

## ECHANDO TODA ANSIEDAD SOBRE DIOS

**E**n esta oportunidad se estudiarán unos registros de la Palabra de Dios en donde se puede apreciar el cuidado dedicado que Dios tiene por Su gente. A la vez se presentará directamente de las Escrituras cual sería la acción conveniente que un hijo de Dios podría tomar una vez confrontado con la ansiedad o preocupación.

1 Pedro 5:5:

Igualmente, jóvenes, estad sujetos a los ancianos; y todos, sumisos unos a otros, revestíos de humildad; porque: Dios resiste a los soberbios, y da gracia a los humildes.

Este acto de la voluntad de revestirse de humildad no implica -ni lejanamente- la idea de que el que se humilla se rebaja o pierde de manera alguna su dignidad. Humillarse según el uso en nuestros días quiere decir adoptar alguien una actitud de inferioridad frente a otra persona, o perder su dignidad con alguna acción<sup>1</sup>. Aquí, el versículo es claro y dice que Dios da gracia a los humildes y resiste a los soberbios. Ser humilde o humillarse en el contexto del registro bajo escrutinio sería en todo caso una acción beneficiosa. La palabra griega para “humildad”<sup>2</sup> es de la misma familia que la palabra “humille” en Mateo 18:4 en donde habla el señor Jesucristo:

Mateo 18:4:

Así que, cualquiera que se humille como este niño, ése es el mayor en el reino de los cielos.

No hay nada de indigno en ser *el mayor en el reino de los cielos*. Con respecto a sus mayores, un niño es inferior en conocimiento, autoridad, responsabilidad... Es lo mismo entre las personas y el Padre Celestial.

En el Antiguo Testamento, en Isaías:

Isaías 55:8 y 9:

Porque mis pensamientos no son vuestros pensamientos, ni vuestros caminos mis caminos, dijo Jehová. 9 Como son más altos los cielos que la tierra, así son mis caminos más altos que vuestros caminos, y mis pensamientos más que vuestros pensamientos.

Los pensamientos de Dios y Sus caminos son mas altos que los pensamientos y caminos de los hombres. Dios sabe mas que el hombre. ¿Qué problema habría entonces de revestirse de humildad? ¿Qué problema habría de saberse inferior a Dios?

Santiago 4:6:

Pero él [Dios] da mayor gracia. Por esto dice: Dios resiste a los soberbios, y da gracia a los humildes.

Si humillarse fuera perder la dignidad delante de Dios eso sería una des-gracia y aquí Dios dice que El da gracia a los humildes. Otro beneficio de ser humilde en el versículo diez:

Versículo 10:  
Humillaos delante del Señor, y él os exaltará.

1Pedro 5:6:  
Humillaos, pues, bajo la poderosa mano de Dios, para que él os exalte cuando fuere tiempo.

Una vez mas insiste: humillaos... con un propósito: *para que él os exalte cuando fuere tiempo.*

Al decir *bajo la poderosa mano de Dios*; siendo que Dios es espíritu y no tiene manos, se está en presencia de una figura de dicción que da énfasis. Ésta *mano* es poderosa y una persona puede confiar en ella y puede humillarse reposadamente. Cuando se hace eso Dios lo exalta, lo eleva. Ahora, ¿cómo puede uno humillarse ante aquella poderosa mano para ser exaltado cuando fuere tiempo? Rápidamente viene la respuesta en el siguiente versículo.

Versículo 7:  
Echando toda vuestra ansiedad [*merimnaô*] sobre él, porque él tiene cuidado de vosotros.

¿Cuánta ansiedad? Toda... ¿Porqué el creyente puede hacer esto con toda confianza? Porque Dios *tiene cuidado de vosotros.*

No dice que a la ansiedad haya que tratarla con gentileza. Dice simplemente *echando* y también dice *toda*.

La palabra ansiedad en griego es *merimna*<sup>3</sup> que básicamente quiere decir una preocupación que divide la mente, que la distrae. Toda preocupación distrae la mente. Sería una idea que perturba a la persona haciéndole difícil ver la liberación que el Padre tiene preparada para Sus hijos cuando estos echan toda ansiedad sobre Él. En el Léxico de Moulton<sup>4</sup> dice que *merimna* es de la familia de *merizen* que sería dividir la mente. También es un vocablo familiar de *meros*: una parte, porción división de un todo, trozo, fragmento... y de *merizo* que sería dividir, distribuir.... Mas aún Thayer<sup>5</sup> dice de *merimna* que está asociada a la palabra *merizo* que es ser dirigido en diferentes direcciones, distracción. En todo caso sería como tener los pensamientos partidos, la mente confundida. En el

medio mismo de la presión mental se le abre a la persona un abanico de opciones y como que no sabe para donde salir “disparado”.

