



THE  
MENTORING  
PROJECT

# CÓMO RESISTIR LA PRESIÓN SOCIAL: MANTENTE FIRME EN LA FE



JOHN P. NAPPO

# Índice

I. Introducción: El peso de la multitud .....	2
II. Ejemplos de presión social en la Biblia .....	4
<i>Aarón y el becerro de oro</i> .....	4
<i>El rey Saúl y los amalecitas</i> .....	4
<i>Timoteo y las mujeres piadosas en su vida</i> .....	6
<i>Rut y Noemí</i> .....	6
III. El llamado de Jesús a andar por el camino angosto .....	9
<i>Cómo luchar contra la corriente: advertencias bíblicas sobre mimetizarse</i> .....	10
<i>El desafío de Santiago: no seas indeciso</i> .....	10
IV. Formas prácticas de resistir la presión social .....	11
1. <i>Renueva tu mente con las Escrituras</i> .....	11
2. <i>Rodéate de personas piadosas</i> .....	12
3. <i>Ora por valentía y audacia</i> .....	14
4. <i>Vive solo para Uno</i> .....	15
V. Conclusión: una palabra final de aliento .....	17
<i>Jesús permaneció solo</i> .....	17
<i>Seguir a Jesús significa mantenerse firme</i> .....	18

# I. Introducción: El peso de la multitud

Mientras hablaba con mi amigo, me di cuenta de que la experiencia lo había cambiado por completo. Esto fue lo que me contó:

«Lo recuerdo como si fuera ayer. Todo en la casa empezó a hacer ruido, luego a sacudirse y después a caerse de las repisas. Yo vivía en California y “ESO” fue un terremoto, uno muy grande. El suelo se movía arriba y abajo como una tabla de surf en el océano. Al principio, me quedé en estado de *shock*, pero luego salí corriendo a la calle y me di cuenta de que la situación era aún peor. Al cabo de un minuto, que me pareció una hora, todo se calmó misteriosamente. Como puedes imaginar, este terremoto ha sido lo más aterrador y poderoso que he visto en mi vida».

Ni siquiera puedo comenzar a imaginarme por lo que pasó.

Al igual que un terremoto, la presión social es una de las fuerzas más poderosas que moldean nuestras vidas. A diferencia de un terremoto, esta presión no suele gritar, sino susurrar. Rara vez exige, aunque sugiere sutilmente. Sin embargo, sus efectos son profundos. La presión social puede arrastrarnos al pecado, silenciar nuestras convicciones y desviarnos del camino de Dios. Afecta a los alumnos en el aula, a los adultos en el lugar de trabajo e incluso a los líderes en el ministerio. Y aunque la sociedad puede restarle importancia a este tipo de presión diciendo que es algo que sucede en la adolescencia, las Escrituras revelan que el deseo de pertenecer siempre ha sido una tentación para el corazón humano.

Por eso, aquí tenemos una definición:

*La presión social es la tentación de creer o comportarse de cierta manera porque nuestros amigos o las personas que nos rodean esperan que lo hagamos, o, al menos, así lo creemos nosotros.*

Deseamos agradar a los demás y, en el proceso, comprometemos nuestras creencias o nuestra moral. Como queremos ser aceptados y no queremos sobresalir entre la multitud, seguimos la corriente, incluso cuando sabemos que no deberíamos.

Desde el principio, Dios ha llamado a su pueblo a vivir de forma diferente, a resistir la presión del mundo y a caminar por la estrecha senda de la rectitud. Consideremos la palabra de Salomón en Proverbios 1:10: «Hijo mío, si los pecadores quieren engañarte, no vayas con ellos». La realidad es que la gente pecadora querrá engañarnos. La cuestión no es si nos enfrentamos a la presión de los demás, sino cómo respondemos cuando llega.

En Romanos 12:2a se encuentra uno de los mandatos más directos de las Escrituras en cuanto a la presión social. Allí Pablo escribe: «No se amolden al mundo actual, sino sean transformados mediante la renovación de su mente».

Pablo advierte que el mundo siempre está tratando de presionarnos para que nos amoldemos a él: a su manera de pensar, actuar, hablar y vivir. En el reino físico, el espíritu de este mundo nos ataca de diferentes maneras, pero estemos seguros de esto: su objetivo no es nuestra carne, sino nuestras almas. Él viene a robar, matar y destruir.

La presión para amoldarse no se trata solo de comportamientos externos, sino también de lealtades internas. ¿Serviremos al Dios que nos llama a la santidad o seguiremos al mundo que nos lleva a la destrucción?

Nunca olvidaré cómo la presión de mis amigos casi arruina mi relación con mi (ahora) esposa, Patricia. Sucedió cuando nos conocimos. Al terminar la escuela secundaria, me mudé a Colorado, donde conocí a Patricia y rápidamente nos entendimos muy bien. Después de unos meses de relación, volví a Buffalo, mi ciudad de origen. Mientras estaba en casa, pasé algún tiempo con mis amigos de la infancia. En el transcurso de una semana, me convencieron de que dejara a Patricia. Cuando volví a Colorado, le di la típica charla de «deberíamos ser solo amigos». Eso no le cayó bien. Estaba destrozada, y la verdad es que yo también lo estaba. La decisión de terminar con ella no fue mía. Mis amigos me presionaron a hacerlo. Lo más absurdo es que ni siquiera recuerdo su razonamiento. Lo hice porque quería que me aceptaran.

Menos mal que Dios es más grande que la presión de mis amigos. Patricia y yo llevamos cuarenta y tres años casados. Tenemos cuatro hijos y diez nietos. De vez en cuando me recuerda lo tonto que fui. La buena noticia es que Dios es capaz de vencer nuestras debilidades y redimir nuestros fracasos.

### **Preguntas para reflexionar:**

1. ¿Qué te viene a la mente cuando se trata de la presión social?
2. ¿Cuáles son algunas de las fuerzas de tu vida en las que sientes más presión?
3. ¿Quiénes son las personas que más influyen en ti?

La Biblia contiene varios ejemplos en los que la presión de la multitud influyó en el pueblo de Dios de maneras muy dañinas. Tal vez puedas identificarte con algunas de las situaciones siguientes.

