



El antídoto para la preocupación

Ministrando a las multitudes, lección 7

Lucas 12:22-34

Introducción

Cuando Abraham Lincoln se dirigía a Washington para ser investido como presidente de los Estados Unidos, el ambiente estaba cargado con la amenaza inminente de una guerra civil. Era el tema más común de conversación; los ciudadanos, llenos de ansiedad, lo abordaban constantemente durante su trayecto para preguntarle sobre el tema.

En una de sus paradas en Nueva York, Lincoln se hospedó en casa de Horace Greeley, senador y editor de un periódico. Greeley, como tantos otros, le preguntó directamente si estaba preocupado por la posibilidad de una guerra civil.

Fiel a su forma de ser, Lincoln no respondió con un discurso solemne, sino con una historia sencilla. Se recostó en su silla y recordó sus primeros años como abogado, cuando cabalgaba de un tribunal a otro. Contó que, en cierta ocasión, después de intensas lluvias, él y sus compañeros se vieron obligados a cruzar varios arroyos crecidos. Pero lo que más les preocupaba era que todavía les quedaba por delante el río Fox, que era mucho más caudaloso.

Al caer la noche, se detuvieron en una posada rústica que ofrecía alojamiento a los viajeros. Allí se encontraron con un predicador metodista que también recorría la región a caballo, a pesar del clima. Como conocía bien el río Fox, los hombres se reunieron alrededor de suyo y le preguntaron ansiosos cuál era el estado actual del río.

El anciano predicador sonrió y respondió con calma: “He cruzado el río Fox muchas veces y entiendo su preocupación. Pero tengo una regla importante: yo nunca cruzo el río Fox hasta que llego a la orilla”.ⁱ

En otras palabras, no te adelantes a los problemas que todavía no existen.

La verdad es que Dios no nos da la gracia, ni la fortaleza, ni la fe necesaria para enfrentar un obstáculo hasta que lo enfrentamos cara a cara. Él nos equipa en el momento preciso, no antes. Intentar vivir el futuro por adelantado solo multiplica la ansiedad.

El pastor Charles Swindoll, comentando este mismo pasaje de Lucas, lo expresó de manera muy vívida. Él dijo:

“La preocupación proyecta sombras sobre tu futuro; la ansiedad actúa como un ladrón en los rincones oscuros de tus pensamientos, robándote la paz y secuestrando tu gozo”.ⁱⁱ

Y es cierto. Si aquello que temes finalmente sucede, la preocupación no te habrá preparado mejor; y si no sucede, te habrá robado el gozo en el camino. La vida siempre tendrá “otro río” más adelante, otro obstáculo que nos parece imposible de cruzar. La pregunta es: ¿cómo enfrentamos esas incertidumbres que amenazan con robarnos la paz y el gozo?

Nuestro Señor Jesucristo nos ofrece la respuesta. A partir de aquí, en el evangelio de Lucas capítulo 12, Jesús nos entrega un consejo divino, una medicina para el alma inquieta. Él acaba de contar la parábola sobre ser rico para con Dios que examinamos en nuestro estudio anterior. Y con esa enseñanza de trasfondo ahora se dirige directamente a sus discípulos.

En el versículo 22 les dice:

“Por tanto os digo: No os afanéis por vuestra vida, qué comeréis; ni por el cuerpo, qué vestiréis. La vida es más que la comida, y el cuerpo que el vestido.”

Es como si Jesús anticipara lo que sus discípulos estaban pensando después de darles ese mandato tan directo: “Pero, Señor, si nosotros no nos preocupamos de nuestras necesidades, ¿quién lo hará?”ⁱⁱⁱ

Jesús, conociendo el corazón humano, comienza a darles una respuesta. De hecho, presenta lo que podríamos llamar un antídoto divino contra la preocupación. Y lo hace en tres pasos muy claros. El primero es este:

Piensa correctamente

En el versículo 24, Jesús dice:

“Considerad los cuervos...”

La palabra traducida “considerar” aparece también en el versículo 27, cuando habla de las flores. Ese verbo significa reflexionar con entendimiento, pensar con discernimiento.^{iv}

Jesús nos está diciendo: cuando la ansiedad invade tu corazón, lo primero que necesitas hacer es pensar bíblicamente, pensar de manera correcta.