El Diccionario Larousse<sup>6</sup> dice de ansiedad: que es un estado de inquietud o zozobra del ánimo, angustia que acompaña a muchas enfermedades. En psicología es un estado tenso de la sique frente a un peligro indeterminado e inminente, acompañado de un sentimiento de inseguridad.

Desde luego, ¿cuánta seguridad acerca de algo puede haber en un momento donde la presión arrecia a una persona y sus pensamientos están divididos? Seguramente poca o ninguna. Siempre existe la posibilidad de sufrir daño o desilusión en la vida. Siempre. Sin embargo la Palabra de Dios dice: ***echando toda ansiedad sobre El...*** porque ***El tiene cuidado de vosotros.***

Muchas veces uno se concentra en el problema a tal punto que uno mismo y el problema que lo agobia pueden llegar a ser mas grandes que Dios y Su liberación. Aquí Dios quedaría en segundo plano.

La persona queda distraída pues se encuentra confinada, restringida, aprisionada tras los barrotes de la angustia que le produce la idea o ideas que lo preocupan. ¿Qué hacer en estos casos? Echar toda la ansiedad sobre Dios habida cuenta que El tiene cuidado de nosotros.

Una de las ocurrencias de la palabra *merimna* en el Nuevo Testamento se dio en ocasión que el señor Jesucristo estaba con los discípulos en el Monte<sup>7</sup>. Allí les habló de distintos temas: de las bienaventuranzas, de ser la sal de la tierra, de ser la luz del mundo, de la ley de la ira, adulterio, divorcio, juramento, amor a los demás, etc., etc. Hacia el final del capítulo seis les habla de la ansiedad.

Mateo 6:25-34:

Por tanto os digo: No os afanéis [*merimnaô*] por vuestra vida, qué habéis de comer o qué habéis de beber; ni por vuestro cuerpo, que habéis de vestir. ¿No es la vida más que el alimento, y el cuerpo mas que el vestido? 26 Mirad las aves del cielo, que no siembran, ni siegan, ni recogen en graneros; y vuestro Padre celestial las alimenta. ¿No valéis vosotros mucho más que ellas? 27 ¿Y quién de vosotros podrá, por mucho que se afane [*merimnaô*], añadir a su estatura un codo? 28 Y por el vestido, ¿por qué os afanáis [*merimnaô*]? Considerad los lirios del campo, cómo crecen: no trabajan ni hilan; 29 pero os digo, que ni aun Salomón con toda su gloria se vistió así como uno de ellos. 30 Y si la hierba del campo que hoy es, y mañana se echa en el horno, Dios la viste así, ¿no hará mucho más a vosotros, hombres de poca fe? 31 No os afanéis [*merimnaô*], pues, diciendo: ¿Qué comeremos, o qué beberemos, o qué vestiremos?

32 Porque los gentiles buscan todas estas cosas; pero vuestro Padre celestial sabe que tenéis necesidad de todas estas cosas.  
33 Mas buscad primeramente el reino de Dios y su justicia, y todas estas cosas os serán añadidas. 34 Así que, no os afanáis [*merimnaô*] por el día de mañana, porque el día de mañana traerá su afán [*merimnaô*]. Basta a cada día su propio mal.

De regreso a 1 de Pedro capítulo cinco.

1 Pedro 5:7:

Echando [*ripto*] toda vuestra ansiedad [*merimnaô*] sobre el, porque él tiene cuidado de vosotros.

Según el Dr. Bullinger<sup>8</sup> *ripto* quiere decir: tirar, lanzar, arrojar como con un movimiento repentino. La misma palabra griega es usada en Lucas 17.

Lucas 17:2:

Mejor le fuera que se le atase al cuello una piedra de molino y se le arrojase [*ripto*] al mar, que hacer tropezar a uno de estos pequeñitos.

Las preocupaciones tienen que ser arrojadas *ripto*, echarlas de sí, lanzarlas repentinamente de encima de uno a Dios.

1 Pedro 5:7:

Echando toda vuestra ansiedad sobre el, porque él tiene cuidado de vosotros.

