

Puestos los ojos en Jesús

**¿Temeroso? ¿Estresado? ¿Confundido?
¿Asediado por dudas, cinismo o una sensación de falta de propósito?
¿Cansado? ¿Aburrido? ¿Sin alegría? ¿Desanimado?**

Al poner en claro su misión, Jesús dijo: “Yo he venido para que tengan vida, y para *que la tengan en abundancia*” (Juan 10:10). Otras versiones lo han traducido como “Yo he venido para que todos tengan vida, y *la tengan abundante*” (BLP) y “Mi propósito es darles una vida *plena y abundante*” (NTV). ¿Estas expresiones describen lo que experimentas a nivel personal? Al observar a muchos cristianos a mi alrededor y considerar mi propia experiencia a lo largo de los años, está claro que esta “vida abundante”, que debería ser la experiencia diaria de todo creyente, no es automática.

Tenemos un fundamento firme y un futuro lleno de esperanza. Jesús explicó: “De cierto, de cierto os digo: El que oye mi palabra, y cree al que me envió, tiene *vida eterna*; y no vendrá a condenación, mas ha pasado de muerte a vida” (Juan 5:24). ¡Hemos sido perdonados! ¡Estamos a salvo! Más tarde, Jesús añadió: “Vendré otra vez, y os tomaré a mí mismo, para que donde yo estoy, vosotros también estéis” (Juan 14:3). ¡Estamos destinados a estar junto a Él en la casa del Padre! ¡Para siempre! Con todas estas buenas noticias, ¿por qué a veces nos abruma pensamientos y sentimientos negativos? Considera las siguientes tres metáforas bíblicas.

Beber agua - Buscar significado: Los seres humanos tenemos sed de significado. El apóstol Juan nos habla de la mujer samaritana que se encontró con Jesús junto al pozo. Ella necesitaba agua. Por eso visitaba regularmente ese pozo. Durante la conversación, Jesús le dijo que podía darle “agua viva”, y que “el que bebiere del agua que yo le daré, no tendrá sed jamás; sino que el agua que yo le daré será en él una fuente de agua que salte para vida eterna”. Esta mujer pensó que si recibía ese agua viva sería autosuficiente y no necesitaría volver al pozo (Juan 4:10-15). Estaba equivocada. Jesús mismo era el nuevo pozo que ella tanto necesitaba. Para que su vida tuviera significado, para saciar su alma sedienta, no sólo necesitaba *encontrar* a Jesús, sino

también *seguirle*. Una cosa es encontrar el pozo, y otra es beber diariamente del agua viva que hay en él. Ambas cosas son necesarias.

Llevar cargas - Experimentar paz: El Señor Jesús estableció una metáfora similar cuando enseñó a las multitudes. “Venid a mí”, dijo, “todos los que estáis trabajados y cargados, y yo os haré *descansar*”. Cuando llegamos a Jesús, somos perdonados, nuestra carga de pecado y culpa es quitada, Él da descanso a nuestra alma. Pero después de nuestra conversión, todavía tenemos cargas y con el tiempo se añaden otras nuevas. Algunas cargas son innecesarias o pecaminosas y deben ser rechazadas (Hebreos 12:1). Otras cargas son legítimas, como tener una familia, cuidar de otros, hacer tu trabajo y servir al Señor de alguna manera (2 Corintios 11:27-28). Los que han recibido este “descanso” también pueden estresarse, confundirse, cansarse, desmotivarse e incluso sentirse agotado. A veces llevamos cargas ‘buenas’ que estaban destinadas a otra persona. A veces nos aferramos a cargas dadas por Dios por más tiempo del que Dios había diseñado. A menudo, la raíz de nuestro problema es que tratamos de llevar nuestras cargas solos. Por eso Jesús continuó explicando: “Llevad mi yugo sobre vosotros, y aprended de mí, que soy manso y humilde de corazón; y *hallaréis descanso* para vuestras almas” (Mateo 11:28-29). Una cosa es *recibir descanso* en el momento de la conversión y otra es *encontrar descanso* diariamente llevando de forma consciente nuestras cargas junto a Él. Ambas cosas son necesarias.