Entonces surge la pregunta: ¿Cuáles son las mentiras que podemos creer? ¿Dónde nos embosca el afán y trata de desviarnos del camino de la fe? Vamos a ver algunas formas en que esto sucede. En primer lugar vemos que:

La preocupación distorsiona el valor precioso de la vida humana

Mira lo que dice el versículo 24:

“Considerad los cuervos: que ni siembran, ni siegan; que ni tienen despensa, ni granero; y Dios los alimenta. ¿No valéis vosotros mucho más que las aves?”

En el mundo judío, los cuervos ase consideraban como aves inútiles, incluso inmundas. No tenían colores llamativos ni un canto agradable. Solo graznaban y chillaban. Y no es casualidad que Jesús mencione precisamente a este ave. Porque si hubiera un pájaro que cualquiera pensaría que no merece atención ni cuidado, sería el cuervo. Pero aun así, Dios se preocupa por él.

Quizás puedas pensar que no eres especial, que no tienes grandes talentos, que no eres muy útil o llamativo. “Seguramente Dios va a poner su atención en otra persona o en asuntos más importantes” Y entonces tu corazón se llena de preocupación: “¿Quién va a ocuparse

de mí?” Pero Jesús responde con claridad: si Dios alimenta a los cuervos, ¿cómo no va a cuidar de ti?

¡Míralos! ¡Considéralos! ¡Piensa en ellos! ¿De verdad crees que Dios va a alimentar los cuervos y olvidarse de sus discípulos?^v

Luego Jesús añade en el versículo 25:

“¿Y quién de vosotros podrá con afanarse añadir a su estatura un codo?”

O quizás su traducción diga algo un poco diferente como:

¿Quién de ustedes, por ansioso que esté, puede añadir una hora al curso de su vida?

La razón de esta diferencia es que la palabra que usa Jesús tiene que ver con **longitud**. Puede hablar de la longitud del cuerpo —la estatura— o de la longitud de los días —la vida misma. Por eso las traducciones lo expresan de una u otra manera. Pero en cualquier caso, el punto de Jesús es muy claro: la preocupación no logra alargar nada. No puede darte más altura ni añadir más días a tu vida.

Ahora bien, ya que el resto del pasaje habla sobre la duración de la vida y como Dios tiene contados nuestros días, es mejor entenderlo en ese sentido. Jesús está diciendo: “*Por más que te afanes, no puedes añadir ni un instante más a tu vida.*”

El salmo 39:4 lo dice con claridad: “***Hazme saber, Jehová, mi fin, y cuánta sea la medida de mis días.***”

Y Job también afirma en el capítulo 14, versículo 5 que Dios ha determinado los días, y aún el número de meses de cada persona.

Tu vida está en manos de Dios. Él ya determinó cuánto vas a vivir. Ahora, esta no es una invitación a la irresponsabilidad, claro que no. Jesús no está diciendo que descuides tu salud, que nunca hagas ejercicio o que ignores al médico. Tampoco está enseñando que abuses de tu cuerpo. Total, Dios ya sabe cuanto voy a vivir.

No. Cuídate, aliméntate bien, toma tu medicina cuando lo necesites. Debemos ser buenos administradores del cuerpo que Dios nos ha dado. Lo que Él está diciendo es algo muy diferente: por mucho que te afanes, la preocupación no añadirá ni una hora más a tu vida. Preocuparte no te hará vivir más, solo te robará paz y alegría en el camino.

Y quizá pienses: “Bueno, en los tiempos de Jesús la vida era más sencilla. Ellos no tenían tantas preocupaciones como nosotros.” Pero la realidad es todo lo contrario: la gente de aquella época tenía incluso *más razones* para vivir ansiosa que nosotros hoy.

Al trabajador común le pagaban al final de cada día. No recibía un cheque semanal ni un salario mensual. Lo que ganaba ese día, servía para comer al día siguiente. Si no podía trabajar, no había ingreso. No había ayuda del gobierno, seguro médico o social, vacaciones pagadas o licencias por enfermedad. Tampoco había jubilación, pensiones, ni sistemas de salud pública.

No contaban con farmacias, hospitales modernos o tratamientos médicos. No había penicilina, ni antibióticos, ni siquiera una simple aspirina. Mucho menos agua potable garantizada o refrigeración para conservar los alimentos.

