

¡VOY A TOPE! EL EVANGELIO Y EL AGOBIO¹

1. INTRODUCCIÓN

«¡Voy a tope!». Muchas veces sentimos que nuestras vidas están al borde del descontrol. Nuestro calendario está más que lleno. Tenemos la sensación de no parar nunca; demasiadas veces llegamos a sentirnos estresados. Nos quejamos por el agobio que sentimos, y nos falta el gozo. Cuando esto pasa, dejamos de disfrutar de las bendiciones de Dios. También dejamos de ser de bendición para otros, porque no apetece mucho estar con una persona agobiada.

La conectividad, flexibilidad, y movilidad de nuestra generación ha contribuido a la extensión del agobio. Solemos confundir el trabajo y el tiempo libre (¿contestas correos del trabajo en horas no laborales?). Dedicamos más horas al trabajo que nunca (¿cuántas horas dedicas al tema laboral a la semana, incluyendo lo que tardas en llegar al trabajo?). Incluso nuestro ocio se ha convertido en esfuerzo (¿cuánto dinero y energía gastas para «descansar» el fin de semana?, ¿y en vacaciones?). Muchas veces tenemos la sensación que la vida es como un tren, del cual nos gustaría bajar durante un tiempo.

¿Existe alguna solución al problema del agobio? Para un momento (¡si puedes!) y lee Lucas 10:38-42. Al considerar este texto, muchos nos identificamos con Marta: «¡Es que hay tanto que hacer! ¡Hay que trabajar! ¿Qué hacéis todos los demás sentados?». No sabemos todo lo que había en el corazón de Marta. No obstante, nos vemos reflejados en las palabras de Jesús que le describen: «Marta, Marta, afanada y turbada estás con muchas cosas». A la vez, por el ejemplo de María intuimos que la respuesta para nuestro agobio se halla en la persona de Jesús. En el fondo, lo que necesitamos es pasar más tiempo con él.

En otras palabras, la solución para el agobio se halla en el evangelio. Realmente es así de sencillo. Lo que ocurre es que nosotros somos complicados, de modo que la aplicación de la solución no resulta fácil. Así que, en este breve artículo reflexionaremos concretamente sobre el agobio que resulta de nuestro mal uso del tiempo. Consideraremos nuestra práctica de llenar demasiado nuestras agendas, los problemas de corazón que nos llevan a hacerlo, y cómo el evangelio puede cambiar nuestra manera de plantear nuestras vidas.

2. TRES PRINCIPIOS CRONOLÓGICOS PRÁCTICOS

2.1. *El tiempo es un recurso limitado*

Solemos planificar nuestras agendas como si el tiempo fuera «elástico». Muchas veces pensamos que podemos sacar más tiempo que las 24 horas al día que Dios nos da. Cargamos nuestros calendarios a tope, y luego añadimos aún más cosas sobre la marcha.

¹ Este artículo fue publicado en *Nueva Reforma* 115 (2016) 6-11.

Pensamos que tendremos tiempo, pero muy a menudo no llegamos a cumplir todo lo que nos habíamos propuesto.

¿Cuál es el problema? Nos olvidamos que el tiempo es un recurso limitado. En su libro *Súper ocupados*, Kevin DeYoung compara el tiempo con el dinero, diciendo que ambos tienen sus límites. Pero DeYoung observa que de los dos, el tiempo es el que más limitado está. Aunque sea difícil (sobre todo en tiempos de crisis), es posible crear más riqueza, es posible ganar más dinero trabajando más, o mejor, o en otra cosa; pero es imposible «ganar» más tiempo.² Técnicamente no se puede «multiplicar» el tiempo (aunque oramos que Dios lo haga). Solo se puede administrar el tiempo que ya tenemos. Deberíamos ser realistas a la hora de planear nuestros días y semanas, recordando que solo hay 24 horas en el día.

2.2. *Los imprevistos son imposibles de evitar*

Todos sabemos que habrán imprevistos, pero no solemos dejar lugar para ellos. Volvamos al ejemplo del dinero: tener un dinerillo ahorrado es de sentido común. ¿Por qué? Porque los ahorros sirven para pagar los gastos imprevistos. Por ejemplo, tu ordenador funciona hoy, y en principio debería seguir funcionando unos años más. Pero ¿qué pasa si deja de funcionar mañana? ¿Tienes los recursos para pagar la reparación o comprarte otro? A veces vivimos económicamente de un día para otro porque no hay más remedio, pero lo ideal sería ir ahorrando para poder afrontar este tipo de gasto.