Correr una carrera - Mantenerse motivado: Nuestra vida cristiana también puede entenderse como correr un maratón. El objetivo no es correr más rápido que los demás, sino completar la carrera. Los pesos innecesarios agotarán nuestra energía y nos harán ir más lento. “Por tanto, ...despojémonos de todo peso y del pecado que nos asedia”. Algunas cosas las evitamos o decidimos dejarlas, no porque sean pecaminosas, sino porque ‘estorban’ o ‘desgastan’, es decir, nos frenan al quitarnos demasiado tiempo o energía. Luego se nos anima a que “corramos con paciencia la carrera que tenemos por delante”. El Señor mismo nos ha trazado la carrera, incluyendo buenas obras preparadas de antemano para que andemos en ellas (Efesios 2:10). Correr fuera de “la carrera que tenemos por delante”, la pista que ha sido trazada para nosotros, puede parecer más fácil, más corto o más alegre, pero es una pérdida de tiempo. Además, puede ser perjudicial. Algún día lo lamentaremos. ¿Y cómo debemos correr este maratón de la vida? No mirando las curvas y los montes que tenemos por delante, ni el clima, ni los observadores, ni los que van corriendo con nosotros. Debemos correr con “*la mirada en Jesús*” (NTV), o “*puestos los ojos en Jesús*, el autor y consumidor de la fe” (Hebreos 12:1-2).

Todo cristiano tiene preocupaciones legítimas y éstas no deben ser ignoradas. Pero nuestro instinto natural es la de fijar nuestra mirada en estas preocupaciones en vez de en Jesús. Dependiendo de nuestro temperamento, la educación que recibimos en casa, el trasfondo religioso, las experiencias de vida, nuestros temores y anhelos, nuestro corazón puede distraerse, ser absorbido, e incluso volverse adicto a una o varias de las muchas alternativas.

Si quieres correr bien, con perseverancia, sin cansarte ni desfallecer, necesitas...

1. **Poner los ojos en Jesús...** y no en **ti mismo**, en cuánto lees tu Biblia, en el tiempo que dedicas a la oración, en tu estilo de vida moral y disciplinado, en la tenacidad de tus convicciones y devoción. Tampoco en tu propia debilidad, tus pecados y tus fracasos.

