

P A M H A R D Y

PRÓLOGO DE JONI EARECKSON TADA

Viviendo *en* equilibrio

CÓMO ENFRENTAR CON SABIDURÍA
LOS RETOS DE LA VIDA



Pam Hardy ha escrito un libro excelente que reflexiona con perspicacia sobre los actos de equilibrio que todos realizamos cada día. Sé que leerlo mejorará mi sentido del equilibrio, y confío en que hará lo mismo por el tuyo. Además de estar lleno de sabiduría bíblica, este libro es un placer de leer. Todo en él —el estilo, el material ilustrativo, las historias con las que abre y cierra— lo convierte en una lectura satisfactoria.

— **Tedd Tripp**, pastor y autor de *Cómo pastorear el corazón de tu hijo*

El libro de Pam Hardy, *Viviendo en equilibrio*, es excelente. Está lleno de verdades que honran a Dios y de aplicaciones prácticas para vivir de manera equilibrada. Lo disfruté muchísimo y lo recomiendo con entusiasmo, tanto para el estudio personal como para el estudio en grupo.

— **Martha Peace**, consejera bíblica certificada, Association of Certified Biblical Counselors (ACBC); autora de *La esposa excelente*

Recomiendo de todo corazón *Viviendo en equilibrio: cómo enfrentar con sabiduría los retos de la vida*. Pam Hardy ha escrito un libro inmensamente práctico, lleno de sabiduría y de Escritura. Logra su propósito de ayudar a la lectora a equilibrar realidades aparentemente opuestas en siete áreas clave. Cada capítulo termina con un resumen muy útil de los efectos negativos de caer en uno u otro extremo. Las preguntas de estudio del final de cada capítulo ofrecen sugerencias valiosas que ayudan a la lectora a profundizar en la Biblia para encontrar la verdad. Recomendando el libro de Pam Hardy tanto para el estudio personal como para estudios bíblicos en grupo.

— **Caroline Newheiser**, esposa de pastor y consejera bíblica certificada, Association of Certified Biblical Counselors Coordinadora (ACBC)

Hoy rara vez escuchamos la expresión, antes tan común, «la vida cristiana equilibrada». Quizá nos interesa más la verdad que el amor, o la pureza más que la paz, o el celo más que la paciencia; o quizá, sencillamente, nos importa más lo que logramos que aquello en lo que nos hemos convertido. Pero tarde o temprano la importancia del equilibrio tiene que amanecer sobre nosotros.

En la vida en general, la falta de equilibrio suele ser señal de inmadurez (a los niños pequeños les cuesta), o de enfermedad (leve o quizá grave), o

del efecto de alguna sustancia embriagante. Lo mismo ocurre al seguir a Cristo. El equilibrio no es, por tanto, una deficiencia, sino un indicio de que estamos creciendo hacia la madurez, de que estamos siendo sanados espiritualmente y de que vivimos bajo el control del Espíritu. Así que tres hurras por *Viviendo en equilibrio*, y gracias de corazón a Pam Hardy por recordarnos lo esencial que es, y por compartir la sabiduría ganada con esfuerzo a lo largo de sus muchos y variados años de experiencia como cristiana, como madre y como esposa de pastor. Llenas de observaciones agudas y de consejo sabio arraigado en la Escritura, estas páginas son una guía segura para una vida cristiana sana y un estímulo maravilloso para crecer en una estabilidad llena de Cristo.

— **Sinclair B. Ferguson**, vicepresidente, Ligonier Ministries; catedrático de Teología Sistemática, Reformed Theological Seminary

Pam y su esposo Carey son una de las parejas más piadosas, dotadas, amables y sociables que he tenido el privilegio de conocer y con quienes he servido. A lo largo de unos treinta años, mi esposa y yo hemos aprendido mucho al verlos mantener el equilibrio en medio de los muchos desafíos que han enfrentado en su vida, su familia y su ministerio. Pam vive lo que escribe, y en su libro combina con destreza y encanto la verdad bíblica con el consejo práctico que toda mujer, joven o mayor, necesita entender y aplicar en su vida. ¡No podría recomendarlo con más entusiasmo!

— **Ken Ramey**, autor del libro *La escucha expositiva*; pastor y maestro, Lakeside Bible Church, Montgomery, Texas

Desde hace mucho admiro a Pam como esposa, madre y miembro de la iglesia, y siempre he atesorado cualquier oportunidad de aprender de ella sobre cualquier tema. Este libro es aún más valioso, dada la relevancia del tema para cualquiera que busque honrar al Señor con su vida. Pam fue de gran bendición para mí y para las mujeres de Grace durante los años que estuvo aquí; estoy agradecida de que ahora un público más amplio pueda beneficiarse de ella.