Del mismo modo que saldrán imprevistos económicos, saldrán imprevistos cronológicos. Hay imprevistos de todo tipo que requieren tiempo: el coche se estropea y hay que llevarlo al mecánico; gente cercana con problemas pide ayuda; salen responsabilidades extras en el trabajo; a veces nos enfermamos. Teniendo estas realidades en cuenta, deberíamos gestionar nuestro tiempo dejando algo en reserva.

2.3. *El descanso es necesario*

Dios nos ha hecho con la necesidad de descansar. De Young habla de la necesidad de descansar semanalmente (sábado) y diariamente (sueño).³ En cuanto al sábado, se debate en las iglesias acerca de la continuidad del cuarto mandamiento: ¿tenemos que apartar un día a la semana para descansar, como se hacía en Israel? Aunque existen diferentes sensibilidades con respecto a este asunto, todos estamos de acuerdo que es necesario descansar de vez en cuando.⁴

En cuanto al sueño, muchas veces luchamos contra él –durmiendo menos de lo que debemos– pero siempre salimos perdiendo. Es posible que pasar una o dos noches sin

² Kevin DEYOUNG, *Súper ocupados: Un libro (misericordiosamente) pequeño sobre un problema (sumamente) grande*, (Grand Rapids, MI: Portavoz 2013), 57-58.

³ DEYOUNG, *Súper ocupados*, 89-99.

⁴ Para una reflexión interesante sobre la idea bíblica del descanso, ver la siguiente entrevista con Justin Buzzard titulada «Our Neglected Practice»: <http://www.thegospelcoalition.org/article/our-neglected-practice>

dormir mucho te permita ponerte al día, pero luego tienes que dormir más para recuperarte, y mientras tanto rindes menos y corres el peligro de enfermarte. Para continuar en esta línea, podemos volver al ejemplo económico: el sueño es como una tarjeta de crédito. Lo ideal es pagar la tarjeta cada mes, pero si se aplazan los pagos, al final siempre pagamos más por los intereses añadidos. Lo mismo pasa con el descanso. Deberíamos descansar de manera regular; cuando no lo hacemos, nos pasa factura.

3. TRES PARADOJAS CRONOLÓGICAS

Hasta hora lo que hemos dicho es de sentido común. Son principios generales de cómo funciona este mundo que Dios ha creado y sigue gobernando. Aunque no son complicados, va bien repararlos porque los olvidamos con frecuencia.

Reconozcamos, no obstante, que nos cuesta muchísimo aplicar estos principios a nuestras vidas. Como digo, *deberíamos* planificar bien nuestras agendas, *deberíamos* dejar lugar para imprevistos, *deberíamos* descansar, pero muchas veces no lo hacemos. ¡Cuánto nos cuesta seguir estos principios tan sencillos! ¿Qué nos pasa?

El principal problema cronológico que tenemos reside dentro de nosotros mismos. En su libro *Cristianos superocupados*, Tim Chester dice: «El problema del exceso de ocupaciones es un corazón excesivamente cargado».⁵ Es cierto que la vida a menudo se llena con dificultades que están fuera de nuestro control, y estamos ocupados por situaciones ajenas a nuestra voluntad. Dios nunca ha dicho que el manejo del tiempo en un mundo caído sería fácil. Pero más allá de eso, nos complicamos la vida más de lo debido. Nos quejamos por nuestro agobio, pero gran parte de la culpa por ello es nuestra. Es una paradoja, pero solemos ser nosotros mismos que nos metemos en líos cronológicos.

3.1. *Nos agobiamos expresamente*

El ajetreo no solamente da como resultado el malestar personal, sino que también puede funcionar como un intento de tapar este mismo malestar. ¡Paradójicamente, intentamos tapar los problemas espirituales –causadas en parte por el overbooking– precisamente con más overbooking! En este sentido, el ajetreo se puede volver una esclavitud voluntaria a través de la cual intentamos distraernos del vacío que sentimos a causa del agobio, llenando nuestras vidas aún más. En el fondo, es idolatría. Nos gusta estar demasiado ocupados, porque el ajetreo nos da una especie de escape para no tener que afrontar nuestra falta de satisfacción en Dios.

⁵ Tim CHESTER, *Cristianos superocupados* (Barcelona: Andamio 2013), 122. En la versión inglesa (*The Busy Christian's Guide to Busyness*), Chester dice: «At the heart of our busyness is our heart».

