

## EL MIEDO

Introd.

1. El mundo tiene miedo. El miedo lo introdujo el diablo después de que la primera pareja pecara, es, pues, una consecuencia del pecado.
2. Vemos como después del pecado de Adán y Eva tuvieron miedo de Dios y se escondieron: *"Oí tu andar por el huerto, y tuve miedo, porque estaba desnudo. Y me escondí"* (Gn. 3:10).
3. Desde ese momento el miedo se fue arraigando en este mundo, en cada mente humana aún en el reino animal...
4. El miedo fue profundizando sus raíces y extendiéndolas, haciendo imposible extirparlas sin una AYUDA externa al propio ser humano.

### I. UN ARMA LETAL

1. El miedo es el arma que usa el diablo para destruir las almas. A cada niño, a cada joven, adulto o anciano. Al profesional, al científico, al lego, al sabio, al artista, al deportista, al militar, al banquero, al profesor y hasta al que profesa creer en Jesús.
2. Contra esta arma no podemos pelear con nuestras propias fuerzas. No hay en el ser humano ningún recurso inherente a él mismo para hacer frente al miedo.
3. El arma del miedo produce zozobra, inestabilidad, inseguridad, depresión, angustia, horror, ansiedad, desesperación, agonía, remordimiento, pensamientos suicidas, enfermedades, tristeza, abatimiento y hasta la muerte.
4. El enemigo tiene un ejército bien organizado para disparar su arma a cualquier ser humano, no importa su edad, su sexo, su credo, su procedencia, su nivel social...
5. Con esta arma puede afectar nuestro sistema nervioso, que es el centro del equilibrio de nuestro organismo; el cerebro queda dañado y no percibe la realidad en su debida dimensión.
6. El enemigo utiliza esta arma especialmente para arruinar a la gente y llevarla a una condición de dependencia absoluta de él o bien, en el caso de que se resista la persona, para aniquilarla.
7. El miedo cambia según los tiempos, la edad del individuo, su procedencia social, educación, creencias. Pero en definitiva es miedo auténtico lo que el ser humano siente y tiene las mismas consecuencias en todos.
8. La gente tiene miedo:
  - Al fracaso laboral
  - Al fracaso sentimental
  - Al fracaso social o rechazo social
  - A la enfermedad

- Al dolor físico y mental
- A la muerte
- A lo desconocido
- A la oscuridad
- A los animales
- A poderes ocultos
- Al ridículo
- A la censura
- Al castigo
- Al futuro
- Al pasado
- A la agresión
- A la soledad
- A la vejez

9. Y aún podríamos citar más miedos. El miedo mental es la patología de la historia pasada y actual, aunque afecta a todos, son los adolescentes los que más lo sienten.

10. El miedo paraliza la vida. Paraliza a los individuos, prácticamente los anula. Quieres ver a un hombre hundirse, haz que tenga miedo a algo.

11. Los sentimientos y las emociones equivocadas pueden enfermarnos porque cuando permitimos que estos nos posean entonces se liberan tóxicos fatales en el cuerpo: Adrenalina, cortisol, drogas que atacan nuestros órganos.

12. El miedo produce más de 1400 reacciones químicas y libera más de 30 hormonas que enferman y matan.

13. Adán y Eva tuvieron miedo y se escondieron. Abraham tuvo miedo de decir que Sara era su esposa por temor a que lo mataran para robársela y mintió. Jacob tuvo miedo de su hermano y huyó para que no lo matara.

Moisés tuvo miedo de que lo mataran cuando supo que le habían descubierto su crimen y por eso huyó.

Saúl y todo su ejército tuvieron miedo de Goliat.

Los egipcios temieron a los israelitas.

Los israelitas tuvieron mucho miedo a sus enemigos.

Los marineros que iban en el barco de Jonás tuvieron miedo a la tempestad.

Los discípulos tuvieron miedo de Jesús que caminaba sobre el mar, tuvieron miedo cuando se desató la tempestad, tuvieron miedo cuando detuvieron a su Maestro.

Pedro tuvo miedo cuando se hundía en el mar.

Los discípulos temieron a ser perseguidos y asesinados después de la muerte de Cristo... ¡Oh, cuántos temores y miedos! Y hoy, la historia continúa.