— **Patricia MacArthur**, viuda del pastor John MacArthur, Grace Community Church, Sun Valley, California

Los libros sobre el equilibrio en la vida cristiana van y vienen, y ofrecen unas cuantas ideas prácticas, pero poco de la hondura y la claridad bíblicas que tanto necesitamos. En *Viviendo en equilibrio*, Pam Hardy ha reunido con maestría ambos elementos en un volumen estimulante y rico en Escritura. Aquí está toda la ayuda práctica, nacida de décadas de enfrentar la vida en las trincheras. Y, sin embargo, lo que distingue a este libro es la sabiduría inconfundible y la profundidad teológica de la autora. Cada reto práctico de la vida queda diagnosticado con agudeza en el nivel del corazón y tratado con destreza con la Palabra de Dios. En lugar de simples listas de versículos bíblicos para aplicar, Pam nos lleva por pasajes clave, extrae sus implicaciones y nos ayuda a ver el camino hacia una mayor semejanza a Cristo. Encontrarás su transparencia acogedora, su consejo preciso y perspicaz, y su corazón de discipuladora, irresistible. Este volumen sería una herramienta poderosa para fortalecer la vida del cuerpo en cualquier iglesia.

— **Jerry Wragg**, pastor, Grace Immanuel Bible Church, Jupiter, Florida

Aunque vivimos a medio planeta de distancia, Pam Hardy siempre ha sido la conferencista favorita de las mujeres de nuestra iglesia. Cuando leas *Viviendo en equilibrio*, entenderás por qué. Sus seminarios son una combinación poco común de perspicacia bíblica y sentido práctico. Y ahora, con destreza magistral, Pam ha trasladado esas fortalezas a la página escrita. En lugar de ofrecer un enfoque de «receta» basado en su propia experiencia, Pam expone con claridad y sencillez la instrucción bíblica sobre ciertos temas de «equilibrio». Da advertencias útiles sobre desviarse demasiado a la izquierda o a la derecha, y luego te permite aplicar la sabiduría de la Escritura para enfrentar tu propia situación específica. En nombre de las damas de mi iglesia: gracias, Pam, por un libro tan excelente.

— **Dr. Joel James**, autor del libro *Aconsejando con confianza*; pastor y maestro, Grace Fellowship, Pretoria, Sudáfrica

Hay asuntos en los que debemos escoger «lo uno o lo otro»: el pecado o la justicia, las mentiras de Satanás o la verdad de Dios. Sin embargo, hay otros asuntos que debemos aceptar como «lo uno y lo otro»: la iglesia y la familia, o el realismo y el optimismo. Pam Hardy sirve un plato lleno

de sabiduría práctica sobre cómo evitar convertir los asuntos de «lo uno y lo otro» en asuntos de «lo uno o lo otro», y quedar así desequilibradas en la vida cristiana.

— **Dr. Joel R. Beeke**, presidente, Puritan Reformed Theological Seminary, Grand Rapids, Michigan

Tengo el privilegio de recomendar el libro de Pam, *Viviendo en equilibrio*. Ella y su esposo, Carey, han sido amigos de nuestra familia a lo largo de los años de ministerio en la iglesia y de vida familiar. En estos ocho capítulos, Pam expone el papel tan importante que desempeña el equilibrio bíblico en esas dos áreas. A veces, como diría Warren Wiersbe, el equilibrio «es ese instante en que vamos de un extremo al otro».

Pam comprende los privilegios y las responsabilidades de la vida, así como el desánimo, la confusión o la ineficacia que la vida puede traer. Hace un trabajo excelente al guiar a las lectoras hacia una vida más equilibrada, con instrucción clara de la Palabra de Dios y con la mirada puesta en Cristo. En cada capítulo hay preceptos y principios para toda persona, que reconocen las muchas variables y etapas de la vida: la edad, la soltería o el matrimonio, los hijos, la salud, la vocación, etcétera. Como no hay una sola receta que sirva para todas, las preguntas de aplicación al final de cada capítulo ayudan a la lectora a aplicar como corresponde los preceptos y principios clave que se exponen. Este libro animará a las lectoras y despertará en ellas un celo renovado por un equilibrio bíblico que refresca, mientras prosiguen hacia el supremo llamamiento de Dios en Cristo Jesús, por el Espíritu y para la gloria de Dios.