## II. Ejemplos de presión social en la Biblia

### *Aarón y el becerro de oro*

La historia de Aarón y el becerro de oro en Éxodo 32 es uno de los ejemplos más evidentes de lo que sucede cuando el liderazgo sucumbe a la presión social. Moisés había subido al monte Sinaí para encontrarse con Dios, y el pueblo se puso ansioso durante su ausencia. En lugar de esperar con fe, los israelitas permitieron que la impaciencia se convirtiera en rebelión. Fueron a Aarón y le exigieron que les hiciera un dios que los guiara, algo tangible, algo que pudieran ver.

Aarón, que había sido testigo de primera mano de las poderosas obras de Dios —las plagas en Egipto, la división del mar Rojo, la provisión diaria de maná— sucumbió ante ellos y les pidió que le entregaran su oro. Con esas ofrendas fabricó un becerro de oro y exclamó al pueblo: «Israel, ¡aquí tienes a tus dioses que te sacaron de Egipto!» (Éxodo 32:4). ¡Qué colapso espiritual! ¿Qué llevó a Aarón, un hombre tan familiarizado con el poder de Dios, a traicionar los mandamientos? No fue ignorancia, sino la presión. La voz de la multitud se volvió más fuerte que la convicción de Aarón.

Este momento es una advertencia aleccionadora para todos los creyentes: la proximidad a Dios no nos inmuniza contra la presión social. El fracaso de Aarón no fue por falta de conocimiento, sino por falta de valor. Su miedo al hombre pesó más que su temor a Dios. Y porque tuvo miedo, condujo a toda una nación a la idolatría. En este sentido, no somos muy diferentes a él. Cuando nosotros, al igual que Aarón, cedemos ante la multitud en lugar de defender nuestras convicciones, inevitablemente también guiamos a otros por el camino equivocado.

### *El rey Saúl y los amalecitas*

Otro ejemplo trágico de la presión social en las Escrituras se encuentra en la vida del rey Saúl. En 1 Samuel 15, Dios le dio una orden clara a través del profeta Samuel: debía destruir completamente a los amalecitas y todo lo que les pertenecía. Sin embargo, Saúl no obedeció del todo, sino que perdonó al rey Agag y permitió que el pueblo se quedara con lo mejor de su ganado. Cuando Samuel lo confrontó, Saúl trató de justificar sus acciones echándole la culpa al pueblo y alegando que los animales eran para sacrificios. No obstante, la verdad terminó saliendo a la luz, y el rey acabó admitiendo lo siguiente: «Los soldados me intimidaron y les hice caso» (1 Samuel 15:24b).

Esas palabras revelan el problema de raíz: a Saúl le importaba más la aprobación del pueblo que la de Dios. Deseaba que lo quisieran, incluso que lo respetaran. Quería mantener su popularidad, pero, al hacerlo, renunció a algo mucho más grande: el favor de Dios y su reino. La falta de firmeza de Saúl a la hora de obedecer solo a Dios le costó todo. Con el tiempo, Dios le quitaría el reino y se lo daría a David, un hombre conforme a su corazón.

La historia de Saúl nos recuerda que nunca vale la pena ceder en lo que Dios nos dice que es correcto solo por el deseo de ser aceptados. Habrá momentos en que la obediencia a Dios requerirá que

vayamos en contra de la mayoría. En esos momentos, debemos decidir: ¿a quién tememos más, a los demás o a Dios?

### *Pedro niega a Jesús*

¿Puedes creer que Pedro —el más audaz de los discípulos de Jesús— también se enfrentó a la presión social y cedió a ella? Después de haber seguido a Jesús durante tres años, dijo que no lo conocía. Y esto después de haberle dicho al Señor: «[...] estoy dispuesto a ir contigo tanto a la cárcel como a la muerte» (Lucas 22:33). Sin embargo, cuando llegó el momento de la prueba —cuando Jesús fue arrestado y llevado a la casa del sumo sacerdote—, el valor de Pedro cedió ante el miedo. En un patio, rodeado de extraños, tres veces se le acercaron y le preguntaron si estaba con Jesús. A lo que una y otra vez él respondió: «[...] no lo conozco» (Lucas 22:57).

En un momento estremecedor, tras las tres negaciones de Pedro, «el Señor se volvió y miró directamente a Pedro» (Lucas 22:61a). Pedro, devastado por el peso de su fracaso, salió de la ciudad y lloró con gran amargura.

La negación de Pedro nos muestra que la presión social no discrimina; no le importa cuánto tiempo hayas caminado con Jesús o cuán apasionadas hayan sido tus declaraciones de lealtad hacia Él. La presión que ejercen las personas te encontrará en un momento de debilidad, en un entorno de miedo, cuando haya mucho en juego y el costo parezca demasiado alto.

La historia de Pedro nos recuerda que la presión social no es algo que suceda solo en la adolescencia. Todos los cristianos enfrentamos momentos en los que defender a Cristo requiere valor. Y en esos momentos, o nos dejamos llevar por el miedo al hombre o por la fe en Dios. ¿Alguna vez te pusieron a prueba como a Pedro y, al igual que él, fracasaste? La buena noticia es que la historia de Pedro no terminó en negación y tampoco la tuya. Después de que Jesús resucitó de entre los muertos, restauró a Pedro (Juan 21), demostrando que incluso nuestros peores fracasos pueden ser redimidos cuando nos arrepentimos de nuestro pecado y nos volvemos a Jesús.

Una vez, conocí a un joven llamado James, un atleta destacado en la escuela secundaria, un líder nato, capitán del equipo de fútbol americano y asiduo asistente al grupo de jóvenes. Sus entrenadores decían que tenía muchas posibilidades de jugar al fútbol en la universidad. Pero un viernes por la noche, sus compañeros de equipo lo invitaron a una fiesta. Él sabía lo que habría allí: alcohol, drogas y la presión social de tener que ser parte de eso. Al principio, dudó. Incluso dijo que no. Pero sus amigos empezaron a burlarse de él. «Vamos, hermano. No seas blando. ¿Tienes miedo de un poco de diversión? No nos vas a dejar colgados, ¿verdad?».

Con el tiempo, la presión le ganó. Esa noche se convirtió en muchas más noches llenas de alcohol, drogas y mujeres. Una sola fiesta se convirtió en un estilo de vida. James empezó a faltar a los entrenamientos, a ignorar sus estudios y a alejarse de su fe. Sus calificaciones se vinieron a pique, su reputación cambió. Los cazatalentos dejaron de presentarse, las ofertas de becas desaparecieron.