Así que cada día era una verdadera lucha por sobrevivir. ¿Tendré algo que comer mañana? ¿Sobrevivirá mi hijo a esta fiebre? ¿Podré trabajar si me enfermo? Había motivos de sobra para preocuparse.

Y sin embargo, en medio de esa realidad, Jesús les dijo a sus discípulos: *“No se afanen... sus vidas están en las manos de su Creador.”*

Jesús continúa su enseñanza con otra ilustración. Mira lo que dice en el versículo 27:

“Considerad los lirios, cómo crecen: no trabajan, ni hilan; mas os digo, que ni aun Salomón con toda su gloria se vistió como uno de ellos.”

En los campos de Galilea crecían anémonas silvestres de un color púrpura intenso. Esas flores brotaban solo por un día y después se marchitaban, pero su belleza superaba incluso a la de los lujosos mantos de Salomón, el rey más esplendoroso de Israel.^{vi}

El punto de Jesús es claro: la preocupación distorsiona el valor de tu vida en las manos de tu Creador. Si Dios viste con tanta hermosura a una flor frágil, que aparece hoy y mañana se seca, ¿no crees que te dará el abrigo que necesitas?

En segundo lugar:

La preocupación cuestiona el poder de Dios

Jesús añade en el versículo 28:

“Y si así viste Dios la hierba que hoy está en el campo, y mañana es echada al horno, ¿cuánto más a vosotros, hombres de poca fe?”

En otras palabras, si Dios tiene el poder para crear este mundo, dar instinto a los cuervos, vestir de hermosura a las flores y hasta hacer brotar el pasto que luego se seca y se usa como combustible en los hornos de barro, ¿cómo podemos pensar que no puede cuidarnos?

Piensa en esto: si Dios tiene poder suficiente para crear el mundo, también tiene poder suficiente para sostenerlo. Si Él creó el río, y te llevó hasta la orilla, también puede llevarte a cruzarlo en el momento oportuno.

La enseñanza es clara: si Dios es poderoso para darte la vida, también lo es para dirigir tu vida.

Es como si Jesús nos dijera: “Mira a tu alrededor; observa la creación. Está gritando un mensaje claro y fuerte, incluso a través de ese cuervo: la gloria creadora de Dios está por todas partes.”

El problema es que muchas veces vamos demasiado de prisa. Vivimos tan ocupados y tan preocupados por lo nuestro, que dejamos de mirar.

Una tarde iba en la camioneta con uno de mis nietos, justo cuando caía el sol. De pronto lo escuché decir desde el asiento de atrás: *“¡Abuelo, mira el cielo!”* Yo ni siquiera lo había notado. Estaba tan concentrado en mis pensamientos... en realidad, estaba pensando porque el carro de adelante iba tan despacio.

¡Qué maravilloso atardecer me estaba perdiendo! Estaba ahí, frente a mis ojos, pero me lo estaba perdiendo porque iba preocupado por llegar más rápido a mi destino.

La preocupación distorsiona el valor precioso de la vida humana. La preocupación cuestiona el poder de Dios. Y ahora el Señor añade un último peligro.

La preocupación adopta la perspectiva de los incrédulos.

Mira lo que dice en el versículo 29:

“Vosotros, pues, no os preocupéis por lo que habéis de comer, ni por lo que habéis de beber, ni estéis en ansiosa inquietud. Porque todas estas cosas buscan las gentes del mundo; pero vuestro Padre sabe que tenéis necesidad de ellas.”

¿Te das cuenta? Jesús está diciendo que preocuparte por estas cosas te pone al mismo nivel de los que no conocen a Dios. Ellos viven consumidos por estas preocupaciones porque su vida gira en torno al cuerpo, al placer, al “tener”.

Ahora, esto no significa que sea malo planear una comida, hacer las compras o preparar lo necesario para la semana. La palabra que Jesús usa para “buscar” no se refiere a organizarse, sino a una obsesión. Esta es la preocupación de un corazón ansioso que está completamente enfocado en eso.

El otro día, mi esposa acababa de poner semillas frescas en el comedero de pájaros. Yo me quedé mirando por la ventana cómo iban llegando distintas aves para comer. De pronto, noté un movimiento en el suelo. Miré con atención y vi un gato blanco, grande, que se deslizaba con cautela entre los arbustos, acercándose al comedero.