— **Stuart W. Scott**, director de One-Eighty Ministries y del área de atención a los miembros de ACBC

Viviendo *en* equilibrio

P A M H A R D Y

Viviendo *en equilibrio*

CÓMO ENFRENTAR CON SABIDURÍA
LOS RETOS DE LA VIDA



EDITORIAL
EBI

Viviendo en equilibrio: cómo enfrentar con sabiduría los retos de la vida, publicado originalmente en inglés bajo el título **Keeping Your Balance: Navigating Wisely through the Challenges of Life**.

Copyright © 2020 por Pam Hardy

Publicado por Carpenter's Son Publishing, Franklin, Tennessee. Todos los derechos reservados.

Edición en español Copyright © 2026 Editorial Bautista Independiente (EBI), Estados Unidos. Todos los derechos reservados. Esta edición en español se publica en acuerdo con Carpenter's Son Publishing.

A menos que se indique lo contrario, todas las citas bíblicas han sido tomadas de la Nueva Biblia de las Américas (NBLA), copyright © 2005 por The Lockman Foundation. Usada con permiso. www.NuevaBiblia.com

Todos los derechos reservados. Sin permiso escrito por parte de los editores, ninguna parte de este libro puede ser reproducida ni procesada en forma alguna o por medio alguno, ya sea de manera electrónica o mecánica, ni por medio de ningún sistema de almacenamiento y recuperación de información masiva, excepto para citas breves en reseñas. Todas las solicitudes deben ser enviadas a Editorial Bautista Independiente.

Categoría: RELIGIÓN / Vida cristiana / Mujeres

Copyright © 2026

EB-599

ISBN Libro impreso: 978-1-964427-76-8

ISBN Ebook: 978-1-964427-79-9

Editorial Bautista Independiente

3417 Kenilworth Blvd, Sebring, FL 33870

www.editorialebi.com

(863) 382-6350

Impreso en Colombia

*A mi esposo, Carey:
gracias por tu amor y tu apoyo constantes,
y por hacer este camino conmigo.
A mis hijos,
Christen, Nathan, Luke y Catherine:
regalos preciosos que el Señor me dio.
Mi oración sencilla por ustedes es que siempre encuentren su equilibrio
en Jesús.*

Reconocimientos

Escribir un libro es una empresa considerable, y no se logra sin la ayuda y el apoyo de personas talentosas. Estoy sumamente agradecida con las siguientes personas por el valioso papel que desempeñaron para hacer realidad este libro:

A Patti McCoy Hummel, de Benchmark Group Literary Agency, por creer en mí y por animarme sin descanso a pesar de los muchos padecimientos físicos que ha enfrentado mientras se escribía este libro. Te has vuelto una amiga entrañable, y aprecio profundamente todo lo que has hecho.

A Larry Carpenter y a su equipo en Carpenter's Son Publishing, por su destreza y su experiencia profesional para ir llevando este libro adelante paso a paso. Gracias por ocuparse de los incontables detalles y por soportar todas mis preguntas.

A Lori Martinsek y a la gente maravillosa de Adept Content Solutions, por su excelente trabajo en la edición y el diseño del libro.

A Carolyn McGuire, que sirvió con fidelidad en el ministerio de mujeres de Grace Community Church, en Sun Valley, California. Aunque después les he hecho muchos cambios, las preguntas para reflexión y aplicación nacieron con Carolyn en 2006. Gracias por tu diligencia y tu creatividad.

A los hombres y las mujeres piadosos que durante muchos años me han modelado en persona el amor por Dios y por la Escritura. Sigo aprendiendo de su ejemplo. También he tenido el privilegio increíble

de sentarme durante estos años bajo la enseñanza de varios maestros de la Biblia sumamente dotados, y estoy en deuda con cada uno de ustedes por su influencia en mi vida. Le debo un agradecimiento especial al Dr. John MacArthur. Fue el primero en darme a conocer la predicación expositiva, y he aprendido mucho de su fiel enseñanza de la Palabra de Dios. Por último, varios amigos queridos de Twin City Bible Church han orado por mí con regularidad mientras se escribía este libro, especialmente durante los capítulos finales. Mi agradecimiento sincero por su fiel apoyo en oración.

A mis amados padres, Ardis y Frances White, que ya están seguros con el Señor. Fue una bendición indecible crecer en un hogar con un padre y una madre que honraban a Dios y a Su Palabra, y que vivían con fidelidad lo que creían. Lo que ellos me enseñaron está entretejido por todo este libro.

A mis hijos ya adultos, que me han alentado a lo largo de todo este proceso. Gracias por su amor y su ánimo constante.