3.2. *Nos llevamos por nuestro orgullo*

De forma muy relacionada, DeYoung observa que muchas veces planificamos nuestras agendas guiados por nuestro propio orgullo.⁶ Nos quejamos porque tenemos demasiadas cosas que hacer, pero a la vez –de alguna manera– *queremos* que nuestras vidas estén sobrecargadas porque el ajetreo sirve para satisfacer nuestros deseos egoístas. Otra paradoja.

Este «orgullo de agenda» puede manifestarse de diferentes maneras. Por ejemplo, muchas personas desempeñan sus labores buscando la aprobación de los demás. Muchos quieren ser vistos como majos, entregados, y serviciales. Abordan demasiados compromisos en parte por querer ser los «héroes» de sus iglesias, empresas, universidades, familias, etc. Otro ejemplo es la versión débil de esto mismo, que se ve en el intento de conseguir la empatía de los demás. Eso ocurre cuanto alguien se queja por lo ocupado que está para que los demás se sientan apenados por él. Esto parece muy humilde, pero en realidad es otra manifestación del orgullo. Hay incluso otra forma en que este orgullo sale a la superficie; lo podemos llamar el «complejo mesías». Alguien que tiene este complejo tiene una estimación demasiado elevada de sí mismo, y se compromete a todo porque piensa que no se podrá tirar adelante si él no está involucrado. Estos tres tipos de orgullo de agenda nos pueden llevar a tomar decisiones irracionales en cuanto al uso de nuestro tiempo.

3.3. *Perdemos mucho tiempo*

En medio del ritmo frenético de nuestras vidas, tenemos la tendencia de perder cantidad de tiempo casi sin darnos cuenta. Muchas veces no sabemos redimir el tiempo; no somos buenos mayordomos (contra la pauta de Ef. 5:15-17). ¡Nos quejamos de que no tenemos tiempo, y el tiempo que sí tenemos lo malgastamos! No se trata necesariamente de pasar demasiado tiempo estirados en el sofá –es posible estar muy activo durante todo el día sin lograr mucho. Esta es aún otra paradoja; (¡qué incoherentes somos!).

Nuestra falta de autodominio se ve, por ejemplo, en nuestro uso de los medios sociales. Ciertamente Facebook, WhatsApp, Instagram, Snapchat y otros medios pueden ser muy útiles y enriquecer nuestras vidas. Pero también es cierto que perdemos mucho tiempo escribiendo y compartiendo mensajes superficiales, conectándonos mil veces a lo largo del día para ver si ha llegado otro correo, y realizando consultas buscando datos que realmente no tienen trascendencia para nuestras vidas. Andamos muy distraídos muchas veces debido al uso continuo de estos medios, de modo que nos cuesta enfocarnos en nuestras tareas prioritarias. Seguramente si calculáramos el tiempo que malgastamos consultando nuestros dispositivos innecesariamente, nos escandalizaríamos.

⁶ DEYOUNG, *Súper ocupados*, 33-42.

4. TRES POSIBLES MALENTENDIDOS

El mensaje principal del pasaje sobre Jesús, Marta, y María es que no hay nada más importante que estar con Jesús, escucharle, y alabarle. Esto tiene aplicación directa al agobio generalizado del siglo 21. No obstante, antes de apropiarlo a nuestras vidas, hemos de matizar un poco más para evitar posibles malentendidos.

4.1. *Jesús no estaba en contra del trabajo*

Jesús no le enseña a Marta que no se debe trabajar. Él mismo trabajaba mucho. Trabajaba tanto que llegó a estar muy cansado y, al hacerlo, no estaba haciendo nada fuera de la voluntad de su Padre. Algunos pintan a Jesús como un tipo muy tranquilo, como un *kumbayá* que iba a la montaña para orar y descansar. Claro que iba a la montaña para orar –¡por la mañana cuando aún no había salido el sol! En realidad, Jesús estaba muy ocupado. El primer Adán fue creado para trabajar en el jardín, no para estar de vacaciones indefinidamente. Tenía que llenar el mundo y sojuzgarlo. Tenía que trabajar. El segundo Adán no iba a hacer menos.

Podemos expresar nuestra devoción a Dios por medio del trabajo, por medio del servicio para otros. Del apóstol Pablo tenemos un ejemplo (trabajaba día y noche en Tesalónica [2 Tes. 3:6-12]) y mandamientos (la mayoría de los mandamientos en sus cartas tienen que ver con actividades que debemos estar realizando dentro de la comunidad, en servicio los unos para con los otros). En un libro sobre productividad desde una perspectiva cristiana (*What's Best Next*), Matt Perman argumenta correctamente que debemos llenar nuestras vidas con buenas obras, haciendo el máximo de bien que podamos.⁷ En realidad, el amor de Dios se expresa en amor hacia otros, estando ocupados, sirviéndoles de diversas maneras (p.ej., 1 Jn. 4:21).