2. **Poner los ojos en Jesús...** y no en tu **utilidad** en el Reino de Dios, tus victorias y éxitos pasados, tus dones, tu servicio o ministerio. Ni siquiera en tu visión espiritual, tus objetivos y estrategias para el futuro. Tampoco en tus fracasos pasados o presentes.
3. **Poner los ojos en Jesús...** y no en lo que **sientes**, ya sean sentimientos de felicidad o de tristeza profunda. Puede que te sientas seguro de que eres un hijo de Dios. A veces puedes dudar de tu salvación. La seguridad se encuentra al confiar en Su Palabra (1 Juan 5:10-12). A veces se siente como que el Señor está lejos, dormido y desinteresado. “¿No tienes cuidado que perecemos?”, gritaron los abrumados discípulos (Marcos 4:38). No te fijes en tus sentimientos. Los sentimientos cambian. Pero Jesús no cambia.
4. **Poner los ojos en Jesús...** y no en tu **enfermedad**, en tus dolores, en tus crecientes limitaciones debidas a la edad o al deterioro de tu salud. Consciente de las crecientes limitaciones de su propio cuerpo, Pablo escribió: “Por tanto, no desmayamos; antes aunque este nuestro hombre exterior se va desgastando, el interior no obstante se renueva de día en día... no mirando las cosas que se ven, sino las que no se ven” (2 Corintios 4:16-18).
5. **Poner los ojos en Jesús...** y no en la **doctrina**, las enseñanzas, las declaraciones de fe o las tradiciones de tu iglesia - por muy antiguas o bíblicas que sean. La teología es importante, pero sin Jesús también puede matar (2 Corintios 3:6). Las Sagradas Escrituras nos llevan a Cristo (Juan 5:39).
6. **Poner los ojos en Jesús...** y no en lo que hacen **otros creyentes**, por muy efectivas y bendecidas que sean sus labores, ni en lo que algunos puedan decir de ti y de tus labores, por muy positivos o críticos que sean sus comentarios.
7. **Poner los ojos en Jesús...** y no en la **decadencia moral** que ves en la sociedad que te rodea. Al igual que Lot, fijar tus ojos en la “vergonzosa inmoralidad” y la “gente perversa” que tiene una creciente aceptación social sólo te hará sentir abrumado (2 Pedro 2:7 NTV).
8. **Poner los ojos en Jesús...** y no en **el sistema de este mundo**, sus valores, su moral, sus prioridades y sus símbolos de éxito. Tampoco te fijes en cómo la política, los adinerados y la religión manipulan los medios de comunicación. Jesús advirtió a sus discípulos: “Si el mundo os aborrece, sabed que a mí me ha aborrecido antes que a vosotros. Si fuerais del mundo, el mundo amaría lo suyo; pero porque no sois del mundo, antes yo os elegí del mundo, por eso el mundo os aborrece” (Juan 15:18-19). Es fijando tu mirada en Jesús que te conviertes en luz y sal en este mundo.
9. **Poner los ojos en Jesús...** y no en Satanás y sus **demonios**, ni en las diferentes maneras en que se manifiestan en el mundo que te rodea, ni en cómo seducen a la juventud, destruyen matrimonios, fomentan conflictos (incluso dentro de la iglesia) e infunden miedo, depresión y desesperanza. Sabemos que su misión es “hurtar y matar y destruir” (Juan 10:10). Pero no debemos fijar nuestra mirada en el enemigo.

10. **Poner los ojos en Jesús...** y no en las dificultades, obstáculos y **problemas** a los que te enfrentas. El apóstol Pedro comenzó a hundirse cuando apartó sus ojos de Jesús y fijó sus ojos en el viento y las olas (Mateo 14:29-30).

El Señor sabe que la vida en este mundo caído puede ser difícil. Él recordó a sus discípulos: “En el mundo tendréis aflicción; pero confiad, yo he vencido al mundo” (Juan 16:33). ¡Fijar nuestra mirada en Jesús es fijar nuestra mirada en el Vencedor!

¿Por qué poner los ojos en Jesús? Porque Él es el central en todo. Fijar nuestra mirada en Él nos ayuda a ver todo lo demás con una perspectiva correcta. “Porque en él [Jesucristo] fueron creadas todas las cosas, las que hay en los cielos y las que hay en la tierra, visibles e invisibles; sean tronos, sean dominios, sean principados, sean potestades; todo fue creado *por medio de él y para él*. Y él es antes de todas las cosas, y todas las cosas en él subsisten” (Colosenses 1:16-17). ¡Evidentemente Él es digno! En segundo lugar, debemos fijar nuestra mirada en Jesús, porque su ejemplo nos inspirará: “Por el gozo puesto delante de él sufrió la cruz, menospreciando el oprobio, y se sentó a la diestra del trono de Dios. Considerad a aquel que sufrió tal contradicción de pecadores contra sí mismo, para que vuestro ánimo no se canse hasta desmayar” (Hebreos 12:2-3). Y aquí vemos también una tercera buena razón: ¡impedirá que nos cansemos, perdamos ánimo y desmayemos!

Al buscar fijar tus ojos en Jesús, notarás cambios en tu manera de sentir y vivir...