A mi esposo, Carey, que ha respaldado este libro de todo corazón desde el principio. Tu pericia como editor y tu cuidadosa revisión teológica de los diversos temas han sido de veras invaluable. Has aportado claridad y precisión a mi manera de pensar, y has sido una salvaguarda para mí mientras procuraba transmitir con exactitud la verdad doctrinal. En el terreno práctico, gracias por servirme con sacrificio de tantas maneras y, en especial, ¡por todas las noches que cocinaste la cena para que yo pudiera escribir!

Por encima de todo, estoy agradecida con el Señor Jesucristo, que cada día me colma de Su amor y Su misericordia. Ha sido un gozo enorme escribir acerca de Él y, en el proceso, meditar en Sus perfecciones. Si Él decide usar con gracia este libro para ayudar a alguien, será porque Su Palabra es viva y eficaz, y más cortante que cualquier espada de dos filos (He. 4:12). Toda alabanza y toda gloria sean para Dios, que es más que suficiente para cada una de nuestras necesidades (Ro. 11:36; 2 P. 1:3).

Tabla de contenido

Dedicatoria	ix
Reconocimientos	xi
Antes de comenzar... ..	xv
Introducción	I
Capítulo 1 El equilibrio es esencial	7
Capítulo 2 La familia y el ministerio.....	13
Capítulo 3 La negación de sí mismo y la libertad.....	25
Capítulo 4 La paciencia y la confrontación	43
Capítulo 5 Lo temporal y lo eterno.....	65
Capítulo 6 El hombre interior y el hombre exterior	91
Capítulo 7 La realidad y la esperanza	117
Capítulo 8 El esfuerzo y la confianza	147
Conclusión.....	179
¿Qué significa ser cristiano?.....	183

ANTES DE COMENZAR...

«Joni, ¿cómo has logrado sobrellevar tanto sufrimiento todos estos años?». Es una pregunta común cuando la gente se entera de que he vivido como cuadripléjica en una silla de ruedas durante casi 60 años. No puedo caminar ni tengo uso de las manos y, naturalmente, quieren entender cómo mantengo la sonrisa, cómo sigo perseverando y cómo permanezco llena de esperanza.

Podría responder sencillamente: «Ha sido la Palabra de Dios». Y tendría razón. Creo que la Palabra de Dios es suficiente para todo reto que el cristiano enfrente. La Biblia tiene las respuestas. Pero también sé que hace falta sabiduría para entender cómo aplicar esa Palabra a los retos confusos de la vida. Incluso a uno tan abrumador como una parálisis total.

Miro atrás y doy gracias a Dios por las amistades sabias y maravillosas que me ayudaron a aprender a abrazar el sufrimiento aplicando las Escrituras. Eran cristianos sólidos, capaces de sacar aplicaciones para la vida de las parábolas y las historias de la Biblia. Me ayudaron a ver mi sufrimiento a través del lente poderoso de la Escritura. Y no se limitaban a subrayarme un versículo con marcador amarillo y despedirme: caminaron a mi lado, y me ofrecieron sus oraciones y su apoyo práctico.

Pam Hardy es así. Ama la Biblia y le importan de verdad las personas que sufren. Sabe manejar la Palabra de Dios con destreza y sensibilidad. En su nuevo libro, *Viviendo en equilibrio*, ayuda a la lectora a aplicar las verdades bíblicas a sus retos más desconcertantes.

Estoy agradecida por la obra que tienes en tus manos. Ha sido revisada y aprobada por algunos de los eruditos bíblicos y consejeros más reconocidos de Estados Unidos. Sus enseñanzas son confiables, fascinantes y, lo mejor de todo, inspiradoras y a la vez prácticas. *Viviendo en equilibrio* es un recurso útil para los ministerios de mujeres, para la consejería personal

o sencillamente para ayudar a la lectora a poner en orden sus luchas, sea en el hogar, en una residencia universitaria o en la oficina.

Puedes confiar en lo que está escrito en las páginas que siguen. En cada capítulo, Pam se muestra como una consejera prudente que entiende con agudeza la manera en que las mujeres estamos hechas. Entreteje con arte su conocimiento bíblico y una escritura cautivadora para crear una guía poderosa para toda mujer, joven o mayor...

Incluso para las mujeres en silla de ruedas.