La última parte del versículo siete *porque él tiene cuidado de vosotros* ha sido vertida por otras Biblias de las siguientes maneras: ...el los hace su responsabilidad, su carga<sup>9</sup>; ...ustedes son su preocupación personal<sup>10</sup>; ...su gran interés es en ustedes<sup>11</sup>.

Filipenses 4:6:

Por nada estéis afanosos [*merimnaô*], sino sean conocidas vuestras peticiones [*aitema*] delante de Dios en toda oración y ruego, con acción de gracias.

La palabra *sino* en éste versículo, pone en contraste el estar afanoso con el hacer conocidas las peticiones. Otras versiones de la Palabra de Dios han traducido la primera parte de este versículo de las siguientes maneras: En nada estéis ansiosos o afanosos<sup>12</sup>; No se preocupen por nada<sup>13</sup>.

Entonces, en contraste con estar ansiosos, afanosos o preocupados por todo... otras versiones dicen: ...sino bajo toda circunstancia, en oración y petición o súplica junto con acción de gracias, hagan conocidas sus necesidades a Dios<sup>14</sup>; ...sino en

oración y súplica o imploración juntamente con agradecimiento hagan conocidas sus peticiones sin reserva delante de Dios<sup>15</sup>...; Digan a Dios todo detalle de sus necesidades en ferviente y agradecida oración...<sup>16</sup>

La palabra peticiones es la palabra griega *aitema* que según el Dr. Bullinger<sup>17</sup> quiere decir una petición específica para una cosa en particular.

1 Juan 5:14 y 15:

Y esta es la confianza que tenemos en él, que si pedimos alguna cosa conforme a su voluntad, él nos oye. 15 Y si sabemos que él nos oye en cualquiera cosa que pidamos, sabemos que tenemos las peticiones [*aitema*] que le hayamos hecho.

Uno podría cambiar el tiempo insumido en el afán y dedicárselo a hacer conocidas sus peticiones delante de Dios en toda oración y ruego, con acción de gracias.

La ansiedad es intangible. Literalmente no es un objeto que uno toma con sus manos y lo arroja. La forma de echar toda ansiedad sobre Dios es haciendo conocidas sus peticiones delante de El en toda oración y ruego, con acción de gracias. ¿Qué pasa una vez arrojada la preocupación a Dios en toda oración y ruego con acción de gracias?...

Filipenses 4: 7:

Y la paz de Dios, que sobrepasa todo entendimiento, guardará vuestros corazones y vuestros pensamientos en Cristo Jesús.

La mente dividida se re unifica, los pensamientos desparramados se ordenan, se alínean. La paz es una situación de quietud en los pensamientos y así uno puede creer a Dios sin perturbación para ser librado de la situación. Esa paz de Dios sobrepasa todo entendimiento. Si sobrepasa todo entendimiento entonces sin lugar a dudas sobrepasa el paupérrimo entendimiento que uno puede tener al momento que arrecia la presión y la mente se encuentra distraída, dividida con la preocupación.

La paz de Dios guardará los corazones y los pensamientos (del preocupado que echó toda su ansiedad sobre El) en Cristo Jesús. Otras traducciones dicen: Será una fortaleza para guardar sus corazones y mentes<sup>18</sup>; ...guarnecerá y montará guardia<sup>19</sup>.

No siempre uno es responsable que venga la preocupación pero siempre es responsable de hacer algo con ella: hospedarla o arrojarla. Un buen ejemplo – entre tantos en la Palabra de Dios- de un hombre que en momento de gran presión le dejó saber a Dios sus necesidades sin reservas se encuentra en el Antiguo Testamento; en Salmos.

Salmos 55:1-23:

Escucha, oh Dios, mi oración, y no te escondas de mi súplica.

2 Está atento, y respóndeme; clamo en mi oración, y me conmuevo, 3 A causa de la voz del enemigo, por la opresión del impío; Porque sobre mí echaron iniquidad, y con furor me persiguen. 4 Mi corazón está dolorido dentro de mí, y terrores de muerte sobre mí han caído. 5 Temor y temblor vinieron sobre mí, y terror me ha cubierto. 6 Y dije: ¡Quién me diese alas como de paloma! Volaría yo, y descansaría. 7 Ciertamente huiría lejos; moraría en el desierto. Selah 8 Me apresuraría a escapar del viento borrascoso, de la tempestad.