4.2. *¿Ocupados para el Señor?*

No obstante, de forma regular hemos de parar y simplemente estar con él. ¿Qué es lo que nos suele pasar? Llenamos tanto nuestros días –supuestamente en su nombre y a su servicio– que no tenemos tiempo de sentarnos a sus pies y disfrutar de él. ¡Cuidado! Si decimos que nos agobiamos para servirle a él a tal punto de no tener tiempo para simplemente estar con él, podemos preguntarnos en qué medida nuestro trabajo realmente es para él. De nuevo, nos identificamos con Marta: «¡Hay cantidad de trabajo que hacer aquí. No hay tiempo; no puedo parar!». Pero a veces tenemos que parar y simplemente disfrutar de él. Si no lo hacemos, tenemos un problema.

4.3. *No es un nuevo legalismo*

He aquí uno de los puntos más sensibles de legalismo en la iglesia. Muchas veces cuando leemos devocionalmente y oramos, lo hacemos por motivos equivocados. Nos

⁷ Matt PERMAN, *What's Best Next: How the Gospel Transforms the Way You Get Things Done* (Grand Rapids, MI: Zondervan 2014), esp. 73-83.

sentimos bien por haber tenido un tiempo de lectura y oración hoy –pero, ¿nos sentimos bien porque «hemos cumplido», o porque hemos estado con Jesús?

Decir que tenemos que pasar más tiempo con Jesús no es para poner una carga pesada más sobre nuestras vidas frenéticas. Para que no sea así, hace falta que el Señor nos convenza de lo bueno que es la comunión con él, que nos dé más ganas de disfrutarla, que veamos más la necesidad de tenerla. En la medida que tenemos ganas de estar con él, dedicar tiempo a la lectura de la Biblia y la oración será espontáneo. Y cuando esto pase, veremos que muchos de los problemas mencionados arriba se irán solucionando porque nuestros corazones estarán mejor orientados.

5. CONCLUSIÓN: EL EVANGELIO Y EL AGOBIO

El problema del agobio no va a desaparecer pronto. Lo más seguro es que en esta generación seguirá habiendo mucha gente «paradójica», sintiéndose estresada y agobiada, incluso sin realmente estar logrando mucho en sus vidas. La solución a este problema no es la jubilación temprana; no solamente porque no es posible para la gran mayoría de nosotros, sino porque Dios nos ha creado para estar activos y trabajar para su gloria. Tiene que haber una manera en que todo cristiano pueda estar ocupado de forma correcta sin andar exhausto por la vida.

Obviamente tendríamos que ser más sabios a la hora de planificar nuestros calendarios. Pero todos los buenos consejos del mundo no sirven si no somos capaces de aplicarlos. ¿Qué es lo que nos dará la calma, la perspectiva, y el autodomínio suficiente para programar bien nuestros días y usar bien nuestro tiempo? O mejor dicho, ¿quién? Las personas ocupadas que no pierden el gozo saben trabajar e incluso cansarse para el Señor porque mantienen la comunión con él.

Cuando encontramos nuestra satisfacción en Jesús, entonces no sentimos la necesidad de tapar ningún vacío porque Jesús nos llena con su paz (Jn. 14:27). No necesitamos la aprobación de los demás porque Dios nos aprueba y acepta (Ro. 5:1). Dios nos da sabiduría para que podamos «aprovechar bien el tiempo» (Ef. 5:15-17). Encontramos el gozo verdadero sirviéndolo a él y no a nosotros mismos (Jn. 15:10-11). Y en cuanto a las circunstancias que complican nuestras vidas, podemos saber que Jesús nunca deja de ser Señor, de modo que todo obra para bien (Ro. 8:28). Podemos buscarle a él primero porque proveerá para nuestras necesidades (Mt. 6:25-34). Saber todo eso nos permite descansar (Mt. 11:28).

¡Una paradoja más! Para eliminar nuestro agobio, tenemos que añadir todavía algo más a nuestra agenda: tiempo a los pies de Jesús. Es así. Lo que ocurre es que lo que añadimos pone todo lo demás en perspectiva. Perman nos recuerda que lo más «productivo» que podemos hacer es leer la Biblia y orar, porque por estos medios Dios transforma nuestro carácter y nos capacita para vivir para él con gozo.⁸ El principio más

⁸ PERMAN, *What's Best Next*, 123-129.

importante a recordar es este. Que el Señor nos ayude a escoger «la mejor parte» (Lc. 10:42; Sal. 16:5).