—JONI EARECKSON TADA
Joni and Friends International Disability Center

Introducción

Este libro nació hace muchos años cuando, siendo una joven esposa de pastor y madre de cuatro hijos, comencé a buscar material útil sobre el asunto del equilibrio en la vida. En particular, buscaba consejos sobre cómo hacer malabares con la infinidad de papeles y responsabilidades que cada tanto amenazaban con desbordarme. Muy pronto descubrí que había poquísimo escrito desde una perspectiva cristiana, lo cual me sorprendió mucho, dado que la necesidad de equilibrio impregna prácticamente todas las áreas de nuestra vida. Entendemos por instinto que el equilibrio es algo bueno y necesario. ¿Por qué, si no, pondríamos tanto empeño en equilibrar nuestro tiempo, nuestros horarios, nuestra carrera, nuestras cuentas bancarias? Sabemos que un balance general es una herramienta indispensable para evaluar la salud financiera, y que un presupuesto equilibrado es una meta deseable. Sabemos también que, cuando el equilibrio se pierde por completo en alguna área de la vida, el resultado puede ser tan molesto como un plato roto, tan doloroso como un hueso roto o tan trágico como una relación rota.

El diccionario define el equilibrio como «un estado de estabilidad»,¹ y lo describe además como «un estado de reposo o de contrapeso entre poderes e influencias opuestos».² Esto trae a la mente imágenes apacibles de armonía, estabilidad y tranquilidad. ¿Quién no anhela una vida

1 Dictionary.com, s. v. «balance», basado en Random House Unabridged Dictionary, consultado el 12 de septiembre de 2019, <https://www.dictionary.com>. Traducción nuestra.

2 Dictionary.com, s. v. «equilibrium». Traducción nuestra.

marcada por esas cualidades? Sin embargo, por causa de nuestro pecado y de nuestras debilidades humanas, ¡qué tarea tan frustrante y, a fin de cuentas, imposible resulta alcanzar ese equilibrio anhelado! Nos esforzamos con todas nuestras fuerzas; tomamos las decisiones más sabias que podemos. Aun así, inevitablemente nos descubrimos errando hacia un lado o hacia el otro. Por ejemplo, la seguridad que carece de humildad puede volverse arrogancia. Un líder fuerte puede degenerar en un dictador controlador. La valentía puede terminar en un descenso peligroso hacia la insensatez. La sinceridad puede herir si no se atempera con la bondad.

Mientras lidiamos con las consecuencias de nuestros errores y de nuestros cálculos equivocados, podemos empezar a perder la esperanza de alcanzar alguna vez siquiera un asomo del equilibrio que anhelamos. Sin embargo, debemos entender que en toda área de la vida nuestra esperanza se encuentra en un solo lugar: en la persona del divino Dios-Hombre, el Señor Jesucristo. Solo Él es nuestro ejemplo de equilibrio impecable. Al estudiar la Biblia y lo que ella nos revela acerca del carácter de Jesús, vemos en Él una excelencia y una armonía de ser que sobrepasan nuestra comprensión humana. Observamos Su ministerio terrenal y quedamos asombradas ante la manera perfecta en que trató con incontables personas a lo largo de los Evangelios. Nos maravilla la tensión exquisita que Él mantuvo entre la misericordia y el juicio, entre la gracia y la verdad, entre el consuelo y la confrontación.

Kevin DeYoung hace estas observaciones sobre la persona de Cristo en su libro *Una grieta en tu santidad*:

Vemos todas las virtudes de la santidad perfectamente alineadas en Cristo. Siempre fue amable, pero nunca blando. Fue audaz, pero nunca imperitante. Fue puro, pero nunca mojigato. Estuvo lleno de misericordia, pero no a costa de la justicia. Estuvo lleno de verdad, pero no a costa de la gracia.³

3 Kevin DeYoung, *The Hole in Our Holiness* (Wheaton, IL: Crossway, 2012), 47 [publicado en español con el título *Una grieta en tu santidad* por Editorial Peniel].

En *The Incomparable Christ*, J. Oswald Sanders también pinta un cuadro magistral del carácter perfectamente equilibrado de Jesús:

El carácter de nuestro Señor era maravillosamente equilibrado, sin exceso ni deficiencia... Se destaca como perfecto y sin falla, tan simétrico en todas sus proporciones que su fuerza y su grandeza no le resultan evidentes de inmediato al observador superficial... Los puntos fuertes presuponen necesariamente los débiles, pero de Él no puede alegarse debilidad alguna. En los mejores hombres hay una inconsistencia y una desigualdad evidentes, y... mientras más grande es el hombre, más notorios suelen ser sus defectos. Con Cristo fue muy distinto. Él no tuvo falla ni contradicción.