## II. EL ANTÍDOTO

1. Jesús sabe cómo eliminar nuestro miedo, por eso en el Evangelio aparece cientos de veces la expresión: "No temas".

2. El miedo está presente en la raza humana, pero Jesús sabe con qué clase de miedo tenemos que lidiar cada uno de nosotros porque estuvo en esta tierra y tiene experiencia.

3. Por eso vino a morir en el Calvario para terminar con nuestros miedos y con aquel que los produce: Satanás.
4. La sangre de Jesús es una garantía de nuestra liberación de las cadenas del miedo, no importa de qué naturaleza sea.
5. En la Palabra de Dios podemos identificar varios pasos que debemos dar para vencer el miedo:

### **1º. CONFIAR**

6. El primer paso es aprender a confiar en Dios y en lo que Él nos enseña en su Palabra. De nada sirve decir que creemos si no hacemos caso de lo que el Señor nos transmite en las Sagradas Escrituras, de las promesas que allí se consignan.
7. Existen miles de promesas, que Dios en su gran amor y misericordia nos ha hecho a cada uno de nosotros para que las abracemos y hagamos nuestras. Y una de esas promesas nos dice: *"La paz os dejo, mi paz os doy. Os la doy, no como el mundo la da. No se turbe vuestro corazón, ni tenga miedo"* (Jn. 14:27).
8. Es el mismo Dios quien nos pide que no tengamos miedo, que no nos turbemos, que lo dejemos todo en sus manos:
9. *"Venid a mi todos los que estáis trabajados y cargados, y yo os haré descansar. Llevad mi yugo sobre vosotros, y aprended de mí, que soy manso y humilde de corazón; y hallaréis descanso para vuestras almas"* (Mt. 11:28-29).
10. ¿Qué pensaría un padre responsable y amante de sus hijos, si estos mostraran desconfianza hacia su palabra? "Sí, papá, te queremos mucho pero no confiamos en lo que tú nos dices". Esto desgarraría su corazón.
11. Descreer la palabra del Señor nos coloca en un terreno en el cual no podemos hallar la paz, la seguridad, la tranquilidad de espíritu. Por eso como primer paso necesitamos aprender a confiar. Cuanto más confiemos en el Señor más le conoceremos y amaremos.
12. Y más entenderemos que el control de todas las cosas de este mundo y aún de nuestra vida, está en las manos de Dios que hace lo mejor por quienes confían en él. El que confía en el Señor vive tranquilo y aleja sus temores.
13. *"No temas, porque yo estoy contigo; no desmayes, porque yo soy tu Dios que te esfuerzo; siempre te ayudaré, siempre te sustentaré con la diestra de mi justicia"* (Is. 41:10).

### **2º CAMINAR POR FE**

14. Es indispensable aprender a caminar por fe y no por vista, tal como nos enseña en apóstol Pablo. Esto significa que cada vez que caemos en una situación que nos infunde temor, debemos fundamentarnos en principios y no en emociones y sentimientos, porque estos son tan cambiantes como el tiempo.
15. La mayoría de gente vive del alimento que le proveen sus emociones y sentimientos. Si están de buen humor, entonces todo marcha bien, pero si por cual-