Era un gato bien alimentado, con collar; nunca lo había visto antes. Lo observé mientras se movía con sigilo: se deslizaba un poco y luego se detenía, ponía una pata adelante con lentitud y volvía a quedar inmóvil. Todo su cuerpo estaba tenso, preparado. Cada fibra de su ser estaba enfocada, sin distraerse ni un segundo. Solo tenía una cosa en mente: atacar y llevarse un pájaro para el almuerzo. Eso es lo que esta palabra describe. Esa intensidad y enfoque. Concentrar toda tu energía en alcanzar lo material.

Y aquí viene la pregunta que nos confronta: ¿acaso nosotros, los hijos de Dios, estamos persiguiendo las mismas cosas que el mundo persigue con tanto afán?^{vii}

Aquí está el contraste que Jesús nos da en el versículo 31:

“Mas buscad el reino de Dios, y todas estas cosas os serán añadidas.”

¿Notas la diferencia? Mientras el mundo se obsesiona por lo material, Jesús nos llama a enfocar toda nuestra pasión, toda nuestra energía y cada fibra de nuestro ser en Su reino. Esa debe ser tu búsqueda principal.

Preocúpate por las cosas de Dios, y deja que él se preocupe por tus necesidades aquí en la tierra.

Cuando Dios ocupa el centro de tu vida, la preocupación pierde su poder. La ansiedad se hace a un lado porque ya reconoces no eres tú quien lleva la carga; es tu Padre quien vela por ti. El antídoto para la preocupación es pensar correctamente: Y cuando nuestro enfoque está en

lo eterno, la preocupación deja de dominar nuestro corazón.

Ahora el Señor habla de manera muy personal y tierna con Sus discípulos. Mira lo que dice en el versículo 32:

“No temáis, manada pequeña...”

Esa es una manera de recordarles que, sin Él, son frágiles y vulnerables, como ovejas que necesitan al divino Pastor.

Además, les hace ver que son pocos en número. En comparación con la multitud de incrédulos, los discípulos eran y seguirán siendo minoría. Pero, escucha la promesa que Jesús añade de inmediato. Versículo 32.

“...porque a vuestro Padre le ha placido daros el reino.”

El Señor da a entender que el reino ya les pertenece, no depende de si logran controlar su ansiedad o no. Su eternidad está asegurada. Pero su calidad de la vida en el camino, el gozo que tengan, depende de cómo piensen, de qué perspectiva elijan.

La primera parte del antídoto contra la ansiedad es **pensar correctamente**. Ahora Jesús nos da la segunda parte

Vivir generosamente

Mira lo que dice en el versículo 33:

“Vended lo que poseéis, y dad limosna.”

Jesús no está ordenando que vendas absolutamente todo lo que tienes y te quedes sin nada. Si lo hicieras, terminarías necesitando ayuda tú mismo. Él está dando un contraste con la parábola del hombre rico que lo acumulaba todo para sí mismo y no se preocupaba por nadie más.^{viii}

El llamado de Jesús es a sostener lo que posees con las manos abiertas, a no aferrarte a las cosas materiales.^{ix} Vive listo para compartir con los demás. Puede ser un aporte a un misionero, una ayuda a una familia en necesidad, o incluso dar tu tiempo para servir en tu iglesia.

En otras palabras, la manera de combatir la ansiedad no es solo corrigiendo tu manera de pensar, sino también viviendo con un corazón generoso. Finalmente, la tercera parte de este antídoto contra la preocupación es la siguiente:

Invierte en lo eterno

Jesús lo dice en la segunda parte del versículo 33 y en el 34:

“Haceos bolsas que no se envejezcan, tesoro en los cielos que no se agote, donde ladrón no llega, ni polilla destruye. Porque donde está vuestro tesoro, allí estará también vuestro corazón.”

Qué contraste tan fuerte. Los tesoros de la tierra siempre se acaban. Las cuentas bancarias suben y bajan, las cosas materiales se gastan o se pierden. Es como tener bolsas con agujeros: nunca se llenan.

En cambio, lo que inviertes en el cielo jamás se pierde. Esa inversión no depende de la economía, ni de la inflación, ni de la inseguridad. Lo que entregas para la gloria de Dios y para bendecir a otros tiene dividendos eternos.

