

Las Batallas de la mente

Cinco batallas que libramos en la mente y cinco verdades de Dios para vencerlas.

Día 1. ¿Qué va a pasar? La batalla de la preocupación

Versículos: Mateo 6:25–34 · Filipenses 4:6–9 · 1 Pedro 5:6–7

Una de las batallas más agotadoras que libramos no ocurre en el exterior, sino dentro de nuestra propia mente. Es la batalla de intentar resolver hoy lo que todavía pertenece al mañana.

La preocupación tiene una particularidad: puede hacernos sufrir por acontecimientos que quizá nunca ocurran. Nuestra mente comienza a construir escenarios, anticipar problemas, imaginar conversaciones, calcular pérdidas y buscar respuestas para preguntas que todavía no tienen que ser respondidas.

Jesús conocía muy bien esta tendencia humana. Por eso preguntó: “¿Y quién de ustedes, por mucho que se preocupe, puede añadir una hora al curso de su vida?”. La preocupación promete prepararnos para el futuro, pero con frecuencia solamente consigue robarnos la paz del presente.

La fe no significa que no pensemos en el futuro. Significa que dejamos de pretender controlar aquello que solamente Dios conoce. Podemos planear, trabajar, ser responsables y tomar decisiones, pero hay un momento en el que debemos reconocer nuestros límites y confiar en Aquel que no tiene ninguno.

Pablo nos ofrece una alternativa extraordinaria: en lugar de permitir que la ansiedad gobierne nuestra mente, debemos llevar nuestras peticiones delante de Dios con oración, ruego y acción de gracias. Y después de hacerlo, algo comienza a cambiar: quizá las circunstancias todavía no hayan cambiado, pero nuestra mente empieza a descansar en Dios.

No siempre podemos impedir que una preocupación llegue a nuestra mente, pero sí podemos decidir qué hacemos con ella cuando llega.

No tienes que resolver hoy los problemas de mañana. Hoy solamente necesitas confiar en Dios.

Oración:

Habla con Dios acerca de aquello que está ocupando tu mente. Entrégale tus preocupaciones, especialmente aquellas que no puedes controlar. Pídele la gracia para hacer responsablemente lo que te corresponde hoy y confiarle a él lo que pertenece al mañana.

Día 2. ¿Cómo pude hacer esto? La batalla de la culpa

Versículos: Salmo 32:1–7 · Romanos 8:1–4 · Juan 1:8–9

Hay pensamientos que tienen su origen en lo incierto del futuro y nos preocupan, pero hay otros que vienen de nuestro pasado y nos persiguen. La culpa puede convertirse en una de las batallas más difíciles de librar porque, aunque el acontecimiento haya quedado atrás, nuestra mente continúa regresando a él.

“¿Cómo pude hacerlo?” “¿Por qué dije aquello?” “Si pudiera regresar el tiempo...” “Dios seguramente ya no puede utilizarme.”

Una cosa es reconocer nuestro pecado y otra muy diferente es permanecer prisioneros de él. El Espíritu Santo produce convicción para llevarnos al arrepentimiento, pero la condenación nos mantiene mirando permanentemente hacia atrás. La convicción dice: “Esto estuvo mal; vuelve a Dios”. La condenación dice: “Esto es lo que eres; no hay esperanza para ti”.

Por eso resulta tan poderosa la declaración de Pablo: “Ahora, pues, ninguna condenación hay para los que están en Cristo Jesús”. Observa que no dice que nunca hemos pecado, sino que nuestra identidad delante de Dios ya no está determinada por nuestro pecado, sino por nuestra relación con Cristo. El evangelio no consiste en negar nuestro pasado. Consiste en reconocer que la gracia de Dios es mayor que nuestro pasado.

Juan nos recuerda que si confesamos nuestros pecados, Dios es fiel y justo para perdonarnos y limpiarnos. El perdón no es simplemente que Dios decide olvidar lo ocurrido; es que, por medio de Cristo, nuestra culpa puede ser tratada delante de Él.

Quizá tu mente siga recordándote aquello que Dios ya perdonó. Cuando eso suceda, no necesitas discutir interminablemente con tu pasado. Necesitas volver a la verdad.

Tu pecado puede explicar una parte de tu historia, pero no tiene derecho a escribir el final de ella.

Oración:

Habla con Dios acerca de aquello que todavía pesa sobre tu conciencia. Confiesa aquello que necesites confesar, recibe su perdón y pídele que te ayude a dejar atrás aquello que él ya ha puesto bajo la gracia de Cristo.

Día 3. ¿Y si sucede lo que temo? La batalla del temor

Versículos: Salmo 56:1–4 · Isaías 41:8–10 · 2 Timoteo 1:6–8

El temor tiene una capacidad extraordinaria para ocupar nuestra imaginación. Nos hace experimentar por adelantado situaciones que todavía no han ocurrido y, en ocasiones, consigue que suframos más por lo que imaginamos que por lo que realmente está sucediendo.

Hay temores que parecen razonables y otros que quizá ni siquiera sabemos explicar. Tememos fracasar, perder, enfermarnos, equivocarnos, ser rechazados, decepcionar a alguien o no tener la capacidad suficiente para enfrentar lo que viene.

La Biblia nunca presenta al creyente como alguien que jamás experimentará temor. De hecho, muchas veces encontramos hombres y mujeres de Dios enfrentándolo. La diferencia está en lo que hacemos con ese temor.

David escribió: “El día en que temo, yo en ti confío”. No dijo: “El día en que temo, descubro que realmente no tengo fe”. Su respuesta fue llevar precisamente ese temor a Dios.