James cedió, no porque no supiera que estaba mal, sino porque su necesidad de ser aceptado pesaba más que el deseo de hacer lo correcto. Ahora, años más tarde, recuerda esa temporada con profundo remordimiento, no solo por lo que perdió en el campo de juego, sino porque sabe que cambió propósito por popularidad.

¿Hay alguna alternativa a la presión social que te lleva a pecar? ¡La respuesta es sí! Así como los malos ejemplos nos presionan para que nos alejemos del Señor, los ejemplos de personas piadosas nos animan a seguirlo. Consideremos los siguientes ejemplos de personas piadosas en la Biblia.

### *Timoteo y las mujeres piadosas en su vida*

Timoteo es conocido por ser uno de los colaboradores de mayor confianza de Pablo en el ministerio. Además de ser un fiel servidor, maestro y líder de la Iglesia primitiva, fue pastor en Éfeso, hizo viajes misioneros y recibió dos cartas personales de Pablo que ahora forman parte de las Escrituras. Curiosamente, el camino espiritual de Timoteo no comenzó con Pablo, sino con la tranquila fidelidad de su madre, Eunice, y de su abuela, Loida.

En 2 Timoteo 1:5, Pablo le escribe a Timoteo destacando su crianza espiritual: «Traigo a la memoria tu fe sincera, la cual animó primero a tu abuela Loida, a tu madre Eunice y ahora te anima a ti. De eso estoy convencido».

Estas mujeres transmitieron algo más que creencias, transmitieron una fe viva. Probablemente le enseñaron a Timoteo el Antiguo Testamento desde una edad temprana (2 Timoteo 3:15), le explicaron cómo orar y ejemplificaron lo que significaba amar y servir a Dios en la vida diaria. A pesar de vivir en un hogar de fe mixta (su padre era griego, seguramente no era creyente), Eunice y Loida le enseñaron a Timoteo lo que significaba seguir a Jesús.

Cuando Pablo conoció a Timoteo en Hechos 16, los hermanos de su iglesia local ya «hablaban bien» de él (versículo 2). Esa reputación no era accidental, sino el resultado de años de influencia intencional por parte de su familia.

La vida de Timoteo nos recuerda que la influencia de personas piadosas a menudo se da en momentos que pasan desapercibidos y son de lo más normales. Tal vez Eunice y Loida no tuvieron ministerios públicos ni grandes plataformas, pero su fiel inversión en un joven ayudó a moldear el futuro de la Iglesia.

Su historia anima a padres, abuelos, mentores y discípulos a no subestimar nunca el impacto de la fe personal practicada de forma constante. Los ejemplos de personas piadosas contrarrestan la presión social que nos lleva a pecar. En lugar de sucumbir a la tentación de vivir como el mundo, podemos mirar a quienes siguen a Jesús y tomar su ejemplo. La fe, cuando se vive de manera sincera, se vuelve contagiosa. Lo que comenzó con Loida se transfirió a Eunice y echó raíces en Timoteo, lo que terminó dando fruto en innumerables personas.

### *Rut y Noemí*

La historia de Rut comenzó con una gran tristeza. Ella, una joven moabita, se casó con un hombre israelita que murió poco después de haberse casado. Rut quedó viuda, pero no estaba sola. Su suegra Noemí también había enviudado recientemente. Para empeorar aún más las cosas, la cuñada de Rut, Orfa, también había enviudado. Noemí, amargada y afligida por la pérdida de su marido y de sus dos hijos, decidió volver a Belén y les rogó a sus nueras que regresaran a su pueblo y empezaran una nueva vida.

Orfa acabó accediendo, pero Rut hizo algo sorprendente. Se aferró a Noemí e hizo una de las declaraciones de lealtad y fe más profundas que se encuentran en las Escrituras: «[...] iré adonde tú vayas y viviré donde tú vivas. Tu pueblo será mi pueblo y tu Dios será mi Dios» (Rut 1:16b)

¿Qué llevaría a una joven viuda de una nación pagana a abandonar su tierra natal, adentrarse en una cultura extranjera y adoptar al Dios de Israel como propio? Fue la vida de Noemí. Rut había sido testigo de la integridad de su suegra, de su cuidado, de su resiliencia a pesar del dolor. Incluso en la aflicción, Noemí le había mostrado algo real, algo que Rut quería para sí misma.

La decisión de Rut lo cambió todo. Se puso a trabajar en el campo y allí conoció a Booz, un hombre piadoso que le mostró su bondad. A través de una serie de eventos divinos, Rut se casó con Booz y se convirtió en la bisabuela del rey David, lo que la coloca en el linaje directo de Jesucristo.

La influencia de personas piadosas no requiere perfección, sino autenticidad. Noemí había sufrido en gran manera. Había perdido a su esposo y a sus dos hijos. Incluso se describió a sí misma como amargada. Sin embargo, su vida seguía dando testimonio de la presencia y la fidelidad de Dios.

Este es el poder de la influencia: Rut vio algo en Noemí que valía la pena seguir, aunque eso significaba un gran riesgo en lo personal. Gracias a la fe silenciosa de Noemí, Rut se adentró en un futuro que jamás podría haber planeado.

Probablemente Noemí nunca imaginó que su historia moldearía la historia del mundo, pero así es como obra Dios. La fidelidad ordinaria abre las puertas para un impacto extraordinario.

De nuestras propias experiencias y a través de la lectura de la Biblia aprendemos que la presión social es algo que todos enfrentamos. Ya sea Aarón, Saúl o Pedro, en la raíz de sus fracasos había un punto en común: el miedo al hombre en lugar del temor a Dios. ¿Cómo podemos mantenernos firmes ante la presión social? En parte, resistimos al encontrar y seguir ejemplos de personas piadosas. Ya sea mediante un padre, entrenador, maestro, pastor o amigo, una relación de mentoría donde se practica la piedad para que pueda ser imitada es una de las mejores maneras de vencer la presión social. Timoteo siguió los ejemplos de su madre y su abuela. Rut siguió a Noemí.

La pregunta es: ¿a quién estás siguiendo tú?

## **Preguntas para reflexionar:**

1. ¿Por qué Aarón, Saúl y Pedro cedieron ante la presión? ¿De qué manera sus historias reflejan las luchas que enfrentamos hoy en día? ¿Alguna vez has cedido por miedo o por el deseo de aprobación?