El hombre en su desesperación en el momento de presión mental expresa su angustia sin enfado a Dios. En el calor del momento así se expresaba este hombre... simplemente quería huir, escaparse. Vierte honestamente toda su ansiedad sobre Dios (no te escondas; me conmuevo; la voz del enemigo; opresión del impío; echaron iniquidad; con furor me persiguen...). Su oración continúa con mas ansiedad que echa sobre Dios.

9 Destrúyelos, oh Señor; confunde la lengua de ellos; porque he visto violencia y rencilla en la ciudad. 10 Día y noche la rodean sobre sus muros, e iniquidad y trabajo hay en medio de ella.

11 Maldad hay en medio de ella, y el fraude y el engaño no se apartan de sus plazas. 12 Porque no me afrentó un enemigo, lo cual habría soportado; Ni se alzó contra mí el que me aborrecía, porque me hubiera ocultado de él; 13 Sino tú, hombre, al parecer íntimo mío, mi guía, y mi familiar; 14 Que juntos comunicábamos dulcemente los secretos, y andábamos en amistad en la casa de Dios. 15 Que la muerte les sorprenda; desciendan vivos al Seol, Porque hay maldades en sus moradas, en medio de ellos.

Impresionante entrega de su corazón a su Dios. Éste hombre no era hijo siquiera. En su angustia el le entregaba sus pensamientos a Dios sin quedarse con nada “en la manga”, sin reservas. El entendió y supo que hacer en su situación angustiada y lo hizo:

16 En cuanto a mí, a Dios clamaré; y Jehová me salvará. 17 Tarde y mañana y a mediodía oraré y clamaré, y él oirá mi voz. 18 El redimirá en paz mi alma de la guerra contra mí, aunque contra mí haya muchos. 19 Dios oirá, y los quebrantará luego, el que permanece desde la antigüedad; por cuanto no cambian, ni temen a Dios. Selah 20 Extendió el inicuo sus manos contra los que estaban en paz con él; violó su pacto. 21 Los dichos de su boca son más blandos que mantequilla,

Pero guerra hay en su corazón; suaviza sus palabras más que el aceite, mas ellas son espadas desnudas. 22 Echa sobre Jehová tu carga, y él te sustentará; no dejará para siempre caído al justo.

Echa sobre Jehová tu carga... Mismo mensaje que el de 1 de Pedro 5:7. El justo al igual que el hijo de Dios de vez en cuando cae y nada tiene que ver el Padre Celestial con que las personas caigan pero sí tiene todo que ver con levantarlas.

23 Mas tú, oh Dios, harás descender aquéllos al pozo de perdición. los hombres sanguinarios y engañadores no llegarán a la mitad de sus días; pero yo en ti confiaré.

¿Cuánta paz hay en el preocuparse?... Entre muy poca y ninguna. Pero uno puede concentrarse y dedicar el tiempo a dejar el afán de lado y hacer conocida sus peticiones delante de Dios en toda oración u ruego con acción de gracias... es entonces cuando la paz de Dios que sobrepasa todo entendimiento tiene via libre para guardar los corazones y los pensamientos en un lugar muy seguro: Cristo Jesús.

1 Pedro 5:5-11:

Igualmente jóvenes, estad sujetos a los ancianos; y todos, sumisos unos a otros, revestíos de humildad porque Dios resiste a los soberbios y da gracia a los humildes. 6 Humillaos, pues, bajo la poderosa mano de Dios, para que él os exalte cuando fuere tiempo; 7 echando toda vuestra ansiedad sobre él, porque él tiene cuidado de vosotros. 8 Sed sobrios, y velad; porque vuestro adversario el diablo, como león rugiente, anda alrededor buscando a quien devorar.

Llama la atención que justamente en este contexto donde Dios habla de la preocupación aparezca este consejo de Dios de estar sobrios y velar habida cuenta que el adversario anda alrededor buscando a quien devorar. Por esto el hijo de Dios debería echar TODA ansiedad sobre Dios ya que El toma cuidado de Sus hijos.

Versículo 9:

Al cual [al adversario] resistid firmes en la fe, sabiendo que los mismos padecimientos se van cumpliendo en vuestros hermanos en todo el mundo.

Mientras se esté es este mundo existirán padecimientos, pero también existe la posibilidad dada por Dios de echar toda ansiedad sobre El, porque El tiene cuidado de Sus hijos.

