

EL
SENDERO
CRECIMIENTO CRISTIANO INTEGRAL

El sendero: Crecimiento cristiano integral

Copyright © 2025 por la Iglesia de Cristo de Boston

ISBN: 978-1-958723-50-0

Título original *The Path* © 2025

Todos los derechos reservados. Ninguna parte de este libro puede ser duplicada, copiada, traducida, reproducida o almacenada mecánica, digital o electrónicamente sin el permiso específico y por escrito de los autores y el editor.

A menos que se indique lo contrario, todas las referencias bíblicas proceden de la Santa Biblia, NUEVA VERSIÓN INTERNACIONAL (NVI), © 1999, 2015, 2022 por Biblica, Inc. Usado con permiso de Biblica, Inc. Reservados todos los derechos en todo el mundo.

Las escrituras citadas de la NTV están tomadas de la La Santa Biblia, Nueva Traducción Viviente, © Tyndale House Foundation, 2010. Todos los derechos reservados.

Las escrituras citadas de la TLA están tomadas de la Traducción en lenguaje actual, © 2000 por Sociedades Bíblicas Unidas.

La traducción del inglés original al español fue generada por DeepL y revisado por Ana María Caro Maita y Amy Morgan, amorganflsa@gmail.com.

Impreso por Illumination Publishers International (www.ipibooks.com).



INTRODUCCIÓN

INTRODUCCIÓN

La vida es un viaje, y nos encontramos recorriendo senderos únicos a lo largo de nuestros viajes. Nuestros caminos no son estáticos, sino siempre cambiantes, pues atraviesan estaciones y tormentas. El sendero que recorreremos será distinto del de los demás, aunque todos pasamos por pruebas, decepciones, sorpresas y alegrías. Puede que nos hayamos desviado del sendero, o que nos hayamos detenido para tomar una siesta. Algunos llevamos décadas siguiendo a Jesús por este camino, y otros acaban de empezar.

A lo largo del camino, Dios se aseguró de que hubiera una multitud de personas en la Biblia a los que podemos mirar y con los que podemos conectar mientras recorremos el sendero. Abraham, enfrentado a un futuro desconocido; José, maltratado por los suyos; Moisés, huyendo de los problemas; Ana, luchando contra el dolor del vacío en su corazón; Elías, atascado y extenuado; Marta, preocupada y distraída; María, a la que se le pidió que entregara sus planes a Dios; Pedro, excitable e impulsivo, y la lista continúa. Todos ellos nos muestran que, con el amor y la verdad de Dios, guiados por su Espíritu Santo, podemos ser llevados a un lugar de una fe mayor y más refinada y de una alegría más profunda. No importa en qué punto de tu viaje estés, pero sí que encuentres, reconozcas y entres más plenamente en la presencia de Dios mientras disfrutas de lo que Jesús llamó la vida en abundancia (Jn. 10:10).

Nuestros viajes siguen todo tipo de terrenos. A veces sentimos el estirón de una subida empinada y podemos cansarnos y caer. Hay veces en que no estamos seguros de poder ir más lejos, anhelando encontrar un santuario. También es posible que perdamos el rumbo, temiendo así no avanzar con la rapidez necesaria. El sendero puede oscurecerse de repente, aparentemente rodeado de una niebla tan densa que no podamos orientarnos y debemos esperar a que se disipe. ¿Y a quién le gusta esperar? A menudo, nos enfrentaremos a "incógnitas" en nuestro viaje, donde el territorio nos resulta desconocido. Puede que incluso hayamos recorrido un sendero antes, en otra estación. Pero, si el mismo sendero está cubierto de nieve, puede parecer diferente.

Afortunadamente, también hay momentos en que las vistas a lo largo del sendero nos dejan sin aliento. Nos deleitamos con la suave brisa que corre a nuestras espaldas, que parece llevarnos hacia delante mientras caminamos. Alabado sea Dios porque, a lo largo de este viaje, promete acompañarnos con su Espíritu, proporcionándonos amor, plenitud, guía y compañía.

En el transcurso de este programa utilizaremos la metáfora de un sendero mientras caminamos con Jesús resucitado hacia las cimas de las montañas y a través de valles, desiertos, ríos serpenteantes, obstáculos y rutas imprevistas. Aprenderemos a sentir más intensamente su presencia mientras camina con nosotros, guiándonos y moldeándonos para que seamos la plenitud de lo que él nos creó para ser, sin importar lo que nos encontremos en el sendero.