2. ¿Cómo nos ayuda la restauración de Pedro a reflexionar sobre nuestros propios fracasos? ¿Te cuesta creer que Jesús nos perdona cuando fracasamos?
3. ¿Cuáles son las formas más comunes en que experimentas la presión social? ¿Qué te ha ayudado a mantenerte firme?
4. ¿Qué hizo tan fuerte la influencia de la familia de Timoteo o la de Noemí? ¿Quién ha influido así en tu fe, y cómo puedes hacer tú lo mismo por otras personas?
5. ¿Cómo podemos detectar cuándo la presión social nos está apartando de la voluntad de Dios? ¿Qué hábitos o sistemas de apoyo pueden ayudarte a mantenerte firme en tu fe?

### III. El llamado de Jesús a andar por el camino angosto

Jesús nunca suavizó lo que significaba seguirlo. Desde el principio de su ministerio, dejó claro que el discipulado no es para los débiles de corazón. No es un camino casual ni un pasatiempo cultural. Seguir a Jesús es un llamado radical a alejarse de la multitud y a andar por el camino angosto, un camino de convicción, valentía y sacrificada obediencia. Jesús llamó a sus discípulos a nadar contra la corriente de su tiempo, y nos llama a nosotros a hacer lo mismo en nuestro tiempo.

En Juan 15:18-19a, Jesús dijo a sus discípulos: «Si el mundo los aborrece, tengan presente que antes que a ustedes me aborreció a mí. Si fueran del mundo, el mundo los amaría como a los suyos». Son palabras aleccionadoras. Jesús no está planteando el peor de los escenarios; está describiendo la vida cristiana normal. Caminar con Él es no caminar con el mundo. El rechazo, la presión, la exclusión y la resistencia no son señales de que estamos fracasando; a menudo son señales de que estamos andando por el mismo camino por el que anduvo nuestro Salvador. Jesús no nos ofreció el aplauso de los hombres; nos ofreció una cruz. No nos prometió la paz con el mundo, sino la paz con Dios.

En Mateo 7:13-14, vuelve a advertirnos: «Entren por la puerta estrecha. Porque es ancha la puerta y espacioso el camino que conduce a la destrucción, y muchos entran por ella. Pero estrecha es la puerta y angosto el camino que conduce a la vida, y son pocos los que la encuentran». Esa palabra —«pocos»— no debería desanimarnos. Debería despertarnos. La estrechez del camino no es un fracaso del evangelio, sino que señala el precio del verdadero discipulado. Seguir a Jesús no consiste en encontrar el camino más cómodo y aceptado, sino ser fieles sin importar el precio.

Vivimos en un mundo adicto a la comodidad, la popularidad y el aplauso. A menudo la presión social nos tienta con uno de estos lujos: «Haz esto y serás popular entre tus compañeros. Prueba esto solo esta vez y te ganarás el favor de tus amigos. Mira para otro lado en esto y te irá mucho mejor en el trabajo». En cada uno de estos escenarios, lo que se ofrece cuando se cede es el beneficio propio.

No obstante, Jesús nos llama a algo más elevado que nosotros mismos. Es decir, nos llama a vivir para Él, no para nosotros. Vivir para Jesús significa vivir una vida de santidad, humildad y enfoque celestial. Esta vida no siempre es fácil. De hecho, rara vez lo es. Pero vivir para Jesús siempre vale la pena. Apartarnos no significa alejarnos físicamente de la sociedad. Más bien, resistir la presión social y seguir a Jesús significa que vivimos con claridad moral, integridad espiritual y lealtad inquebrantable a Cristo, incluso cuando nos cuesta relaciones, reputación o estatus. La presión social intenta que nos mimeticemos con el mundo. Irónicamente, nos promete que, si nos mimetizamos, acabaremos destacándonos. Al final, sin embargo, estas promesas nunca se cumplen. Seguir a Jesús no es así. Él exige que le juremos nuestra máxima lealtad, que lo elijamos a Él antes que a nosotros mismos. Cuando lo hacemos, Él dice que nos convertirá en «la luz del mundo» (Mateo 5:14). En otras palabras, seguir a Jesús en primer lugar significa sobresalir, pero por Él, no por nosotros.

Así que cuando nos pidan que comprometamos nuestra integridad en el trabajo o nuestra popularidad en la escuela o nuestra comodidad personal en casa, recordemos que Jesús quiere que sobresalgamos por su causa. Él quiere que hagamos lo correcto, no para nuestra gloria, sino para la suya. Él desea que seamos ejemplo para quienes nos presionan en lugar de seguir el ejemplo que ellos nos están dando a nosotros y a los demás.

Seguir a Jesús es ser incomprensidos, ser objetos de burla, ser diferentes. Pero también es caminar con Aquel que se quedó solo ante Pilato, fue abandonado por sus amigos más cercanos y crucificado por la misma multitud que una vez lo aclamó. A pesar de todo eso, Él nunca transigió, nunca cedió, nunca vaciló. Y ahora se dirige a nosotros y nos dice: «Sígueme».

### *Cómo luchar contra la corriente: advertencias bíblicas sobre mimetizarse*

La Biblia nos recuerda innumerables veces que la presión para amoldarnos es una batalla espiritual real y mortal. En Juan 15, Jesús instó a sus discípulos a permanecer en Él. Esa palabra —permanecer— implica que habrá fuerzas poderosas que tratarán de alejarnos de Jesús. En 2 Timoteo 2:4, Pablo advierte que un buen soldado de Cristo no «se enreda en cuestiones civiles». El ruido, las distracciones y las presiones del mundo son como enredaderas que tratan de envolver nuestra alma y ahogar nuestro llamado.

En la parábola del sembrador, Jesús habla de la semilla que es ahogada por «las preocupaciones de esta vida, el engaño de las riquezas y muchos otros malos deseos» (Marcos 4:19). Esa es la presión social disfrazada: la presión por tener un buen desempeño, por tener éxito, por encajar, por estar a la altura, por no ofender. Y si no tenemos cuidado, esos deseos ahogarán nuestro fruto espiritual y sofocarán nuestra fe.