La virtud degenera con facilidad en vicio. El valor puede degenerar en cobardía, por un lado, o en temeridad por el otro. La pureza puede resbalar hacia la mojigatería o hacia la impureza. La senda de la virtud es angosta y resbaladiza, pero en nuestro Señor no hubo desviación alguna. A lo largo de Su vida terrenal mantuvo intacta cada virtud.

Tanto en el hablar como en el callar se mostró Su perfecto equilibrio de carácter. Nunca habló cuando habría sido más sabio guardar silencio, ni guardó silencio cuando debía haber hablado.

La misericordia y el juicio se combinaban en todas Sus acciones y en todos Sus juicios, y ninguno de los dos prevalecía a costa del otro. La verdad exacta y el amor infinito se adornaban mutuamente en Su personalidad cautivadora, porque Él siempre hablaba la verdad en amor. Sus severas denuncias contra la Jerusalén apóstata temblaban con Sus sollozos (Mt. 23:37). Fiel a Su propio consejo, manifestó la prudencia de la serpiente y la sencillez de la paloma. Su tremenda fuerza interior jamás degeneró en mera obstinación. Dominó el arte difícil de mostrar compasión sin ceder en el principio...

...La mayoría de los hombres se distinguen por una virtud o una gracia sobresaliente: Moisés por la mansedumbre, Job por la paciencia, Juan por el amor. Pero en Jesús lo encuentras todo. Él es siempre consistente

consigo mismo. Ningún acto ni palabra contradice nada de lo anterior. El carácter de Cristo es uno y el mismo de principio a fin... Su equilibrio nunca se altera ni se reajusta.⁴

Aquí está, pues, nuestro ejemplo divino, hallado únicamente en la persona de nuestro bendito Señor Jesús. En 1 Juan 2:6 se exhorta a los creyentes a «andar como Él anduvo», y, sin embargo, sabemos que nuestro pecado nos impide alcanzar la perfección de este lado del cielo. Pero, gracias a Dios, todo verdadero hijo suyo tiene un Ayudador precioso. El Espíritu Santo que mora en nosotros nos enseña, nos guía, nos convence de pecado, nos consuela; en otras palabras, nos santifica y nos ayuda a madurar en toda área de la vida en la que estemos dispuestas a someternos a Él. Gracias a Él es posible, felizmente, alcanzar *alguna* medida de ese hermoso equilibrio que vemos en Jesucristo.

Debería ser la meta de todo cristiano crecer en sabiduría y discernimiento, y en nuestra capacidad de aplicar la verdad bíblica de manera práctica en la vida. Necesitamos tomar mejores decisiones en lo que pensamos, decimos y hacemos. Debemos aprender a no perder el tiempo en distracciones sin valor, y a invertir más bien en lo que sí vale la pena. Estos son retos diarios, y necesitamos con desesperación la ayuda del Espíritu en nuestra búsqueda continua del equilibrio. Busquemos al Señor con humildad, sin olvidar nunca que la meta última de nuestra vida es sencillamente dar gloria a Dios de todas las maneras que podamos. Se nos ha dado una sola vida para vivirla en esta tierra. Procuremos vivirla con toda la sabiduría posible.

—PAM HARDY
19 de julio de 2020

4 J. Oswald Sanders, *The Incomparable Christ* (Chicago, IL: Moody Press, 1971), 2-3.

*Y todo el que compite en los juegos
se abstiene de todo.*

I Corintios 9:25

*Entonces, ya sea que coman, que beban, o que
hagan cualquier otra cosa, háganlo
todo para la gloria de Dios.*

I Corintios 10:31



Capítulo 1

El equilibrio es esencial

Era el 30 de enero de 1962. El lugar: el State Fair Coliseum de Detroit, Míchigan, donde el circo Ringling Bros. presentaba el número en el alambre de la legendaria familia Wallenda, o los «Flying Wallendas» (los Wallenda Voladores), como se les había llegado a conocer. Encabezados por el patriarca de la familia, un alemán llamado Karl Wallenda, eran sin lugar a dudas los más grandes equilibristas del alambre en toda la historia del circo. Esa noche se preparaban una vez más para ejecutar su proeza más famosa: la asombrosa pirámide de tres niveles. El truco consistía en cuatro hombres formados en línea sobre el alambre, unidos entre sí por barras apoyadas en los hombros. Sobre esas barras se paraban otros dos acróbatas, quienes a su vez sostenían a una mujer que primero se sentaba en una silla y luego se ponía de pie sobre ella. Los Wallenda nunca usaban red de seguridad; pensaban que les daba una falsa sensación de protección y fomentaba el descuido entre los artistas. Llevaban catorce años realizando esta peligrosa proeza y la habían ejecutado con éxito cientos de veces. Pero esa noche sería diferente.¹

