Dios y a las riquezas, entonces debemos cuidarnos de no afanarnos: Por tanto os digo: No os afanéis por vuestra vida, qué habéis de comer o qué habéis de beber; ni por vuestro cuerpo, qué habéis de vestir.

Noten la importante conexión entre el afán y quien es el Señor de tu corazón.

Es como si Jesús hubiese dicho: No pienses que puedes amar a Dios y al dinero al mismo tiempo. Es imposible que ambas cosas existan al mismo tiempo en el corazón humano. Por tanto, no te afanes por las cosas materiales, porque eso es lo mismo que servir al dinero.

Esto que Jesús está diciendo es muy penetrante. ¿Quieres saber quien reina en tu corazón, Cristo o el dinero? Examina tu afán por las posesiones terrenales. Y es aun más revelador cuando examinamos los particulares que menciona: el comer, el beber, el vestir. Esas son tres cosas básicas.

Si hubiese dicho que tengamos cuidado con afanarnos por tener cosas lujosas o excesos, es probable que nos fuera fácil recibir estas instrucciones. Pero el hecho de que el Señor lo particularice con cosas tan básicas para la vida como la comida, la bebida y el vestir nos dice que esto no es algo que solo le sucede a los ricos. Es algo con lo que todos tenemos que batallar si es que queremos que Cristo ocupe el trono de nuestros corazones.

¿Cómo los médicos determinan si uno tiene una infección? Revisan los síntomas, tales como fiebre, los niveles de glóbulos blancos en la sangre y muchísimas otras cosas.

¿Cómo podemos saber si el amor al dinero ha infectado nuestro corazón? También examinando los síntomas. En este pasaje Jesús nos presenta uno de los síntomas principales: el afán por las posesiones terrenales.

Cuando atesoramos algo nos afanamos por ello. Nuestro afán revela lo que atesoramos.

Jesús nos manda a no afanarnos.

- *Vs. 25 - No os afanéis por vuestra vida, qué habéis de comer o qué habéis de beber; ni por vuestro cuerpo, qué habéis de vestir.*
- *Vs. 31 - No os afanéis, pues, diciendo: ¿Qué comeremos, o qué beberemos, o qué vestiremos?*
- *Vs. 34 - Así que, no os afanéis por el día de mañana…*

Básicamente nos exhorta a no afanarnos por las necesidades básicas del cuerpo y luego lo generaliza diciéndonos que no nos afanemos por el futuro.

La Raiz del Afán

¿Qué es afanarse? ¿De donde proviene?

¿No nos manda Dios a ganarnos el pan con el sudor de la frente, a ser diligentes con nuestros trabajos y que el que no provee para los suyos es peor que un incrédulo?

¿Cuál es la diferencia entre el afán y la diligencia?

Esa es una muy buena pregunta y para contestarla tenemos que recordar que el punto de enfoque del Sermón del Monte es lo que está sucediendo en tu corazón. Dos personas pueden ser muy diligentes y trabajadoras, pero con corazones diferentes y por lo general eso se manifiesta cuando las circunstancias se ponen difíciles. Es muy fácil no tener ansiedad cuando el dinero esta entrando por un tubo, pero cuando la despensa está vacía y no hay para el colmado o hay que pagar la casa y se tiene $84 en el bolsillo o se enferma uno de los niños y la receta es un listín entonces se manifiesta lo que hay en el corazón.

El afán es esa preocupación irracional que domina el ánimo, los pensamientos y todo nuestro ser que no está contenta hasta que cambien las circunstancias que están fuera de su control.

27 ¿Y quién de vosotros podrá, por mucho que se afane, añadir a su estatura un codo?

Noten que el que se afana se preocupa por cambiar cosas que no puede cambiar, como en este caso la estatura, pero pudiera un número de cosas.

Si una persona está teniendo estrechez económica y entiende que su familia necesita más recursos y esta persona decide obtener más preparación, buscar un segundo empleo o trabajar más horas, esto no es necesariamente un signo de afán. Esto probablemente es diligencia y responsabilidad. La Biblia exige que los hombres sean diligentes y suplan para sus familias.

Y si un padre de familia se queda sentado en su casa bajo el pretexto que Dios le prohíbe afanarse está en pecado y su vida se parece más a la de un incrédulo que a la de un creyente que está dependiendo de Dios. Eso no es depender de Dios. Depender de Dios implica que guardamos sus mandamientos, porque estamos convencidos que la voluntad de Dios siempre es para nuestro bien. Y es la voluntad de Dios que seamos diligentes, no perezosos.

El afán y la ansiedad son asuntos que suceden en el corazón y no necesariamente será notado

por los demás. Ahora mismo estoy seguro que hay personas aquí viviendo en ansiedad y afán y nadie se da cuenta. Además las personas manifiestan la ansiedad en formas diversas. Hay gente que cuando está ansiosa se paraliza o se deprime. Otros se hacen irritables y se ofenden de cualquier cosa. Otros no pueden dormir. Las expresiones son distintas, pero en el fondo hay una preocupación irracional que los domina y no se satisface hasta que las circunstancias adversas cambian.