Larry trabajaba como gestor de cuentas de garantía en una importante empresa automotriz situada en el centro de Ohio. También es un cristiano devoto. Sin que la empresa de Larry lo supiera, una nueva línea de coches había salido de la fábrica con un importante defecto en el *airbag* del lado del conductor. Si los coches colisionaran, el *airbag* probablemente no se desplegaría, lo que dejaría al conductor desprotegido frente al volante y el parabrisas. A medida que iban llegando los reportes sobre este defecto, Larry estaba seguro de que la empresa emitiría de inmediato una garantía que sería cubierta por la cuenta que él gestionaba. Al cabo de unas semanas, no se había emitido ninguna garantía. Larry presionó a sus supervisores al respecto, pero ellos se mostraron inflexibles. Lo mejor para la empresa, dijeron, era esperar a que llegaran más reportes. Esperar significaba ahorrar dinero y, a sus ojos, eso valía la pena.

Larry sintió que no podía, según su conciencia, continuar siendo cómplice de la cobardía de la empresa. Se dirigió a sus supervisores y les dejó claro que, si la empresa no defendía sus vehículos y protegía a sus clientes, él no podría seguir en ella. Le contestaron que probablemente lo mejor sería que se marchara.

¿Qué habrías hecho tú en el lugar de Larry? ¿Habrías defendido lo que era correcto o te habrías quedado callado? Para Larry, la elección fue sencilla. Si iba a seguir a Jesús, tenía que defender lo que era correcto, sin importar el costo.

### *El desafío de Santiago: no seas indeciso*

Pocas personas en las Escrituras son tan prácticas y directas como Santiago, el medio hermano de Jesús. En Santiago 1:2-3, nos da una fórmula poderosa para la resistencia espiritual: «Hermanos míos, considérense muy dichosos cuando tengan que enfrentarse con diversas pruebas, pues ya saben que la prueba de su fe produce perseverancia». Las pruebas —incluida la presión social— no son desvíos en el crecimiento espiritual, sino herramientas que Dios utiliza para forjar la madurez y construir la fortaleza interior.

Luego, Santiago describe un enemigo clave de la valentía y el enfoque espiritual: la indecisión. Dice así: «[...] quien duda es como las olas del mar, agitadas y llevadas de un lado a otro por el viento. Quien es así [...] es indeciso e inconstante en todo lo que hace» (Santiago 1:6-8). La persona indecisa trata de vivir en dos reinos al mismo tiempo. Es como estar a horcajadas sobre una cerca o vivir con un pie en el mundo y el otro en la Palabra. Santiago lo deja claro: no se puede seguir a Jesús y caminar con el mundo.

Y lo remarca aún más con otra metáfora: «¿Puede acaso brotar de una misma fuente agua dulce y agua amarga?» (Santiago 3:11). Viví varios años en New Bern (Carolina del Norte), junto al río Neuse. New Bern es donde el río que viene del interior se encuentra con el océano. ¿El resultado? Agua salobre: una mezcla de agua salada y agua dulce. Es turbia, no se puede beber y se asemeja a un té desagradable. Esa es la idea que Santiago nos da del creyente indeciso. Y eso es exactamente de lo que Dios quiere librarnos.

Lo que esto significa es que cada enfrentamiento con la presión social es en realidad una prueba de lealtad. Al igual que para Larry, seguir a Jesús a menudo implica decirle sí a Él y no al mundo. ¿Estás preparado para decirle sí a Jesús?

### **Preguntas para reflexionar:**

1. Jesús dijo que el mundo odiaría a sus seguidores. ¿Alguna vez has sido víctima de este odio? ¿Cómo lo manejaste?
2. ¿Te has encontrado alguna vez viviendo una vida llena de «indecisión»? ¿De qué manera? ¿Cómo dejaste de hacerlo?
3. ¿Qué significa para ti andar hoy por el «camino angosto»?
4. ¿Hay algo que la Palabra de Dios te llama a hacer y que, hasta ahora, te has negado a hacer por lo que pensarían o harían tus amigos? ¿De qué se trata?

## **IV. Formas prácticas de resistir la presión social**

Independientemente de la etapa de la vida en la que estemos, nos enfrentaremos a la presión social. Desde los entornos sociales hasta las redes sociales, desde las amistades hasta las reuniones familiares, la tentación de comprometer las convicciones por la aprobación de los demás es incesante. Sin embargo, la Palabra de Dios nos brinda poderosas herramientas para mantenernos firmes, caminar en la verdad y vivir en audaz obediencia a Cristo.

Estas son cuatro maneras prácticas tomadas de las Escrituras para resistir la presión social con fe inquebrantable.

### ***1. Renueva tu mente con las Escrituras***

La primera —y más vital— línea de defensa contra la presión social es la Palabra de Dios. Cuando la cultura que nos rodea bombardea sin cesar nuestras mentes con mensajes de placer, autopromoción y

relativismo moral, buscando que cedamos en nuestras convicciones, necesitamos algo más poderoso que la fuerza de voluntad para resistirla. Las voces del mundo, a través del entretenimiento, los medios de comunicación, la música, los anuncios e incluso las conversaciones, no paran. Moldean valores y expectativas, diciéndonos qué vestir, cómo pensar y qué creer. Sin una disciplina espiritual intencional, empezamos a absorber estos mensajes inconscientemente. Por eso las Escrituras deben ser nuestra ancla.

Las palabras de Pablo en Romanos 12:2a son claras y contundentes: «No se amolden al mundo actual, sino sean transformados mediante la renovación de su mente». Cabe señalar que Pablo no está sugiriendo, está ordenando. Pero ¿cómo podemos hacerlo? La presión social nos tienta a amoldarnos. La respuesta que Pablo ofrece es que nuestras mentes sean renovadas con la Palabra de Dios. La transformación no comienza en el exterior, sino en lo más profundo de lo que somos: nuestras creencias, nuestros pensamientos y nuestras convicciones internas.

Renovar nuestra mente significa remodelar nuestro pensamiento con la verdad divina hasta empezar a ver el mundo, a nosotros mismos y a los demás como lo hace Dios. No se trata de una acción puntual, sino de una decisión diaria. De hecho, renovar nuestra mente con la Palabra de Dios es una de las principales actividades de la vida cristiana. Cuando la Palabra de Dios hable más fuerte y con más autoridad que cualquier otra cosa, descubriremos que la presión social se disipa.

