



## **Capítulo 7**

### **Sin una mente ociosa<sup>1</sup>**

*John Henry fue un pequeñito, oh-oh,  
Sentado en el regazo de mamá, oh, sí,  
Dijo: "El túnel de la gran curva en la carretera C&O  
Causará mi muerte,  
Señor; Señor; causará mi muerte"*

### **El martillo de John Henry**

John Henry era un hombre<sup>2</sup>. Con un martillo demolió a través de la montaña una sección de roca de cincuenta por treinta metros, más que el taladro de vapor. Hizo tanta fuerza que su pobre corazón estalló,

*Y él soltó su martillo y murió,  
Señor, Señor, él soltó su martillo y murió*

Cuando cantamos la leyenda de John Henry a nuestros hijos, cantamos la canción de un héroe. Cantamos una tempestad de celebraciones mientras el sudor vuela como lluvia por el cuerpo de John Henry y el zumbido de su martillo triturador ruge amplificado por el túnel. Exaltamos su arduo trabajo, su determinación, su habilidad, su corazón. No retuvo nada, él dio su vida por el trabajo.

John Henry tenía un martillo. John Henry tenía un brazo fuerte. ¿Será que la montaña le hubiese cedido el paso a su martillo sin su brazo? ¿O a su brazo sin el martillo?

Estamos delante de la carne como John Henry está delante de la montaña virgen. Tenemos un trabajo gigantesco delante de nosotros, y nuestra vida está en juego.

*Porque si vivís conforme a la carne, moriréis; mas si por el Espíritu hacéis morir las obras de la carne, viviréis. (Romanos 8:13)*

El trabajo es mortificar la carne. La fuerza que tenemos es el Espíritu Santo en nosotros. Y Dios nos da herramientas para llevar a cabo el trabajo. Sin embargo, para el deleite de la carne, la mayoría de los cristianos ignora el poder de esas herramientas y la forma de usarlas. Algunos enfrentan la montaña sólo con sus manos y mueren en su locura. Otros se sientan a la sombra de

---

<sup>1</sup> Traducido de *O mal que habita en mí* (K. Lundgaard, 2004).

<sup>2</sup> John Henry, héroe de una balada del folclor afroamericano de Estados Unidos muy popular. Describe su competencia con un taladro de vapor, en la que John Henry trituró más roca que la máquina, pero murió "con su martillo en la mano".



**Primera Iglesia Presbiteriana de Santiago – EBD Clase Adultos**  
**Estudio: El poder y la derrota del pecado**  
**Tema: Sin una mente ociosa (Semana 7)**

---

la montaña puliendo sus herramientas hasta que las piedras caen sobre ellos y los aplastan. Creyentes que enfrentan y trituran la carne con el martillo de Dios son tan raros como John Henry.

### **El martillo de Dios**

Dijimos en el capítulo anterior que la carne actúa por medio del engaño y que su primer objetivo es la mente del creyente. Dijimos también que el creyente, para protegerse del engaño, debe fijar su mente en la pecaminosidad del pecado y en la gracia de Dios. Las herramientas que Dios da nos capacitan para hacer eso: cuando golpeas con el martillo de Dios, la ley del pecado se calla delante de ti.

Por otro lado, precisamente por el hecho de que esas herramientas son tan efectivas, la carne se opone a ellas con toda su astucia y fuerza. Así, necesitamos saber no solo cómo usarlas, sino también cómo protegernos de ser engañados cuando las usamos.

Esas grandes herramientas de la mente son la *meditación* y la *oración particular*.

“¡Oiga! Espere un minuto”, podrías protestar. “Pensé que había dicho que la mayoría de los creyentes ignora estas súper herramientas. Pero yo leo mi Biblia casi todos los días, y estoy siempre orando por la seguridad de mis hijos y para que mi vecino se convierta. Si *eso* es todo lo que necesito hacer para vencer a la carne, ¡entonces estoy bastante cerca!”

Es claro que leer la Biblia y orar por los otros son deberes espirituales, y cuando son hechos con fe y en la dependencia del Espíritu, debilitan a la carne. Pero la lectura de la Biblia no es meditación, y la intercesión, aunque sea crucial, no es el tipo de oración a la que me refiero.

