

## LIBRE DE ANSIEDAD ANTE LA PANDEMIA DEL CORONAVIRUS

Texto: Fil. 4:6-9

## Introducción

Salió un artículo en el **periódico Hoy**, en el cual se citaban las palabras del **Dr. Jose Miguel Gomez**, Médico Psiquiatra declarando que **la actual pandemia del coronavirus "mantiene exacerbado el estado de ánimo de la población, genera ansiedad, pánico y trastornos del sueño."**

Pero seguramente que nosotros no necesitamos leer estas palabras en el periódico para saber que ese es el estado de ánimo actual de gran parte de la población mundial.

La palabra de Dios nos enseña aquí como podemos nosotros vivir libre de ansiedad mire la construcción del pasaje. Pablo escribe esta carta durante su primer encarcelamiento en Roma. Está preso por predicar el evangelio de Jesucristo a la espera de que se decida que harán con él. Él tenía un 50% de probabilidad de que lo soltaran y 50% de que lo mataran.

Las noticias de su encarcelamiento y el peligro en que estaba llegan a oído de la iglesia en Filipos que había sido fundada por Pablo durante su segundo viaje misionero. Así que los filipenses que amaban mucho a pablo se angustiaron sobre manera y estaban preocupados por él. Así mandan un hermano (Epafrodito) para saber de él y llevarle una ofrenda para ayudarlo en sus necesidades materiales en este momento. Pero al llegar Epafrodito se lleva la gran sorpresa: Encuentra un apóstol pablo que aun en medio de la terrible situación (preso y en peligro de muerte) en que se encontraba estaba gozoso y completamente libre de preocupación. Así que Epafrodito le cuenta entonces de lo consternados que estaban los hermanos de Filipos por su situación, así que Pablo el que está preso y en peligro de muerte, les escribe una carta para consolarlos y tranquilizarlos a los que están libre.

A través de toda la carta Pablo comparte con ellos muchas razones por las que él estaba gozoso a pesar de estar en la situación que estaba, es por eso que esta es conocida como **la epístola del gozo**, en solo 4 capítulos menciona al menos 15 veces alguna forma de la palabra gozo.

Pero es en este pasaje de manera particular donde Pablo les explica el secreto para poder estar en paz en medio de situaciones angustiantes como las que el se encontraba.

Pablo nos dice que necesitamos para estar libre de ansiedad en medio de situaciones angustiantes es...

## I. UNA FE CORRECTA.

ver v.9 ***“Lo que aprendisteis y recibisteis y oísteis y visteis en mí, esto haced; y el Dios de paz estará con vosotros.”***

En otras palabras, está diciendo ese evangelio que recibieron de mí, ese mensaje de salvación en Cristo que yo les predique es el que puede darles esperanza y tranquilidad en momentos como estos.

Todo el que no es cristiano tiene todos los motivos para estar preocupado, pero no por un virus. El problema serio y grave del ser humano no es lo que mata su cuerpo. El problema grave del hombre es que es pecador y un día tendrá que dar cuenta a Dios por sus pecados. Tendrá que enfrentarse al Dios que es fuego consumidor como su juez, Lucas 12:4-5.

Pero si tú eres cristiano tu puedes tener paz ante cualquier situación sabiendo que Dios está de tu lado, Dios no es para ti el juez que es fuego consumidor, el es el Dios de paz, porque Jesucristo hizo la paz entre nosotros y Dios. ¿Pero qué significa eso en la práctica?

No significa que si eres cristiano no te pueden pasar cosas malas. Pero significa que tiene un poder sobrenatural para hacer frente a cualquier situación y estar en victoria. Eso significa que puedes estar seguro que *todo obrara para tu bien* (Ro.8:28). Y eso significa que aún lo peor que pudiera pasarte en términos humanos, redundara en tu mayor bendición que es ir a la presencia de Dios.

## II. UN PENSAMIENTO CORRECTO.

Ver v.8 ***“Por lo demás, hermanos, todo lo que es verdadero, todo lo honesto, todo lo justo, todo lo puro, todo lo amable, todo lo que es de buen nombre; si hay virtud alguna, si algo digno de alabanza, en esto pensad.”***

Usted está consciente que la ansiedad y la preocupación es más un problema de la mente que de la realidad.

Un dato comprobado estadísticamente es que solo el 5% de las cosas por las que las personas nos ponemos ansiosos son problemas reales del momento, el 95% son asunciones de lo que podría pasar. Estamos previendo y a veces dejando afligir por un mal que todavía no es real y que puede ser que ni suceda.

**Mark Twain** dijo una vez- *mi vida ha sido abatida por toda clase de situaciones terribles... la mayoría de las cuales nunca pasaron.*

Si tienes mas de 30 años escucha todas las catástrofes potenciales que has sobrevivido...

El Señor dijo no te afanes por el día de mañana que cada día traerá su propio mal. La Biblia dice en el día del bien goza del bien. No vale la pena amargarte hoy porque podrías estar enfermo mañana.

### III. ORACIÓN CORRECTA.

Ver v.v.6-7 ***“Por nada estéis afanosos, sino sean conocidas vuestras peticiones delante de Dios en toda oración y ruego, con acción de gracias. <sup>7</sup>Y la paz de Dios, que sobrepasa todo entendimiento, guardará vuestros corazones y vuestros pensamientos en Cristo Jesús.”***

La biblia está diciendo, si a pesar de estar en Cristo y de ver esto a la luz de la realidad presente no de lo que podría pasar, todavía te sientes ansioso pues hay una manera de lidiar con la ansiedad, un santuario que Dios ha creado para ti en Cristo donde puedes entrar a encontrar paz que es la oración.

**1Pe.5:7 *<sup>7</sup>echando toda vuestra ansiedad sobre él, porque él tiene cuidado de vosotros.***

La fórmula correcta de oración y que se nos presenta en este v.6 consta de 3 elementos es la siguiente: ***“Por nada estéis afanosos, sino sean conocidas vuestras peticiones delante de Dios en toda oración y ruego, con acción de gracias.*** (Los elementos son: oración, ruego y acción de gracias)

1. Oración: (adoración)

Es la oración en la que contemplamos su ser y su majestad, su grandeza y su poder.

2. Ruego:

***“Por nada estéis afanosos, sino sean conocidas vuestras peticiones delante de Dios en toda oración y ruego...”***

Donde le presentamos a Dios nuestra necesidad, problema o preocupación

3. Acción de gracias:

V.6 ***“Por nada estéis afanosos, sino sean conocidas vuestras peticiones delante de Dios en toda oración y ruego, con acción de gracias.*** Esta es la parte donde la mayoría de las veces fallamos, y es que nos concentramos solo en el problema que tenemos y se nos olvida reconocer las bendiciones que hemos recibido.

Todos tenemos muchos motivos para dar gracias a Dios, aun los no creyentes, pero si somos creyentes todavía más. Y si aún no encontráramos motivos de esta vida, lo cual no es cierto en ningún caso, pero aun si en esta vida no tenemos nada que agradecer a Dios podemos agradecer por la esperanza que tenemos en la venidera.