El rey David, en Salmos 119:9, hace una pregunta que todo cristiano debería detenerse a considerar: «¿Cómo puede el joven mantener limpio su camino? Viviendo conforme a tu palabra». La Palabra de Dios protege nuestros corazones del engaño, fortalece nuestras convicciones y nos da las herramientas para resistir la tentación. Sin ella, hasta el más fuerte caerá. Pero cuando la Palabra habita abundantemente en nosotros, se convierte en nuestra brújula interna y nos guía cuando las decisiones son difíciles, recordándonos que Jesús murió por nosotros, de modo que nuestras vidas ya no nos pertenecen. Le pertenecen a Él y debemos vivirlas para su gloria.

La Biblia es tanto una lente como una espada. Nos da claridad y valor. Las Escrituras no solo nos informan, sino que nos transforman. Según Efesios 6:17, la Palabra de Dios es «la espada del Espíritu». Es nuestra arma ofensiva en una batalla espiritual. Cuando Jesús fue tentado en el desierto, no ofreció razones mundanas a Satanás, sino que citó las Escrituras. Cuando somos tentados, debemos hacer lo mismo. En la tentación, debemos correr a la Palabra de Dios y obedecerla.

Esta es una metáfora útil: piensa en tu mente como una esponja. Lo que absorbe es lo que saldrá cuando esté bajo presión. Si tu mente está saturada de los valores del mundo, entonces cuando enfrentes la presión social, de ti saldrá confusión y miedo y cederás en tus convicciones. Pero si tu mente está empapada de la verdad de Dios, entonces cuando la presión aumente, lo que saldrá de ti será valentía, claridad y convicción. Eso no es el resultado de tu fuerza, es el fruto del tiempo vivido en la presencia de Dios y en su verdad.

## *2. Rodéate de personas piadosas*

Una vez oí decir que la comunidad en la que estamos forma nuestro carácter, seamos o no conscientes de ello. Las personas con las que solemos relacionarnos influyen en nuestros pensamientos, moldean nuestra forma de hablar, guían nuestras decisiones y tienen un impacto en nuestro crecimiento espiritual. Nadie es completamente inmune a la influencia. Por eso, en las Escrituras se nos ordena que

seamos intencionales con las relaciones que cultivamos. Pablo escribe en 1 Corintios 15:33: «No se dejen engañar: “Las malas compañías corrompen las buenas costumbres”». Si pasamos mucho tiempo rodeados de personas negativas, transigentes o espiritualmente apáticas, acabaremos reflejando sus valores. En cambio, si caminamos cerca de los sabios, creceremos en sabiduría y santidad.

La compañía que tengamos fortalecerá o saboteará nuestras convicciones. Si nuestros amigos más cercanos menosprecian nuestras creencias, no le dan importancia al pecado o siempre nos llevan a situaciones en las que se pone a prueba nuestra integridad, nuestra alma empezará a amoldarse. La influencia es poderosa. Así como «el hierro se afila con el hierro» (Proverbios 27:17), las personas se influyen unas a otras, ya sea para bien o para mal.

Ahora bien, esto no significa que debamos alejarnos del todo de los no creyentes o evitar a toda persona que no sea espiritualmente madura. Jesús no hizo eso. Él comió con pecadores, se relacionó con recaudadores de impuestos y tuvo compasión de los perdidos. No obstante —y esto es fundamental—, Él influyó en ellos; ellos no influyeron en Él. Él caminó en la verdad aun cuando estaba rodeado de oscuridad. La pregunta que debemos hacernos constantemente es: ¿quién está moldeando a quién?

Nadie tendrá un historial perfecto en cuanto a enfrentarse a la presión de amoldarse. No se trata de perfección, sino de dirección. ¿Tus compañeros más cercanos te acercan a Jesús o te van alejando de Él silenciosamente? ¿Están tus amistades marcadas por la oración, la verdad, la rendición de cuentas y el ánimo, o por el chisme, la transigencia y la deriva espiritual? La respuesta es más importante de lo que creemos. De hecho, nuestro bienestar espiritual está a menudo ligado a la dirección espiritual de nuestras relaciones más cercanas.

Hay un dicho muy conocido: «Dime con quién andas y te diré quién eres». Esa no es solo una frase ingeniosa, sino una verdad arraigada en la Palabra de Dios. Si caminamos con personas que aman al Señor, que nos desafían a crecer y que no temen decir la verdad en amor, nos volveremos espiritualmente más fuertes. Pero si siempre nos rodeamos de personas que normalizan el pecado, devalúan las Escrituras o tratan la fe como opcional, es solo cuestión de tiempo para que nuestro propio caminar con Cristo se vea afectado.

Por eso es vital que te conectes con una comunidad piadosa. Únete a un grupo pequeño, encuentra un estudio bíblico, asiste a reuniones donde la gente busque a Cristo. No te limites a asistir; también participa, abre tu corazón y deja que otros hablen a tu vida. Las amistades espirituales no se forman de la noche a la mañana, y no suceden por accidente. Son el resultado de un esfuerzo intencional, de una búsqueda en oración y de un hambre en común por la verdad.

Pero no solo busques amigos piadosos; sé uno de ellos. Después de todo, parte de seguir a Jesús es ayudar a otras personas a seguirlo. Así que esfuérzate por convertirte en el tipo de amigo que anima, alienta, exhorta y se mantiene firme en la fe. Sé la persona que no teme decir: «Oremos por ello» o «Veamos qué dicen las Escrituras». Sé quien eleva a los demás, quien lleva sus cargas y quien camina en la verdad cuando sería más fácil alejarse.

La presión social pierde su fuerza cuando caminamos con personas que también caminan con Jesús. Solos, somos vulnerables. Juntos, somos fuertes. Eclesiastés 4:9-10 dice: «Mejor son dos que uno [...]. Si caen, el uno levanta al otro». Esta es la belleza de la amistad con personas piadosas: no solo nos protege del pecado, sino que nos ayuda a crecer en la gracia.

Así que haz un inventario de tus relaciones. Hazte las preguntas difíciles y, si es necesario, haz un cambio. No subestimes el papel que desempeña tu comunidad en tu formación espiritual. Las personas adecuadas te ayudarán a ser más como Cristo.