La meditación y la oración de la que estoy hablando son destinadas específicamente para destruir la carne. En la meditación y la oración comparamos nuestro corazón con las Escrituras, comparando nuestra vida con la que encontramos en ella. Ponderamos la verdad de cómo ella es en Jesús, para ver su vida formada en nosotros. Pero nunca nos dedicaremos a la meditación y a la oración de esta manera antes de tener tres cosas en mente:

1. ***Medita en Dios con Dios.*** Llena tu mente de pensamientos sobre el carácter, la gloria, la majestad, el amor, la belleza y la bondad de Dios; pero no de una manera abstracta e impersonal, como si estuvieras “contemplando” la descripción de la fotosíntesis en un libro educativo. Habla *con* Dios en la medida que lo contemplas, humillando tu alma ante Él, adorándolo y admirándolo, deleitándote en Él y dándole la gloria. Que tu meditación sea como la del salmista:

*¡Oh Jehová, Señor nuestro, cuán glorioso es tu nombre en toda la tierra!*<sup>3</sup> (Salmo 8:1)

---

<sup>3</sup> Los Salmos y cánticos de alabanza en la Biblia son tus mejores guías para este tipo de meditación.



## Primera Iglesia Presbiteriana de Santiago – EBD Clase Adultos

### Estudio: El poder y la derrota del pecado

#### Tema: Sin una mente ociosa (Semana 7)

---

2. ***Medita sobre la Palabra en la Palabra.*** Estudia la Palabra escrita para conocer la Palabra viva. Nunca permitas que tu meta sea investigar en las Escrituras para encontrar una nueva visión que estimule tu voluntad de aprender o para tener alguna cosa agradable para compartir con tu grupo pequeño. Y nunca estudies u ores sin la ayuda de Dios. Él es el único que puede revelar la verdad, y solo Él puede iluminar tu mente para conocerla.<sup>4</sup> Él es el único que nos enseña a orar cuando no sabemos qué decir.<sup>5</sup> Pídele que abra tu mente y te de su gracia, para que puedas conocerlo y amarlo más. Él se complace en hacer eso.
3. ***Medita sobre ti mismo en la Palabra y con Dios.*** El poder de esta meditación y de esta oración se encuentra en su habilidad de exponer las obras secretas del pecado, las ventajas que la carne ha conseguido sobre ti, las tentaciones que la carne ha usado con éxito, los daños que ha causado y los males que está planeando. Esta oración y esta meditación pide al Espíritu Santo que use Su Palabra para iluminar las grietas y rincones de tu alma, para mostrarte cada real necesidad y peligro en ella.

Sin que se cumplan estas condiciones, *la oración no es oración*. Sin estos propósitos y anhelos, tus oraciones y meditaciones no traerán la gloria a Dios, y no lo santificarán ni lo llenarán de alegría.

Pero, si se cumplen estas condiciones, la oración y la meditación examinarán las profundidades de tu alma, desenterrarán las artimañas y tramas de la ley del pecado y las llevará a la luz de la presencia de Dios. En su luz, toda imaginación de la carne es juzgada, condenada, detestada y lamentada. “Entonces”, Dios dice por medio de Isaías,

*profanarás la cubierta de tus esculturas de plata, y la vestidura de tus imágenes fundidas de oro; las apartarás como trapo asqueroso; ¡Sal fuera! les dirás. (Isaías 30:22)*

### La fiera herida

Supón que tu profesor de biología pone en tus manos un quique<sup>6</sup> y te pide que le hagas una disección, pero no tienes ningún anestésico ni como afirmar y retener al animal. ¿Qué pasaría si le hablas gentilmente así: “Señor Quique, ahora puede por favor quedarse quieto, voy a intentar hacer esto lo más rápido posible”? Todo lo que verías será un montón de garras y dientes agitándose en una violenta resistencia a tu invitación.

Tu carne no se quedará pasiva frente a la meditación y a la oración, reaccionará igual que el quique resistiéndose a la cirugía. La carne se resiste hasta el último aliento a cualquier cosa que te lleve a la comunión con Dios, porque se siente sofocada en Su presencia. Si te acercas a Dios en

---

<sup>4</sup> Ver 1 Corintios 2:6-16.

<sup>5</sup> Ver Romanos 8:26, 27

<sup>6</sup> Animal muy agresivo, de grandes garras y dientes.



**Primera Iglesia Presbiteriana de Santiago – EBD Clase Adultos**  
**Estudio: El poder y la derrota del pecado**  
**Tema: Sin una mente ociosa (Semana 7)**

---

meditación y oración, adorando a Dios, conociéndolo, y pidiéndole que examine tu corazón, prepárate para ver a la carne arrancar y gruñir como un quique herido. La carne hará cualquier cosa para impedir que medites y ores. Aquí están cuatro garras que puedes esperar ver:

**La primera garra está dirigida a tus debilidades.** Cuando estaban bajo ataque y en gran peligro de tentación, justamente cuando ellos deberían estar orando, los discípulos de Jesús fueron vencidos rápidamente por el sueño. “*El espíritu a la verdad está dispuesto, pero la carne es débil*” (Mateo 26:41). “No puedes orar ahora, necesitas descansar. Si no duermes un poco, no serás de utilidad para Dios”. En efecto, esa fue la manera como Satanás atacó a Jesús cuando su cuerpo estaba debilitado por los cuarenta días de ayuno: “Ya ayunaste lo suficiente, eres un fanático. Transforma estas piedras en pan. Si no comes, vas a morir, y entonces, ¿Cómo vas a salvar al mundo?” (Mateo 4:1-3).