Con sumo cuidado formaron la pirámide y comenzaron a avanzar por el alambre. Entonces sucedió lo impensable. El primer hombre sobre el alambre, un joven llamado Dieter, perdió el equilibrio y cayó al suelo,

¹ «Rulers of the Air», eLibrary, consultado el 1 de marzo de 2003, <http://ask.elibrary.com/printdoc.asp?querydocid=6525966@urn>.

arrastrando a los dos hombres que venían inmediatamente detrás de él y dejando a un solo hombre de pie sobre el alambre. Karl y su hermano cayeron sobre el alambre desde el segundo nivel de la pirámide, y Karl sufrió una fractura de pelvis en la caída. La muchacha que estaba en lo más alto, la hermana menor de Dieter, cayó encima de Karl. Aunque sentía un dolor intenso, Karl logró sostenerla del brazo hasta que trajeron una red y la colocaron debajo de ellos. De los tres hombres que cayeron, Mario, el hijo de Karl, quedó paralizado de la cintura para abajo por el resto de su vida. Los otros dos hombres que se precipitaron hasta la pista —Dieter, el joven sobrino de Karl, y su yerno Richard— sufrieron heridas fatales y murieron poco después. Siete mil personas contemplaron con impotencia y horror cómo la tragedia se desarrollaba ante sus ojos.²

¡El equilibrio es una destreza crucial! Cuando perdemos el equilibrio en algún área de la vida, puede que los resultados no sean tan desastrosos como lo fueron para los Wallenda aquella noche en Detroit, pero aun así pueden causar daño, no solo a nosotras en lo personal, sino a todos los que nos rodean. En este libro quiero examinar algunas de las áreas más comunes de la vida en las que nos vemos tentadas a irnos al extremo y, por consiguiente, a quedar fuera de equilibrio. Por lo general, cuando nos damos cuenta de que hemos perdido el equilibrio en algún asunto, nuestra tendencia es hacer correcciones y regresar hacia el punto medio. Sin embargo, con demasiada frecuencia corregimos de más: rebasamos el punto medio y seguimos de largo. Entonces nos encontramos otra vez fuera de equilibrio, en el extremo del lado opuesto.

Constantemente estoy reevaluando mi vida para ver si estoy fuera de equilibrio en algún punto. ¿Estaré dedicando demasiado tiempo a esto y no el suficiente a aquello? ¿Estaré volcando tanto esfuerzo en una cosa que descuido otras mucho más importantes?

En 1 Corintios encontramos un versículo interesante relacionado con este tema del equilibrio. En este pasaje, el apóstol Pablo usa la analogía del

2 «History», The Flying Wallendas, consultado el 15 de febrero de 2003, <http://www.wallenda.com/history.html>.

atleta disciplinado para fomentar la excelencia en la vida y en el ministerio: «todo el que compite en los juegos se abstiene de todo» (9:24-25). Ese llamado a abstenerse evoca ideas como la moderación y el saber refrenarse para evitar el exceso o el extremo. Entre los sinónimos comunes de esta virtud estarían el *dominio propio* y el *equilibrio*. Es este dominio propio el que Pablo fomentaba cuando nos exhortó a los creyentes a que «vivamos en este mundo sobria, justa y piadosamente» (Tit. 2:12). Sin duda, el apóstol entendía que la templanza y el dominio propio son esenciales para alcanzar nuestras metas, y ese principio sigue siendo tan oportuno para nosotras hoy como lo fue para los lectores del tiempo de Pablo.

LA ÚNICA EXCEPCIÓN

Sin embargo, hay un área de la vida en la que está perfectamente bien ser un tanto extrema, y es en tu amor por el Señor Jesucristo. De hecho, tu devoción personal a Cristo no debería conocer límites ni fronteras.

En Deuteronomio 6:5, los hijos de Israel reciben aquel gran mandamiento: «Amarás al Señor tu Dios con todo tu corazón, con toda tu alma y con toda tu fuerza». Escucha al rey David en los Salmos cuando exclama: «Daré gracias al Señor con todo mi corazón [...] En Ti me alegraré y me regocijaré; cantaré alabanzas a Tu nombre, oh Altísimo» (9:1-2). Oye a Asaf cuando clama: «¿A quién tengo yo en los cielos sino a Ti? Fuera de Ti, nada deseo en la tierra» (Sal. 73:25). Hay incontables versículos en los Salmos centrados exclusivamente en amar y alabar al Señor Dios (Sal. 27:1; 39:7; 42:1-2; 43:5; 54:4; 63:1-3; 111:1; 145:1-3; 146:2). Al pasar al libro de Jeremías, notamos el aliento que Dios da a los hijos de Israel: «Me buscarán y me encontrarán, cuando me busquen de todo corazón» (29:13).