¿De donde surge este afán? ¿Cual es la raíz del afán?

Es probable que algunos de ustedes ya lo hayan notado cuando hicimos la lectura del pasaje, pero volvamos a nuestro texto.

Leamos del 28 al 30. La clave está en el verso 30

Y por el vestido, ¿por qué os afanáis? Considerad los lirios del campo, cómo crecen: no trabajan ni hilan; pero os digo, que ni aun Salomón con toda su gloria se vistió así como uno de ellos. Y si la hierba del campo que hoy es, y mañana se echa en el horno, Dios la viste así, ¿no hará mucho más a vosotros, hombres de poca fe?

¿Por qué nos afanamos por las necesidades temporales? Por nuestra poca fe. Eso quiere decir que la raíz del afán es la falta de fe o la incredulidad. La ansiedad es el resultado de no creer. La ansiedad es un pecado producido por la incredulidad en el corazón.

Cuando digo que la ansiedad es un pecado, estoy seguro que muchos de ustedes sienten que eso es muy duro. La ansiedad y el afán son cosas tan comunes que se han convertido en "pecados respetables", como dice Jerry Bridges. La ansiedad es uno de esos pecados que toleramos en nuestras vidas y en la iglesia, pero Cristo dice que está directamente con no tener fe, con no creer.

¿No creer que?

Es el resultado de no creer en el amor paternal de Dios. Es el resultado de no ver a Dios como nuestro Padre. Miren el vs 26.

Mirad las aves del cielo, que no siembran, ni siegan, ni recogen en graneros; y vuestro Padre celestial las alimenta. ¿No valéis vosotros mucho más que ellas?

Jesús está afirmando que Dios es nuestro Padre y que tenemos mucho más valor para él que las aves. Si has nacido de nuevo, Dios es tu Padre, te ama y eres valioso para él.

En las iglesias reformadas enfatizamos mucho la verdad bíblica que no tenemos méritos algunos delante de Dios y esa es una verdad muy importante. No tenemos méritos de justicia para reclamarle nada a Dios. Pero es también una verdad muy importante que, aunque el creyente no tiene méritos para reclamarle nada a Dios, Dios ama entrañablemente a sus hijos. Los creyentes son de gran valor para él. "valéis mucho más que ellas".

Pero muchas veces no lo creemos. Porque si lo creyéramos no nos afanaríamos, pues tenemos un Padre que no solo es todo poderoso, sino que también nos ama y nos valora. ¡Es asombroso

pensar que podemos ser valiosos para Dios!

Jesús nos exige que creamos eso y a su vez eso nos librará de la ansiedad.

Entonces, la incredulidad está en la raíz del problema de la ansiedad y Jesús argumenta con nosotros para probarnos que la ansiedad es irracional y es lo contrario a ser luz y sal de la tierra.

Argumentos Contra El Afán

Veamos siete argumentos que el Señor nos da para que no nos afanemos:

1. *(vs. 25) Por tanto os digo: No os afanéis por vuestra vida, qué habéis de comer o qué habéis de beber; ni por vuestro cuerpo, qué habéis de vestir. ¿No es la vida más que el alimento, y el cuerpo más que el vestido?*

    (a) Dice Dios, siendo la vida tanto mas compleja que la comida y el vestido y Dios te sostiene sin tu ayuda, cuanto mas capaz y dispuesto es Dios para suplir. Y mas aun bajo cualquier situación resucitar tu cuerpo y preservar tu vida eternamente

2. *(vs. 26) Mirad las aves del cielo, que no siembran, ni siegan, ni recogen en graneros; y vuestro Padre celestial las alimenta. ¿No valéis vosotros mucho más que ellas?*

    (a) Si Dios esta dispuesto a alimentar criaturas insignificantes como las aves que ni pueden hacer agricultura, el proveerá tu necesidad, pues eres de mas valor que las aves.

3. *(vs. 27) ¿Y quién de vosotros podrá, por mucho que se afane, añadir a su estatura un codo?*

    (a) Se Realista - La ansiedad no aporta nada. No resuelve nada.

4. *(vs. 28-30) Y por el vestido, ¿por qué os afanáis? Considerad los lirios del campo, cómo crecen: no trabajan ni hilan; pero os digo, que ni aun Salomón con toda su gloria se vistió así como uno de ellos. Y si la hierba del campo que hoy es, y mañana se echa en el horno, Dios la viste así, ¿no hará mucho más a vosotros, hombres de poca fe?*

    (a) Tu eres eterno, las flores son de muy corto plazo. Dios rebosa a las flores con cuidado y belleza, cuanto mas por seres eterno. No solo mas valiosos, sino que mas duraderos.