Si no fijas firmemente en tu mente que la oración y la meditación son imprescindibles, y procuras la gracia de Dios cada día para resistir la pereza de tu cuerpo, vas a apretar el botón *snooze* cada mañana en vez de arrodillarte delante del trono. Si duermes la siesta, pierdes.

**La segunda garra es la tiranía de lo urgente.** “Si tomas muy en serio eso de la oración y la meditación, no estarás respetando el trabajo que debes hacer como un trabajador dedicado y no tendrás tiempo suficiente para estar con otras personas”. La lógica retorcida de la carne es sutil (si no fuera así, no funcionaría). Ella es *razonable*. Sabe que Dios te llamó para trabajar arduamente por tu vocación, y para entregarte a las otras personas en amor. La carne, naturalmente, preferiría que no hicieras nada noble o agradable a Dios; pero si puede usar tu trabajo y tu vida social para minar tu comunión con Dios, lo hará.

Piensa en esto: ¿Crees probable que Dios te llamaría a hacer más de lo que te da tiempo para hacer? Nadie que crea que Dios es bueno y sabio podría responder de modo afirmativo. Entonces, cuando piensas que no tienes tiempo suficiente para hacer tu trabajo, cuidar de tu familia, amar a los amigos y dedicarte a la oración y la meditación, el problema no es la providencia de Dios. El problema puede ser que estés sobrecargado de más cosas de lo que Dios pretendía.

Cualquiera que sea el problema, la carne aprovechará la oportunidad: cuando no hay tiempo para todo, alguna cosa debe ser dejada de lado. La carne argumentará que no puedes dejar tu trabajo, porque debes ser responsable ante tu empleador (y si no das lo mejor, no podrás pedir un aumento de salario); no puedes dejar de atender a tu familia (Dios nunca querría eso) y, es claro que no debes ser negligente con tus amigos, especialmente si ellos no son creyentes, porque puedes ofenderlos y desviarlos del evangelio. Entonces, ¿de qué te librarás? Exactamente de las dos cosas que hacen el mayor daño a la carne.<sup>7</sup>

---

<sup>7</sup> Evidentemente, la vida no es predeterminada. Hay momentos en que tu trabajo requiere de más tiempo de dedicación que lo habitual, que tu familia necesita una atención especial de tu parte, y también hay momentos en que tus oraciones deben dejar de lado todo lo demás.



**Primera Iglesia Presbiteriana de Santiago – EBD Clase Adultos**  
**Estudio: El poder y la derrota del pecado**  
**Tema: Sin una mente ociosa (Semana 7)**

---

*La tercera garra es negociar el deber.* En su desesperación la carne argumentará que si oras con tu familia o si vas a un culto público, eso es suficiente para sostener a cualquiera: puedes sobrevivir sin la oración particular y sin la meditación que examina el alma. Si aceptas este argumento, te desvanecerás.

*La cuarta garra es la gran promesa.* “Puedes orar y meditar la próxima semana, después de terminar el tratamiento que está en la mitad (o después de terminar el informe anual que debes entregar en tu trabajo, o después de rehacer el jardín). Entonces serás más diligente y fiel, una vez que hayas superado ese obstáculo”. Cierto. Ese es el permanente refrán del perdedor contumaz: “¡El próximo año lo hago!”

### **Las semillas del pecado**

Cuando el centinela falla, no solo él pierde, sino toda la ciudad es arrasada. Cuando la mente descuida de manera negligente sus deberes, los afectos y la voluntad con seguridad la seguirán. ¿Crees que el tipo de oración y meditación aquí descrito es difícil de hacer diariamente? Recuerda que “*Dios no nos ha dado un espíritu de cobardía, sino de poder, de amor y de dominio propio*” (2 Timoteo 1:7). Pon en frente de tu mente las recompensas que Dios promete: “*Así que, hermanos míos amados, estad firmes y constantes, creciendo en la obra del Señor siempre, sabiendo que vuestro trabajo en el Señor no es en vano*” (1 Corintios 15:18). Nunca olvides la advertencia de no bajar la guardia: “*Así que vosotros, oh amados, sabiéndolo de antemano, guardaos, no sea que arrastrados por el error de los inicuos, caigáis de vuestra firmeza*” (2 Pedro 3:17).

Dios te dio un martillo que destruye la carne.