Esto es importante porque algunas veces pensamos que sentir miedo significa que nuestra fe es débil. Pero la fe no consiste en negar lo que sentimos; consiste en decidir en quién vamos a confiar a pesar de lo que sentimos.

Dios le dijo a Josué: “Sé fuerte y valiente... porque el Señor tu Dios estará contigo dondequiera que vayas”. La razón de su valentía no era que Josué fuera suficientemente fuerte. Era que Dios estaría con él.

Pablo también nos recuerda que Dios no nos ha dado un espíritu de temor, sino de poder, amor y dominio propio.

Quizá hoy no puedas cambiar aquello que te produce temor. Pero puedes cambiar el lugar al que llevas ese temor.

La fe no siempre elimina el temor inmediatamente; muchas veces nos enseña a caminar con Dios en medio de él.

Oración:

Habla con Dios de aquello que te produce temor. No intentes esconderlo detrás de palabras religiosas. Sé honesto con él. Pídele que te recuerde su presencia, fortalezca tu corazón y te enseñe a confiar en él aun cuando no sepas qué ocurrirá.

Día 4. ¿Por qué él sí y yo no? La batalla de la comparación

Versículos: Juan 21:20–22 · Gálatas 6:1–5 · Salmo 73:1–28

Pocas cosas pueden robarnos tan rápidamente la gratitud como comenzar a comparar nuestra vida con la de alguien más.

Miramos lo que otros tienen, lo que otros han conseguido, los ministerios que otros desarrollan, las oportunidades que otros reciben, las familias que otros tienen o el reconocimiento que otros disfrutan, y nuestra mente comienza a formular una pregunta peligrosa: “¿Por qué él sí y yo no?”.

La comparación puede hacernos menospreciar aquello que Dios nos ha dado porque estamos demasiado ocupados observando aquello que les dio a otros.

En el evangelio de Juan encontramos una escena extraordinaria. Después de que Jesús le habló a Pedro acerca de su futuro, Pedro vio a Juan y preguntó: “Señor, ¿y este qué?”. La respuesta de Jesús es contundente: “¿Qué a ti? Tú, sígueme”.

Pedro estaba recibiendo una instrucción personal, pero quiso conocer primero el camino que Jesús tenía preparado para otra persona.

Con frecuencia hacemos lo mismo. Dios está tratando con nosotros, pero nuestra atención se desvía hacia la vida de alguien más.

Pablo enseñó que cada uno debe examinar su propia obra. No estamos llamados a vivir comparándonos con los demás, sino a ser fieles con aquello que Dios ha puesto en nuestras manos. Tu llamado no necesita parecerse al mío. Mi camino no tiene que parecerse al tuyo. Dios distribuye dones, oportunidades, responsabilidades y temporadas de maneras diferentes.

La comparación nos hace preguntar: “¿Por qué no tengo lo que tiene él?”. La madurez nos enseña a preguntar: “¿Qué quiere Dios hacer conmigo con lo que me ha dado?”.

No necesitas vivir la vida de otra persona para cumplir el propósito que Dios tiene para ti.

Oración:

Habla con Dios acerca de las comparaciones que han comenzado a ocupar tu mente. Dale gracias por lo que él te ha dado y pídele que te ayude a reconocer, valorar y administrar con fidelidad aquello que ha puesto en tus manos.

Día 5. ¿Y si estoy equivocado? La batalla de la duda

Versículos: Mateo 11:2–6 · Marcos 9:14–24 · Salmo 42:1–11

Hay una batalla de la mente de la que pocas veces hablamos con suficiente honestidad: la duda. A veces dudamos de nuestras decisiones. Otras veces dudamos de si realmente escuchamos a Dios. Nos preguntamos si estamos en el lugar correcto, si entendimos bien aquello que Dios nos pidió o si las cosas que estamos viviendo significan que quizá nos equivocamos.

Incluso personas profundamente comprometidas con Dios atravesaron momentos así.

Juan el Bautista había anunciado públicamente la llegada del Mesías. Había visto al Espíritu descender sobre Jesús y había declarado: “Este es el Cordero de Dios”. Sin embargo, cuando estuvo en prisión y las cosas no ocurrieron como esperaba, mandó preguntar a Jesús: “¿Eres tú el que ha de venir, o esperamos a otro?”.

Me resulta profundamente alentador que Jesús no haya humillado a Juan por su pregunta. Jesús respondió mostrándole lo que estaba haciendo. Le recordó las evidencias de su obra y terminó llamándolo a confiar.

Hay momentos en los que nuestras circunstancias no parecen coincidir con lo que esperábamos de Dios. Es entonces cuando nuestra mente comienza a formular preguntas.

No debemos tener miedo de llevar nuestras preguntas a Jesús.

La duda se vuelve peligrosa cuando nos aleja de Dios, pero nuestras preguntas pueden convertirse en una oportunidad para acercarnos más a él. La fe madura no consiste en tener respuesta para cada pregunta, sino en saber a quién acudir cuando no tenemos respuestas.

Tal vez hoy tengas preguntas que todavía no pueden ser respondidas. No necesitas fabricar una certeza superficial. Lleva tus preguntas a Jesús. Permanece cerca de él. Recuerda lo que ya sabes acerca de su carácter y sigue caminando.

No necesitas entender todo lo que Dios está haciendo para confiar en quién es Dios.

Oración:

Habla con Dios de tus preguntas y dudas. Sé completamente honesto con él. Pídele que fortalezca tu fe, que te permita reconocer su obra aun cuando no entiendas sus caminos y que te conceda la gracia de seguir caminando con él mientras llegan las respuestas.