### *3. Ora por valentía y audacia*

Una de las razones más comunes por las que la gente cede ante la presión social es el miedo. No siempre es el miedo al peligro físico, sino más bien el miedo más silencioso y sutil al rechazo, a ser incomprendidos, a no encajar, a que se rían de nosotros, a que nos etiqueten o nos dejen de lado. Este miedo es poderoso y suele convencer incluso a los creyentes más fieles de permanecer callados cuando deberían hablar, de mimetizarse cuando se los llama a sobresalir y de transigir cuando deberían mantenerse firmes.

No obstante, la respuesta al miedo no es la confianza en uno mismo, sino la confianza en Dios. La solución no es pretender ser fuertes, sino reconocer nuestra debilidad y acudir a la única fuente de verdadero valor: el Espíritu Santo. Las Escrituras no nos llaman a confiar en la personalidad o el carisma, sino a clamar a Dios por una audacia que va más allá de nosotros mismos.

Proverbios 28:1 declara: «El malvado huye aunque nadie lo persiga; pero el justo vive confiado como un león». Este tipo de confianza no viene de adentro, sino de saber quiénes somos en Cristo. Un león no es valiente porque trata de serlo, sino porque sabe lo que es. De la misma manera, cuando entendemos nuestra identidad en Jesús —escogidos, perdonados, amados, fortalecidos y comisionados—, comenzamos a caminar con un tipo diferente de valentía, no con arrogancia ni orgullo, sino con la audacia que viene del Espíritu.

La Iglesia primitiva es nuestro modelo para esto. En Hechos 4, luego de que Pedro y Juan sanaran a un hombre y predicaran el evangelio con denuedo, fueron arrestados, amenazados y advertidos para que dejaran de hablar en el nombre de Jesús. La mayoría de nosotros nos habríamos echado atrás. Pero ¿qué hicieron aquellos cristianos? Se reunieron y oraron para que Dios les permitiera «proclamar [s]u palabra sin temor alguno» (Hechos 4:29). No oraron por seguridad ni pidieron escapar. Pidieron valor, y Dios respondió. El versículo 31 dice: «Después de haber orado, tembló el lugar en que estaban reunidos; todos fueron llenos del Espíritu Santo y proclamaban la palabra de Dios sin temor alguno».

Eso es lo que ocurre cuando Dios responde a una oración por valentía: la tierra tiembla y las vidas son transformadas. Todo comienza con un corazón dispuesto a pedir.

Si quieres mantenerte fuerte en un mundo que se doblega, ora diariamente por audacia. Pídele a Dios que te ayude a decir la verdad con amor y que te dé valor para decir «no» cuando otros dicen «sí» al pecado. Pídele que te capacite para seguir fielmente a Cristo, aunque eso signifique quedarte solo.

Recuerda, la valentía no es la ausencia de miedo, sino la presencia de una profunda convicción que se niega a doblegarse. La historia de Pedro es un ejemplo perfecto. Una vez, en un momento de miedo, negó a Jesús frente a una criada, pero unas semanas después, tras ser lleno del Espíritu en Pentecostés, se paró ante miles de personas y proclamó a Cristo con poder. Se enfrentó a gobernantes, concilios y la cárcel, y nunca vaciló. ¿Qué cambió? No fue la personalidad de Pedro, sino su fuente de poder. El Espíritu Santo lo había llenado, y el miedo ya no tenía dominio sobre él.

Hoy esta misma audacia sigue disponible para cada creyente. No está reservada para los apóstoles o los predicadores, sino que es para todo aquel que quiera vivir para Jesús en un mundo que nos presiona para que permanezcamos callados. No necesitamos un micrófono para ser audaces. Necesitamos un corazón rendido y una vida llena del Espíritu.

Así que ora a Dios y pídele que quite tu miedo, que llene tu corazón y que te convierta en un testigo de Cristo. Ya sea en el aula, en el lugar de trabajo, en una reunión familiar o en Internet, no cedas ante la presión. Tu propósito es llevar el mensaje de Jesús con valentía.

#### *4. Vive solo para Uno*

La presión social no se trata tanto de lo que otros dicen, sino de lo que tememos que puedan pensar. Crece en los lugares secretos del corazón, cuando permitimos que las opiniones de los demás moldeen nuestras decisiones, dicten nuestras prioridades e incluso definan nuestro valor. En el fondo, la presión social no es solo una cuestión de fuerzas externas, sino de lealtad interna. La verdadera pregunta es: ¿vives para obtener la aprobación de los demás o para complacer a Dios?

En Gálatas 1:10, Pablo aborda esta cuestión con gran claridad: «Entonces, ¿busco ganarme la aprobación humana o la de Dios? ¿Piensan que procuro agradar a los demás? Si yo buscara agradar a otros, no sería siervo de Cristo». Este versículo nos recuerda que no podemos servir a dos señores: o vivimos para el aplauso de la gente o para la aprobación de Cristo. No podemos buscar tanto la popularidad como la santidad. Con el tiempo, una requerirá que dejemos ir a la otra.

Seguir a Jesús sin reservas es elegir un tipo de vida diferente, una vida en la que medimos el éxito no por los «Me gusta», las veces que se comparte una publicación nuestra o los aplausos, sino por la fidelidad, una vida en la que nuestra mayor alegría es oír a nuestro Salvador decir: «¡Hiciste bien, siervo bueno y fiel!» (Mateo 25:21).

Así es la madurez cristiana: empezamos a preocuparnos más por ser santos que por caerle bien a la gente, más por la obediencia que por la aceptación, más por la gloria de Dios que por nuestro propio reconocimiento. Dejamos de preguntarnos: «¿Qué pensarán?» y empezamos a preguntarnos: «¿Qué pensará Dios?». Y al hacerlo, descubrimos una libertad increíble: somos libres de la comparación, de la inseguridad, de la interminable necesidad de tener un buen desempeño.

Vivir solo para Uno es liberador porque Dios lo ve todo —nuestros motivos, luchas, sacrificios secretos— y valora lo que el mundo pasa por alto. Puede que el mundo nunca aplauda nuestra integridad, pero el cielo sí lo hará. Y al final, solo una opinión será importante.

Imagínate esto: estás jugando en un estadio colmado de gente. El ruido es ensordecedor. Algunos fanáticos aplauden; otros abuchean. Las críticas se oyen muy fuerte, pero en la primera fila está sentado tu entrenador, Jesús. Sus ojos están puestos en ti. Su aprobación es lo que anhelas. Sus palabras son lo que necesitas oír. Si él está contento, nada más importa.

