

CÓMO SUPERAR LA APATÍA ESPIRITUAL

“Las cosas son como son, ¿para qué cambiar?
Después de todo, da lo mismo.”

Esta frase es típica de los apáticos. Y a propósito, ¿ya sentiste la sensación del “da lo mismo”? Esta sensación es un fuerte indicio de que puedes estar sufriendo de apatía.

La apatía es como la inanición. Te deja sin fuerzas, te quita el sabor de la vida, elimina tu alegría. Las personas apáticas no viven, al contrario, casi vegetan. Victoria y derrota significan lo mismo para el que está en este estado. Es como ver el mundo con lentes sucios: se ve todo nublado y manchado. Todo es aburrimiento, y nada es mejor que nada.

¿Conoces la historia de las dos ranas en el agua hirviendo? La que estaba apática murió cocinada.

Sin embargo, cuando la apatía es espiritual, el peligro es mucho mayor. La vida eterna también corre el riesgo de perderse en el agua hirviendo. Y ya que es así, vamos rápidamente a hablar sobre esto.

SENSACIÓN DE BIEN

¿Cuál es el enemigo número 1 de “mejor”? Por increíble que parezca, no es “peor”. Muchos autores concuerdan que el enemigo de “mejor” es BIEN.

Tal vez un proyecto pueda ser mucho mejor, pero de repente, aparece alguien que dice: “Así está bien”. Y así se pierde la oportunidad de hacer algo realmente notable.

Las personas apáticas viven inmersas en la sensación del “BIEN”. Las cosas parecen estar bien de la manera que están. Si alguien dice que es necesario cambiar las cosas, el apático dirá: “Pero, esto siempre funcionó así... está bien”. Es una retórica que siempre se repite: ¿Ropa nueva? Esta está bien. ¿Cuidar la salud? Yo estoy bien. ¿Cambiar estilo? Este ya es conocido y está bien. ¿Nuevos amigos? Con los que tengo está bien.

Cuidado con “bien”. Puedes estar dejando de lado algo realmente excelente. Y redobla los cuidados cuando el asunto es tu relación con Dios. Él no te pide que simplemente seas o estés “bien”, sino que seas o estés lo “mejor” posible. “Sed perfectos como vuestro padre celestial es perfecto”. “Sed santos porque yo soy santo”. ¿Recuerdas estas palabras?

¿De dónde viene la apatía? Si realmente queremos superarla, es bueno conocer su origen. Veamos.

¿SOY O ME TORNO?

A muchos les gusta el viejo dicho “yo nací así”. Pero ¿nacemos apáticos? Creo que no. Podemos nacer con una naturaleza decaída, es verdad, pero es innegable, a no ser

que cuando niños nazcamos con problemas graves de salud, que la buena disposición es nuestra mayor cualidad al colocar nuestros pies en este mundo.

No soy apático al venir al mundo, pero corro el riesgo de transformarme en uno de ellos con el paso del tiempo. Muchas personas son especialistas en cargarnos de apatía. Veamos cómo ocurre esto:

Comparaciones – “Otros ya lo intentaron y no lo consiguieron. ¿Qué te hace pensar que tú lo vas a conseguir?” Recibimos este mensaje todos los días de varias personas. Y comenzamos a creer que es mejor dejar todo como está. Pero ¿quién dijo que no puedes triunfar donde los otros fallaron? Si estás comparándote con los perdedores antes de luchar, estás nivelando tu potencial por lo bajo, y caminando para la apatía.

Críticas – Verdaderas puñaladas en tus ideas y proyectos. “Es inútil esforzarme ya que nada le agrada a las personas”. Este es otro pensamiento que refuerza tu decisión que es mejor parar de intentarlo y decir “así está bien”. ¡Apatía a la vista! Cuidado.

Falta de perspectiva – Las personas que no conocen lo que Dios tiene reservado para el futuro, no ven nada que valga el esfuerzo. Recibes este mensaje en frases del tipo “todo va a terminar en nada”, “alguien va a quedarse con el fruto de tu esfuerzo”, “de cualquier manera todo se va a olvidar”. Estas personas, y tal vez tú mismo, están olvidando que algunas realizaciones son eternas y nos conduce al cielo. ¿Qué tal escuchar las promesas de Jesús?

Falta de desafíos – Cuando no tenemos nada que superar, el resultado es que tampoco superamos la apatía. Todos necesitan desafíos, nuevas metas, nuevas conquistas que nos motiven.

HAY MÁS...

Existen por lo menos dos factores más que son importantes en el origen de la apatía en la vida de muchas personas.

Salud – Si tu cuerpo no está bien, luego vendrá el desánimo. No estás en condiciones de acompañar el ritmo de cada día, y parece que las personas están demasiado animadas para tu gusto. La mente se cansa, los músculos duelen, y en un todo, nada es bueno o placentero.

Malas relaciones personales – Nadie con quien contar para realizar lo que tú quieres. Personas a las que no le interesas de verdad, y que al mismo tiempo son indiferentes para ti. Relaciones vacías o falta de relaciones. Si no hay nadie con quien contar para realizar lo que tú quieres, nadie para reconocer tu esfuerzo, para dividir la victoria, acabas perdiendo el gusto por realizar cualquier cosa.