1. **Al fijar tus ojos en Jesús...** te sentirás motivado a dar, a **sacrificarte** por el bienestar de los demás y por el avance de los propósitos del Padre en la tierra. Notarás que con más frecuencia ves y amas a otros - como Él lo hace. Tu aprecio por la iglesia de Cristo, Su Cuerpo, Su Novia, crecerá. Con más alegría y liberalidad invertirás en Su iglesia.
2. **Al fijar tus ojos en Jesús...** serás inspirado a **soportar** las dificultades y contratiempos que tu Padre celestial pueda permitir en tu vida, tu familia o ministerio.
3. **Al fijar tus ojos en Jesús...** crecerás en tu **amor** por Él. El amor de María por su Maestro crecía a medida que pasaba tiempo con Él. Movida por ese amor, “tomó una libra de perfume de nardo puro, de mucho precio, y ungió los pies de Jesús, y los enjugó con sus cabellos; y la casa se llenó del olor del perfume” (Juan 12:3). A medida que tu amor y tu aprecio por el Señor Jesús crezcan, te convertirás en un mejor adorador.
4. **Al fijar tus ojos en Jesús...** comprenderás mejor tu propia **identidad**, tu propio valor, tu lugar en el gran universal plan de Dios. Aprenderás a aceptar y abrazar las elecciones que tu Padre Amoroso ha hecho para ti, reflejando Su imagen como hombre o como mujer. Durante una temporada, el rey Nabucodonosor adoptó una identidad equivocada, la de un animal. “Mas al fin del tiempo yo Nabucodonosor *alcé mis ojos al cielo*, y mi razón me fue devuelta” (Daniel 4:34). Yo soy quien soy a los ojos de Dios. Ni más, ni menos.
5. **Al fijar tus ojos en Jesús...** querrás crecer en **santidad práctica**, para ser más y más como Él. Te darás cuenta de tus propios defectos y pecados, reconocerás y confesarás lo que está mal y te regocijarás en Su gracia y perdón.

6. **Al fijar tus ojos en Jesús...** recordarás que debes **compartir tus cargas** con Él, cargarlas junto con Él, bajo Su yugo (Mateo 11:28-30). Debes ser lo suficientemente manso y humilde para reconocer tu propia insuficiencia, y recordarte que sin Él no puedes hacer nada (Juan 15:5).
7. **Al fijar tus ojos en Jesús...** recibirás **guía** sobre cómo vivir y qué hacer. En el camino a Jerusalén, los peregrinos cantaban “A ti alcé mis ojos, a ti que habitas en los cielos. He aquí, como los ojos de los siervos miran a la mano de sus señores, y como los ojos de la sierva a la mano de su señora, así nuestros ojos miran a Jehová nuestro Dios” (Salmo 123:1-2). Al permanecer cerca del Maestro, los siervos percibirán mejor sus deseos e instrucciones.
8. **Al fijar tus ojos en Jesús...** recibirás **ánimo** de salir de lo que es cómodo y seguro para ti y asumir el riesgo inherente a la obediencia. Cuando Pedro vio a Jesús y le oyó decir “ven”, se desprendió de la seguridad de su barca. Y mientras miraba a su Señor, “andaba sobre las aguas para ir a Jesús” (Mateo 14:29).
9. **Al fijar tus ojos en Jesús...** te sentirás más libre de la **presión social**, de las muchas y a veces poco realistas expectativas de otros creyentes y también de la cultura secular en la que vives. En Su presencia recibirás la fuerza moral para liberarte de esa telaraña de expectativas humanas.
10. **Al fijar tus ojos en Jesús...** tu corazón se llenará de **gozo**, empezará a arder, especialmente al leer las Escrituras en Su presencia - como dijeron los discípulos de Emaús: “¿No ardía nuestro corazón en nosotros, mientras nos hablaba en el camino, y cuando nos abrías las Escrituras?” (Lucas 24:32). El rey David también observó que “los que miran al Señor quedan radiantes de alegría” (Salmo 34:5 DHH).