En el Nuevo Testamento, ¿qué oímos decir a Pablo? «Pues para mí, el vivir es Cristo» (Fil. 1:21). Más adelante, en el mismo libro, afirma:

Pero todo lo que para mí era ganancia, lo he estimado como pérdida por amor de Cristo. Y aún más, yo estimo como pérdida todas las cosas en vista del incomparable valor de conocer a Cristo Jesús, mi Señor. Por

Él lo he perdido todo, y lo considero como basura a fin de ganar a Cristo (3:7-8).

Luego, en el libro de Romanos, el apóstol escribe su maravillosa doxología: «Porque de Él, por Él y para Él son todas las cosas. A Él sea la gloria para siempre. Amén» (11:36).

¿Acaso estos versículos sobre nuestra relación con el Señor transmiten una actitud de indiferencia? De ninguna manera. Al contrario: a lo largo de toda la Biblia, las Escrituras confirman que deberíamos sentir una pasión absoluta por nuestra relación con Dios. Nuestro problema no es que lo amemos demasiado; nuestro problema es que lo amamos demasiado poco. Haz todo lo que puedas por avivar el fuego de tu amor por Cristo. Lee Su Palabra, estúdiala, memorízala, escucha predicación y enseñanza sanas, lee buenos libros, adóralo, aláballo, pasa mucho tiempo con Él en oración y fija tu mente continuamente en el carácter y la majestad del Dios Todopoderoso. En esta única área, es perfectamente correcto dejarse consumir por el anhelo de conocer y amar al Señor.

EL LLAMADO AL EQUILIBRIO

Sin embargo, en prácticamente cualquier otra categoría de la vida, el llamado es al dominio propio y al equilibrio. El propósito de este libro, por lo tanto, es impulsarnos a examinar algunas áreas básicas de la vida en las que tendemos a ser extremas o excesivas. Toma nota, por favor: al considerar estas áreas, no estoy contrastando algo bueno con algo malo; al contrario, todas las áreas que trataremos son cosas buenas de nuestra vida. Pero aun las cosas buenas pueden llegar a ser demasiado importantes para nosotras (1 Co. 6:12) y, con el tiempo, convertirse en ídolos del corazón. Por eso es crucial mantener el equilibrio.

Aunque este libro no pretende ofrecerle a la lectora una lista exhaustiva de categorías, tocaremos muchos de los asuntos principales con los que lidiamos en un momento u otro. Conforme recorramos las diversas áreas de la vida, se hará evidente que algunas de las preocupaciones más comunes en la consejería que aquejan a los cristianos tienen que ver

con este problema de estar fuera de equilibrio. Se han ido al extremo en algún área, y eso está causando dificultades no solo en su propia vida, sino también en la vida de quienes los rodean.

Cada capítulo abordará una categoría principal de la vida en la que todos los creyentes —y especialmente las mujeres cristianas— pueden llegar a irse al extremo hacia un lado o hacia el otro. Lo primero que haremos será procurar establecer el equilibrio correcto a partir de la Palabra de Dios. Después hablaremos de cómo se ve cuando nos encontramos fuera de equilibrio. Confío en que los síntomas mencionados te ayudarán a identificar las áreas problemáticas de tu propia vida y, con ello, las maneras en que puedes crecer.

PARA REFLEXIÓN Y APLICACIÓN PERSONAL

Define con tus propias palabras el concepto de equilibrio y describe cómo desearías que se viera en tu propia vida. ¿Puedes identificar algunas áreas que quizá necesiten tu atención?

Lee 1 Corintios 9:24-27 y observa la metáfora de la carrera que Pablo usa para describir nuestra vida terrenal. ¿Qué semejanzas y qué diferencias ves entre esta metáfora y tu propia vida?

Busca las referencias bíblicas mencionadas que ilustran cómo los salmistas expresaban su devoción al Señor (Sal. 27:1; 39:7; 42:1-2; 43:5; 54:4; 63:1-3; 111:1; 145:1-3; 146:2). ¿De qué manera te desafían estos pasajes en tu propio tiempo devocional?

Resume con tus propias palabras Filipenses 1:21 y 3:7-8. ¿Cuáles son algunos pasos prácticos que puedes dar para aumentar tu amor por Cristo?