Así que pregúntate: ¿para quién estás jugando? ¿La voz de quién tiene más influencia en tu vida? ¿Quién define lo que vales?

Que sea Jesús. Solo Jesús.



Y cuando llegue la presión —la cual llegará—, recuerda esto: no fuiste hecho para encajar, sino para sobresalir. No para llamar la atención, sino para Cristo.

**Preguntas para reflexionar:**

1. ¿De qué manera renovar tu mente con las Escrituras te ha ayudado a resistir la presión de amoldarte al mundo?
2. ¿Quiénes son las personas en tu vida que influyen en tu caminar espiritual, para bien o para mal?
3. ¿Qué significa vivir solo para Uno? ¿Cómo puede esa mentalidad cambiar tus decisiones diarias?

## V. Conclusión: una palabra final de aliento

*Jesús permaneció solo*

Cuando se trata de resistir la presión social, Jesucristo es el mejor ejemplo de determinación inquebrantable, verdad sin concesiones y obediencia perfecta. Desde el comienzo de su ministerio hasta su último suspiro en la cruz, se enfrentó a una presión incesante: de los líderes religiosos, de las figuras políticas, de las multitudes e incluso de sus propios seguidores. Sin embargo, ni una sola vez se doblegó a la voluntad de los demás. Ni una sola vez priorizó la popularidad sobre su propósito. Estaba anclado en la voluntad del Padre, y esa ancla se mantuvo firme incluso en la tormenta de la opinión pública y el rechazo de los hombres.

Las élites religiosas de la época trataron constantemente de emboscar a Jesús con sus preguntas, esperando que se amoldara a sus tradiciones o contradijera las Escrituras. Se burlaron de sus enseñanzas, lo acusaron de blasfemia y tramaron su muerte. A pesar de ello, Jesús se negó a diluir su mensaje o a eludir la verdad. En cambio, habló de forma clara, directa y audaz, aunque ofendiera a los poderosos.

Las multitudes también fueron inconstantes. En ocasiones, lo quisieron y lo siguieron por los milagros, la comida y el espectáculo. Pero cuando sus enseñanzas se volvieron duras, se marcharon. Juan 6:60b nos cuenta que muchos de sus discípulos dijeron: «Esta enseñanza es muy difícil; ¿quién puede aceptarla?».

Ni siquiera sus discípulos más cercanos lograron entenderlo. Pedro reprendió a Jesús por hablar de su muerte. Tomás dudó. Judas lo traicionó. Y en su hora final, todos se dispersaron. Sin embargo, en Juan 8:29, Jesús hizo esta afirmación inquebrantable: «[...] siempre hago lo que le agrada».

¡Qué estilo de vida! ¡Qué declaración! Jesús no vivió para el aplauso de los hombres, sino para la aprobación de su Padre. No moldeó su identidad según la aceptación de la multitud; su valor se hallaba en hacer la voluntad de Dios.

Cuando nos enfrentamos a la presión social —ya sea la presión para permanecer en silencio, comprometer nuestras convicciones o encajar en el mundo—, debemos ir a Jesús. Él se mantuvo firme cuando otros vacilaron, obedeció cuando otros se rebelaron. Y nos llama a recorrer el mismo camino, un camino que no conduce a la popularidad, sino a la cruz.

«Si alguien quiere ser mi discípulo, que se niegue a sí mismo, tome su cruz cada día y me siga» (Lucas 9:23).

Eso no es nada fácil. Nos costará comodidad, conveniencia y, a veces, hasta algunas relaciones. Pero es el único camino que nos lleva a la vida. Resistirnos a la multitud y seguir a Jesús es lo más contracultural y valiente que podemos hacer. Y porque Él lo hizo primero, ahora podemos seguirlo con confianza.

Había una joven cristiana llamada Sarah. Era música, tenía una voz hermosa y le apasionaba la adoración. Empezó a ganar seguidores en las redes sociales, y pronto los productores estuvieron interesados en trabajar con ella. Pero había una trampa: querían que no hablara tanto de Jesús en sus

canciones. Le dijeron: «Puedes mantener algo de espiritualidad, pero no seas tan directa. Si quieres tener más público, tienes que ir más por lo popular».

La presión era intensa. Sus amigos le insistieron para que aceptara el trato: «Es tu oportunidad. Solo cede un poco, puedes seguir siendo cristiana entre bastidores». Por un instante, Sarah luchó consigo misma, pero luego recordó las palabras de Jesús: «¿De qué le sirve a uno ganar el mundo entero si se pierde la vida?» (Marcos 8:36).

Así que dijo que no. Se alejó de la fama para permanecer fiel. Eligió la cruz en lugar del brillo del escenario.

Al igual que Jesús, Sarah no vivió para la multitud, sino para su Padre celestial. Y aunque se perdió de hacer un negocio, ganó paz, propósito y un camino más profundo con Cristo.

### *Seguir a Jesús significa mantenerse firme*

Jesús no solo resistió la presión social, sino que redefinió la grandeza al mantenerse solo en la verdad, incluso cuando eso significó ir a la cruz. Fue ridiculizado, rechazado, traicionado y crucificado, no porque le faltara popularidad, sino porque se negó a cambiar la obediencia por la aceptación.

Ahora nos llama a hacer lo mismo, a seguirlo cuando el mundo va en otra dirección, a mantenernos firmes cuando otros caen, a complacer a Dios, aunque eso signifique decepcionar a la gente.

Él permaneció firme por nosotros. Ahora nosotros permanecemos firmes con Él.

«Fijemos la mirada en Jesús, el iniciador y perfeccionador de nuestra fe, quien [...] soportó la cruz, menospreciando la vergüenza que ella significaba, y ahora está sentado a la derecha del trono de Dios» (Hebreos 12:2).

### **Preguntas para reflexionar:**

1. ¿Cómo te ha ayudado la lectura de las Escrituras a mantenerte firme en momentos de presión?
2. ¿Quién en tu vida te está ayudando a crecer espiritualmente, y quién podría estar alejándote de Dios?
3. ¿Cuándo le pediste a Dios audacia para defender tu fe? ¿Cuál fue el resultado?
4. ¿Qué significa vivir solo para Uno? ¿Cómo puede esa mentalidad moldear tus decisiones diarias?