5. *(31-32) No os afanéis, pues, diciendo: ¿Qué comeremos, o qué beberemos, o qué vestiremos? 32 Porque los gentiles buscan todas estas cosas; pero vuestro Padre celestial sabe que tenéis necesidad de todas estas cosas.*

    (a) Dios no ignora tus necesidades. El las sabe. El las suplirá en el mejor momento. En los impíos, que no tienen a Dios como Padre, es entendible que se afanen por las cosas de este mundo, pero no para el hijo de Dios.

6. *(33) Mas buscad primeramente el reino de Dios y su justicia, y todas estas cosas os serán añadidas.*

    (a) La promesa de este pasaje es que si te entregas a la causa de Cristo en el mundo, en vez de preocuparte por asuntos materiales privados, El se asegurara de darte todo lo que necesites para hacer su voluntad y darle gloria.

7. *(34) Así que, no os afanéis por el día de mañana, porque el día de mañana traerá su afán. Basta a cada día su propio mal.*

    (a) Dios no nos va a probar en un día mas de lo que podemos soportar.
    (b) (Lam 3:22-23) Por la misericordia de Jehová no hemos sido consumidos, porque nunca decayeron sus misericordias. Nuevas son cada mañana; grande es tu fidelidad.
    (c) No pretendamos enfrentar los problemas de hoy con la gracia de mañana

El Evangelio Elimina El Afán

En el centro de nuestra lucha contra la ansiedad está Cristo. No hay razón para afanarse, porque Dios nos ama y nos valora. Pero ese amor solo es posible por lo que Jesucristo hizo en la cruz. No siempre fue así y no con todos es así.

Analicémoslo por un momento. ¿Por qué no tiene sentido que nos afanemos? Porque Dios es nuestro Padre, ese es el centro del argumento de Jesús. El sabe todo lo que nos está sucediendo. El tiene poder para cambiar nuestras circunstancias y suplir nuestras necesidades y sobre todo esto, él dio a lo más precioso que él tenía para suplir tu mayor necesidad. Estudiando este pasaje constantemente veía conexiones con Romanos 8:32.

El que no escatimó ni a su propio Hijo, sino que lo entregó por todos nosotros, ¿cómo no nos dará también con él todas las cosas?

En tu condición de mayor necesidad y de mayor miseria, cuando tus pecados te condenaban ante la santa justicia de Dios, cuando tu corazón no tenía en cuenta a Dios, cuando todo lo que merecías era su ira en ese momento, Dios entregó a su propio Hijo para suplir lo único que te podía salvar, como no te va a dar las cosas que necesitas? Esa es su promesa.

Ahí está la cura contra la ansiedad. Está en creerle a Dios. La raíz de la ansiedad es la incredulidad y su remedio es la fe en lo que Dios ha prometido.

¿Qué ha prometido Dios? Darnos todo, absolutamente todo lo que necesitamos para glorificarle. ¿Y qué me toca hacer a mi? Buscar primeramente el Reino de Dios. Toda esa energía que le inviertes al afán, ahora úsala para el Reino de Dios.

¿No es sorprendente como los cristianos que más se entregan al reino de Dios son los más alegres, mientras que los que están enfocados solo en sus carreras, producir, negocios, por lo general viven con mucha ansiedad y descontento?

No es una coincidencia. La Palabra de Cristo no se equivoca

Sin embargo, como decía anteriormente, las promesas de Dios no se aplican a todas las personas. La promesa es para los que buscan primeramente su reino, para los que aman a Dios. Pero si tu no estás bien con Dios. Si no te has arrepentido y no has recibido a Cristo, realmente tienes muchas razones para afanarte.

Yo te digo hoy: “Afánate, preocúpate y angústiate por el bien de tu alma”.

No des sueño a tus ojos, no te enfoques en ninguna otra cosa que no sea resolver tu relación con Dios. Y para eso no hay que esperar. Ahora mismo, tienes la oportunidad de entregar tu vida al Señor y dedicarte a buscar primeramente su Reino, sus cosas y dejar todo lo demás en sus manos.

Y esto no se lo digo solo a los amigos que nos visitan, estas palabras también son para los cristianos. Estas palabras del Señor son una buena oportunidad para revisar nuestros corazones. Recuerden que el afán es un signo de lo que atesoramos. Si Dios te a mostrado tu pecado e incredulidad, la cual se manifiesta en ansiedad, esta es una excelente ocasión para volver a la cruz y decirle: “Señor, yo quiero que tu seas mi tesoro, pero mi ansiedad y afán muestran que hay otro en tu lugar en mi vida. Una vez más vengo humillado y quebrantado a pedirte que me perdones y que ocupes el lugar que solo te pertenece a ti. Dame todo lo que necesito para buscar primero tu reino, tu gloria, tu honra y ocúpate tu de todo lo demás.”

Créele a Dios. Atesora para el cielo. Busca primeramente el reino de Dios.