La invitación es clara: invierte tu tiempo, tus talentos y tus recursos en aquello que realmente permanece. Y cuando haces eso, ocurre algo maravilloso: la ansiedad comienza a perder terreno en tu vida. Se queda sin espacio para echar raíces. Ya no dicta las jugadas, ni dirige tus pensamientos, ni controla tu corazón.

Esa es la transformación que sucede cuando empiezas a pensar correctamente, a vivir generosamente y a invertir con una visión eterna.

Conclusión

Permíteme concluir este estudio con una historia. A finales de 1800, un joven comerciante abrió su propio negocio en los Estados Unidos. Su cadena de tiendas creció rápidamente y le trajo cada vez más ganancias. Para comienzos de 1900 ya era millonario. Pero cuando llegó el colapso de la bolsa, lo perdió todo. La ruina lo golpeó con tal fuerza que quedó destrozado emocional y mentalmente. Se sumió en la ansiedad y la desesperación, al punto de sentir que estaba perdiendo la razón. Llegó a convencerse de que todos estaban en su contra, incluso su propia familia.

En 1931 tuvieron que internarlo en un sanatorio para enfermos mentales. Allí, lleno de angustia, escribió

notas de despedida para su esposa y sus hijos, convencido de que moriría solo.

Una noche, mientras deambulaba por los pasillos, escuchó música que venía de la capilla del hospital. Se acercó y encontró a un pequeño grupo cantando un himno. Entró, se sentó, y las palabras de ese cántico tocaron lo más profundo de su corazón. Recordó el evangelio que había escuchado en el pasado y que había rechazado. Entendió que ese mensaje era para él. Esa noche volvió a su habitación, se arrodilló y entregó su vida a Jesucristo.

Su salud mental comenzó a restaurarse, y pronto le dieron el alta. Salió con un nuevo propósito y una pasión renovada por Cristo.

Aunque ya tenía 56 años, decidió volver al mundo de los negocios. Esta vez, sin embargo, algo había cambiado radicalmente. Mientras su cadena de tiendas volvía a crecer y prosperar, él empezó a dar generosamente a causas benéficas, en especial a las que apoyaban la proclamación del evangelio.

Su nombre era James Cash Penney, y para entonces, sus tiendas J. C. Penney generaban alrededor de 5 mil millones de dólares en ingresos anuales.^x

Pero lo más importante para él no fue la riqueza que recuperó, sino la transformación de su corazón. Lo que verdaderamente marcó su vida a partir de ese encuentro con Cristo fue que comenzó a pensar con claridad, vivir con generosidad e invertir en lo eterno.

Y, por cierto, el himno que escuchó aquella noche en la capilla —el que Dios usó para rescatarlo de la desesperación— estaba inspirado en este mismo pasaje del evangelio de Lucas que hemos estudiado hoy. Parte de la letra de esa canción dice así.

*No te desanimes en tu aflicción,
Duro el camino pueda ser aquí.
Dios cuidará de ti.*

*Proveerá siempre tu corazón,
en cada hora velará por ti;
Dios cuidará de ti,*

Ese es el antídoto para la preocupación.

-
- ⁱ Adapted from R. Kent Hughes, *Luke: Volume II* (Crossway, 1998), p. 54
- ⁱⁱ Charles R. Swindoll, *Getting Through the Tough Stuff of Life* (Word Publishing, 2004), p. ix
- ⁱⁱⁱ Adapted from Charles R. Swindoll, *Insights on Luke* (Zondervan, 2012), p. 330
- ^{iv} Fritz Reinecker & Cleon Rogers, *Linguistic Key to the Greek New Testament* (Regency/Zondervan Publishing, 1976), p. 177
- ^v R.C.H. Lenski, *The Interpretation of St. Luke's Gospel* (Augsburg Publishing, 1946), p. 694
- ^{vi} Adapted from Zondervan *Illustrated Bible Backgrounds Commentary: Volume 1* (Zondervan, 2002), p. 429
- ^{vii} Adapted from Bruce B. Barton, *Life Application Bible: Luke* (Tyndale House, 1997), p. 324
- ^{viii} Adapted from Lenski, p. 698
- ^{ix} Adapted from Swindoll, *Insights on Luke*, p. 334
- ^x Adapted from Paul Harvey: "The Rest of The Story"