¿Cómo fijar los ojos en Jesús? Implica dirigir conscientemente los “ojos de tu corazón” y tu mente hacia Jesús. Recordándote a ti mismo quién es Él, lo que ha dicho, lo que ha hecho, hace y ha prometido hacer. En Hebreos 3:1 somos llamados a “considerad... a Cristo Jesús”, también traducido como “pónganse a pensar seriamente en quién es Jesús” (TLA). Los cristianos pueden hacer esto colectivamente, por ejemplo, al celebrar la santa Cena (Lucas 22:19). Pero también podemos aprender a hacerlo a solas, sacando un tiempo en nuestros ajetreados días, en casa, en el trabajo o durante un viaje, para centrarnos en nuestro Señor y Salvador. Cuando le damos las gracias y le adoramos, cuando recordamos que Él es el Señor y el Rey de nuestras vidas (y que, por tanto, tiene autoridad sobre nosotros), cuando tomamos conciencia de que Él está ahora con nosotros, de que a Él le gusta estar con nosotros, de que se deleita en quienes somos, de que está preparando un lugar para nosotros y de que pronto volverá... nuestro corazón empieza a arder y la situación o la tarea que tenemos ante nosotros empieza a verse diferente. Adquirimos una mejor perspectiva. Nuestra vida y nuestras decisiones toman significado. Comenzamos a ver nuestra vida como Él la ve.

¿Cómo experimentar esto en la práctica? Tal vez estés de acuerdo con todo esto, pero lo sientes muy lejano a lo que estás experimentando en tu vida. Yo también he pasado por eso. A veces noto que aunque confío en Él, sin embargo mi corazón o mi alma se sienten fríos o

desconectados. ¿Cómo podemos mover la verdad de nuestra cabeza a nuestro corazón? Quizá un buen punto de partida sea reconocer nuestro problema. Si no lo reconocemos, podemos volvernos más y más religiosos. O podemos volvernos cínicos. ¿Por qué no ser abiertos con el Señor y contarle nuestra triste situación? Los discípulos pidieron al Señor que les diera fe. A menudo oramos Señor “abra los ojos de nuestra mente” para entender Tu Palabra. ¿Por qué no pedir también al Señor que “abra los ojos de nuestro corazón” para disfrutar más de Su presencia y de Su verdad? A lo largo de los años he descubierto el poder que pueden tener canciones sobre el estado de mi alma. En tiempos de desierto espiritual, incorporo dos o más himnos o canciones en mi tiempo devocional. Las encuentro en YouTube y las reproduzco en mi teléfono móvil. Aquí hay algunas que el Señor ha utilizado a menudo para animarme. Tal vez el Señor utilice alguna de ellas para ayudarte a dirigir y fijar tu mirada en Jesús, en tu mente y también en tu corazón.

1. [Fija tus ojos en Cristo](#)
2. [Jesús te exaltamos](#)
3. [Jesús es el centro](#)
4. [Calma, mi alma \(Paz corazón\)](#)
5. [Eres mi todo](#)

Conclusión

En ese momento cuando nos arrepentimos y entregamos nuestras vidas al Señor Jesús, nacemos de nuevo, encontramos el pozo de agua viva, nuestras almas ‘descansan’, comenzamos la carrera cristiana. En ese momento comienza nuestra vida cristiana. Pero si queremos vivir plenamente, si queremos vivir esa “vida en abundancia”, pronto descubriremos que (a) necesitamos beber diariamente de ese pozo, (b) necesitaremos aprender a tomar Su yugo y llevar nuestras cargas junto a Él, y (c) que para “correr con paciencia la carrera que tenemos por delante” es necesario que lo hagamos con nuestros ojos puestos en Jesús. Sin esta disciplina diaria, vamos a vivir sedientos, agotados o desmotivados. El Señor Jesús se deleita el encontrarse con los Suyos. Eso lo sabes. Lo que puede sorprenderte es que Él se deleita en reunirse contigo. ¡Sí, contigo! ¿Hay algo que te lo esté impidiendo?

Felipe Nunn
Eindhoven, Países Bajos
Mayo 2022

Traducción: Elizabeth León

Fuente: www.philipnunn.com/es/

Utilizo la traducción Reina Valera 1960 a menos que se mencione lo contrario