- quier circunstancia externa o interna, se pierda la alegría y viene el temor, automáticamente los sentimientos negativos invaden al individuo y lo desgastan hasta llevarlo a la enfermedad y aún a la muerte.
16. Nuestras emociones negativas, como el temor, el afán, la ansiedad... generan sustancias que afectan a nuestros órganos. El pecado es el mayor productor de miedo. Vivir en armonía con Dios, a través de la obediencia a la santa ley, aleja el miedo y provoca emociones correctas:
  17. *“¡Si hubieras atendido a mis Mandamientos, entonces sería tu paz como un río, y tu justicia como las ondas del mar!”* (Is. 48:19).
  18. Las emociones, los sentimientos, no siempre son estables. Cualquier cosa, como una enfermedad, un accidente, la pérdida de trabajo, una discusión, una mala noticia, fricciones familiares, etc. nos roban la dicha y sumen en un estado negativo de miedo y depresión.
  19. Pero cuando nos aferramos a la fe y nos establecemos sobre los principios de la Palabra de Dios, entonces el temor se desvanece. Puede ser que nuestro corazón señale una dirección cada vez diferente, pero la fe siempre es estable, siempre se aferra a un así dice el Señor, a los principios que están estipulados en su Palabra y no depende de gustos personales, de cultura, educación o posición social, porque esto es diferente en todos.
  20. La fe es *“...la certeza de lo que se espera, la convicción de lo que no se ve”* (Heb. 11:1).
  21. La fe ayuda a consolidar los principios que llevan a la victoria a los creyentes. La fe no depende de estados anímicos o circunstancias externas, se nutre y desarrolla a través del estudio de la Palabra de Dios y la oración.
  22. Mientras los hombres de guerra de Israel temblaban de miedo frente al gigante Goliat, dejándose avasallar por sus emociones y sentimientos negativos, un jovencito sin experiencia en el campo de batalla tomó una honda y ejercitando la fe se enfrentó a Goliat y lo venció. David no se dejó envolver por las emociones y sentimientos de derrota.
  23. No se evaluó a sí mismo y no se comparó con el gigante, como los demás, sencillamente se dedicó a ejercer fe en Dios y terminó con una pesadilla colectiva. ¡Un joven!
  24. No tiene límite lo que la fe puede proporcionarnos, porque es una certeza, una convicción que nos coloca en un terreno ventajoso, porque comprometemos a Dios y su Palabra donde se enseña que el que tiene fe como un grano de mostaza moverá montañas de dificultades y cómo no, vencerá sus miedos.
  25. Hagamos nuestra la petición que los discípulos le hicieron a Jesús: “Auméntanos la fe” (Lc. 17:5) “Yo he venido para que tengan vida, y para que la tengan en abundancia” (Jn. 10:10).

### **3º OLVIDAR EL PASADO**

1. El pasado es para muchos como una cadena gruesa y pesada que les aprisiona en la cárcel del temor. No pueden dar un paso hacia delante porque están siempre centrados en el pasado. El pasado les ahoga, les deprime, les asusta, es como un fantasma que les persigue.
2. Debemos aprender a romper esa fijación: "No os acordéis de las cosas pasadas, ni recordéis las cosas antiguas" (Is. 43:18).
3. El pasado tiene validez porque es parte de nuestra historia, pero no es nuestra historia completa. Si estamos vivos es porque todavía hay esperanza para nosotros. De nada sirve centrarnos en el pasado para vivir en sus cáscaras, lamentándonos de lo que nos hicieron, o hicimos o no hicimos...
4. Es interesante notar que el 85% de los temores de las personas son por cuestiones que tuvieron lugar en el pasado.
5. El pasado tiene que servirnos para algo. Si cometimos errores, para que no los cometamos más.
6. Si fuimos negligentes de alguna manera, para que corriamos nuestra forma de vivir. Jesús enseñaba a la gente que la solución a todos los problemas pasaba por dejar de hacer lo malo.
7. Lo que fue ya pasó, podemos redimir en gran medida nuestro pasado actuando bien en el presente. Habrán cosas que no las podremos restaurar, pero esto queda en las manos de Dios. Sin embargo sí que podemos escribir una nueva historia, un nuevo capítulo.
8. Los temores que nos llegan cual eco del pasado, no debemos interpretarlos como amenazas. En el momento que los asumamos y aceptemos que lo que pasó, pasó y ya no puede cambiarse, entonces lo percibiremos como enseñanza muy valiosa para no repetir el mismo error. Y aún más, podemos utilizar esa experiencia o experiencias como un factor pedagógico para enseñar a otros.
9. "Por nada estéis afanosos, sino presentad vuestros pedidos a Dios en oración, ruego y acción de gracias. Y la paz de Dios, que supera todo entendimiento, guardará vuestro corazón y vuestros pensamientos en Cristo Jesús" (Fil. 4:6-7).
10. El amor y misericordia del Señor nos debe cimentar sobre la seguridad de que todas nuestras faltas y pecados fueron pagados por Cristo en la cruz del Calvario. Que confiando en sus méritos divinos y ejerciendo fe en su sacrificio expiatorio, obtenemos el perdón y la paz, por tanto la liberación del temor: "Así, habiendo sido justificados por la fe, estamos en paz con Dios, por medio de nuestro Señor Jesucristo" (Ro. 5:1).
11. Querido oyente, seas quien seas, estés donde estés... El Señor Jesucristo quiere ayudarte a eliminar todos tus miedos. Déjale hoy mismo que lo haga. Pídeselo en oración, confía que así será. Amén.

Que Dios te bendiga.

José V. Giner

Cedartown, GA (EEUU), 10 marzo