DESVIA TU ATENCIÓN

El insistir demasiado en algo que no te agrada es una verdadera cuna originadora de apatía. Si no estás feliz con el trabajo, con tus proyectos, con tus cargos en la iglesia o con la falta de cargos, cambia. Tal vez sea un consejo radical, pues no siempre es fácil

encontrar otro empleo, pero si no lo encuentras, cambia la manera en que lo miras, cambia tu comportamiento, tu actitud. En las demás cosas, puedes cambiar tus lugares de placer, la manera cómo trabajas en la iglesia o en la comunidad, las cosas que haces en casa y puedes buscar cosas que te motiven.

Huir de la rutina y de las causas de insatisfacción es un gran paso para derribar la apatía, antes que ella nos derribe. Recuerda, eso también es válido para el área espiritual.

APATÍA ESPIRITUAL

El origen de la apatía espiritual no difiere mucho de la apatía común. Surge del acomodamiento, de la insatisfacción y de la falta de confianza. Ella puede nacer por variadas circunstancias.

Falta de comunión con Dios – Sin la comunión que proporciona la oración, la lectura de la Biblia y el descubrimiento de sus tesoros, todo es monótono, todo es igual, y la apatía espiritual comienza a aparecer.

Falta de compromiso con Él – Sin observar sus leyes, sus pedidos, su verdad, yendo a la iglesia o a los encuentros simplemente por ir, o para ver personas, todo comienza a perder sentido rápidamente.

Ningún trabajo que hacer – Profesión: “calentar asientos”. Éste es el único trabajo de muchos jóvenes en la iglesia. No trabajan, y como consecuencia, no vibran con los resultados. Aquellos que simplemente se sientan y apenas participan, sólo conseguirán aburrimiento y dolor de espalda.

Comparaciones con los otros – Siempre habrá alguien que predica mejor, que canta mejor, que hace amigos más rápido, que es más simpático. Compararse con ellos y creer que no sirves para nada te colocará en estado permanente de inactividad y apatía. No hagas eso.

No conocer sus promesas – No confiar que Cristo volverá, no emocionarse con el poder que pone a tu disposición, no pensar en una tierra renovada y una vida eterna sin problemas.

Falsas creencias (creer que) – Ya discutimos esto, pero aquí es un poco más grave. Por creer que Dios no hará esto o aquello, por creer que hacer algo o no hacer algo no es importante, por creer que las personas son como son, por creer que las promesas de Dios no son para ahora, por creer que los tiempos cambiaron y la Palabra de Dios también, entonces hacemos muchas cosas erradas, y es el motivo por el cual también dejamos de hacer muchas cosas y nos transformamos en insípidos para el mundo, nulos para las actividades. Dejamos de ser la sal de la tierra.

¡SUPERANDO!

Bueno, ahora que ya sabes lo que es apatía, y principalmente apatía espiritual, y de dónde viene, ¿cómo superarla?

Esta es una lucha íntima, trabada en el interior de nuestra mente, la que ganaremos con la ayuda de Cristo. Sin embargo, podemos sugerir algunos pasos que facilitarán la batalla:

Reconoce tu estado – Si no admites el estado de apatía en el que te encuentras (si fuere el caso), tampoco vas a salir de él. Simplemente dirás “así estoy bien”. Para y piensa en tu situación, y se te das cuenta, basado en lo que dijimos que es necesario cambiar, admítelo abiertamente.

Decide vencer – Debes creer que puedes cambiar las cosas. Reúne fuerzas, traza planes y lucha. Decide que no renunciarás a la sensación de felicidad y realización. Decide insistir y buscar la victoria hasta alcanzarla. Visualiza un cuadro mental de victoria y ora todos los días para que sea una realidad en tu vida. ¡Decide vencer! Busca involucrarte – Esto es dar el primer paso. cuando observes que las cosas están ocurriendo, haz un pequeño esfuerzo y di: “Hey, quiero participar de eso”. No seas apenas un observador. Eso hace toda la diferencia.

Dedica tu trabajo a alguien – Tal vez existe alguien para quien te gustaría hacer algo. Entonces dedica tu trabajo a tus amigos, a tu familia, a aquellos que están desamparados y a todos los que consideres apáticos. Ofrece a ellos tus mejores actitudes y realizaciones como un bálsamo para los dolores que el mundo ha causado.

Comparaciones positivas - ¿Por qué elegir a propósito pertenecer al equipo de los que no pueden, de los que no logran y de los que no quieren? Haz comparaciones del tipo “si ellos vencieron yo también venceré”, y elige modelos positivos. Compara tus progresos con los de otros que vencieron, y no te desanimes frente a quien realiza mucho, porque seguramente ellos comenzaron antes. ¡Comienza a caminar y verás que vas a llegar!

Permanece cerca de los realizadores – Renueva tu círculo de amistades. Conversa con personas activas y que se muestran realizadas y satisfechas. Verifica si estas personas se sienten felices y procura descubrir su secreto. Verás que tienen mucho que decir sobre la buena relación con Cristo.

Conoce mejor las promesas de Dios – Saber lo que él espera de ti y también lo que está preparándose hará que tus días estén llenos de significado y la voluntad de realizar y de cambiar va a inundar tu corazón. Además, puedes cobrar en oración muchas otras promesas de Dios para los días de hoy, como fuerza, protección, transformación por el Espíritu Santo, capacitación y todo lo necesario para ayudarte a vencer definitivamente la apatía.

Eso es, sigue adelante y haz una lista de otros pasos que pueden ayudarte. Debes estar consciente de que aún haciendo todo esto, vendrán derrotas y frustraciones, sin embargo ellas son de cierta forma normales en el camino de los que quieren vencer. Sigue adelante y nunca olvides invitar a Cristo a caminar contigo.