10 Mas el Dios de toda gracia, que nos llamó a su gloria eterna en Jesucristo, después que hayáis padecido un poco de tiempo, él mismo os perfeccione, afirme, fortalezca y establezca 11 A él sea la gloria y el imperio por los siglos de los siglos. Amen.

#### Definición de Términos

Toda la Escritura utilizada en este artículo es de la Versión Reina Valera 1960<sup>20</sup> a menos que se especifique algo en contrario.

Toda vez que se utilice una palabra de origen Griego será escrita en minúscula cursiva (Ej.: *aitema*).

Debido a que los paréntesis se utilizan en el texto Bíblico; cada vez que exista una nota del autor estará colocada entre corchetes para diferenciarla.

Todas las citas de fuentes externas se notarán en esta otra tipografía para diferenciarlas del resto. Asimismo cuando la cita de la fuente sea de mayor longitud que la presentada en este artículo; se resumirá usando “...” indicando que hay mas información disponible de consulta en dicha fuente.

---

## REFERENCIAS Y BIBLIOGRAFÍA CONSULTADA

---

<sup>1</sup> Diccionario Enciclopédico Larousse, Larousse, 1992, página 1198

<sup>2</sup> The Interlinear Translation o the Greek New Testament, George Ricker Berry, Zondervan, 1977, páginas 49 y 601

<sup>3</sup> A Critical Lexicon and Concordance to the English and Greek New Testament por Ethelbert W. Bullinger, Zondervan Publishing House, 1979, Pág 134

<sup>4</sup> The Analytical Greek Lexicon Revised, Harold K. Moulton, Zondervan Publishing House, 1980, página 263 y 264.

<sup>5</sup> The New Thayer's Greek, English Lexicon of The New Testament, Joseph Henry Thayer, Christian Copyrights, Inc., 1983, página 400.

<sup>6</sup> Diccionario Enciclopédico Larousse, Larousse, 1992, página 143

<sup>7</sup> El contexto comienza en Mateo 5:1

<sup>8</sup> A Critical Lexicon and Concordance to the English and Greek New Testament por Ethelbert W. Bullinger, Zondervan Publishing House, 1979, Pág. 136

<sup>9</sup> The Bible from 26 Translations, Curtis Vaughan, Baker Book House, 1985, página 2535. Versión: The Twentieth Century New Testament.

<sup>10</sup> The Bible from 26 Translations, Curtis Vaughan, Baker Book House, 1985, página 2535. Versión: The New Testament in Modern English (J. B. Philips)

<sup>11</sup> The Bible from 26 Translations, Curtis Vaughan, Baker Book House, 1985, página 2535. Versión: The New Testament: A New Translation (James Moffat)

<sup>12</sup> The Bible from 26 Translations, Curtis Vaughan, Baker Book House, 1985, página 2391. Versión: The American Standard Version.

<sup>13</sup> The Bible from 26 Translations, Curtis Vaughan, Baker Book House, 1985, página 2391. Versión: The Centenary Translation: The New Testament in Modern English (Helen Barret Montgomery)

<sup>14</sup> The Bible from 26 Translations, Curtis Vaughan, Baker Book House, 1985, página 2391. Versión: The Twentieth Century New Testament.

<sup>15</sup> The Bible from 26 Translations, Curtis Vaughan, Baker Book House, 1985, página 2391. Versión: The New Testament in Modern Speech (Richard Francis Weymouth)

<sup>16</sup> The Bible from 26 Translations, Curtis Vaughan, Baker Book House, 1985, página 2391. Versión: The New Testament in Modern English (J. B. Philips)

<sup>17</sup> The Companion Bible, Dr. Ethelbert W. Bullinger, Samuel Bagster and Sons, Londres, 1974, Sección “Appendixes”, página 164

<sup>18</sup> The Bible from 26 Translations, Curtis Vaughan, Baker Book House, 1985, página 2391. Versión: The New Testament in Modern Speech (Richard Francis Weymouth)



---

<sup>19</sup> The Bible from 26 Translations, Curtis Vaughan, Baker Book House, 1985, página 2391. Versión: The Amplified New Testament.

<sup>20</sup> La Santa Biblia Antiguo y Nuevo Testamentos, Antigua Versión de Casiodoro de Reina (1569) Revisada por Cipriano de Valera (1602) Revisión de 1960. Sociedades Bíblicas Unidas, 1993