A lo largo de nuestros senderos, también podemos desconectarnos del porqué de nuestros viajes, sintiendo que debe haber algo más. Podemos cansarnos de los "tiempos de silencio" y pasar de todo, sintiendo que Dios está lejos o decepcionado con nosotros. A veces podemos sentir que damos dos pasos hacia delante y tres hacia atrás, oyendo de nosotros mismos o de los demás que tenemos que caminar más deprisa, escalar con más fuerza y hacerlo mejor. Cuando esto ocurre, con frecuencia dependemos de nosotros mismos o de los demás, aferrándonos a seguir en el camino por pura fuerza de voluntad, que carece de poder transformador. Por ejemplo, quizá te cueste perdonar a alguien. Entonces te esfuerzas más por ser amable y evitar decir cosas negativas, pero parece que no puedes abandonar esa postura amargada. ¿Y si, en lugar de esforzarte más por amarlos, Dios cambiara realmente tu corazón desde dentro para que les perdones de verdad? El Espíritu nos ayuda a convertirnos en personas que no se limitan a actuar, sino que cambian sus deseos internos.

Esta serie de lecciones se creó para ayudarnos a aprender a permitir que Dios transforme nuestros corazones desde dentro. La formación espiritual se ha convertido en un tema muy popular últimamente, pero ¿qué es?



LEE 2 CORINTIOS 3:13-18

La formación espiritual implica a menudo la práctica de disciplinas espirituales, pero implica mucho más. Ruth Haley Barton define la formación espiritual como **“el proceso mediante el cual Cristo se forma en nosotros para la gloria de Dios, para la abundancia de nuestras propias vidas y para el bien de los demás”**.

Nuestra formación comienza con la forma en que vemos a Dios y a su Palabra viva, Jesús. Así, nos comprometeremos con Dios a través de su Espíritu, aprenderemos de los ejemplos bíblicos y nos dedicaremos a la reflexión espiritual, o “trabajo del alma”. Aunque el estudio de la Biblia siempre es necesario para nuestro crecimiento, sin reflexión espiritual puede convertirse en una clase más, que nos llene la cabeza de conocimientos, pero no satisfaga las necesidades del corazón. La reflexión espiritual, o trabajo del alma, es una forma de comprometerse con las Escrituras. Practicaremos la creación de un espacio en nuestra mente y nuestro corazón para comprometernos con nuestro asombroso Dios, aprendiendo a reconocer y disfrutar de su presencia en nuestras vidas.

Al comenzar la primera sección de ***El sendero***, “Ver”, reflexionaremos sobre cómo vemos a Dios y cómo nos vemos a nosotros mismos, discerniendo por qué este es el punto de partida necesario en nuestros senderos. En la sección dos, “Encontrar”, prepararemos nuestros corazones para el viaje, cultivando la intimidad con Dios y encontrando su gracia en mayor medida al comprometernos con sus promesas. En la sección tres, “Renovar”, veremos cómo Dios nos renueva mediante el reconocimiento y la superación de las barreras que se interponen en el sendero de su deseo de transformarnos. Aprenderemos a escuchar con más claridad su llamada mientras miramos hacia adelante con fe renovada, hacia el resto de nuestro viaje, uniéndonos a Dios en sus deseos para nuestra vida. En la última sección, exploraremos cómo “Vivir” en el plan de Dios para ayudarnos a crecer a través de nuestras relaciones en el cuerpo de Cristo y nuestra llamada a hacer brillar alegremente la luz de Dios en el mundo mientras utilizamos los dones que nos ha dado. También exploraremos opciones para desarrollar ritmos espirituales que nos sostengan a largo plazo como peregrinos hacia el cielo.

Por último, ten en cuenta que este libro funciona en paralelo con actividades individuales y de grupo que dan forma a nuestro caminar con Dios. En primer lugar, habrá una reunión de adoración a mitad de semana centrada en un conjunto específico de temas extraídos de la sección de esa semana. Tras esta reunión, cada discípulo realizará el trabajo del alma correspondiente a esa sección. A través del trabajo del alma, el Espíritu nos equipa para responder a la sabiduría de Dios mientras aprendemos durante el programa ***El sendero***. En concreto, el trabajo del alma incluye una sugerencia de oración y ejercicios espirituales que cada discípulo realiza por su cuenta. También incluye un conjunto de preguntas de debate en grupo que guían las reuniones de grupos familiares dedicadas a la sección del libro de esa semana. La combinación del culto a mitad de semana, las disciplinas individuales y el estímulo y la oración mutuos en grupo proporcionan una base sólida y saludable para un crecimiento enraizado en el Espíritu.

VER

SECCIÓN UNO

- 📍 LECTURA P.8
- 📍 TRABAJO DEL ALMA P.15
- 📍 TRABAJO EN GRUPO P.18



VER

Sección uno

En nuestro camino como discípulos de Jesús, anhelamos contemplar su gloria. Estamos llenos de esperanza porque servimos a un Dios de amor ilimitado. La escritura con la que comenzamos nuestra introducción (2 Cor. 3, 13-18) se refiere a Moisés, cuyo rostro resplandeció como resultado de hablar con Dios y recibir las dos tablas del pacto en el monte Sinaí (Ex. 34, 29-35). Para Moisés, el viaje a la tierra prometida comenzó con un encuentro fascinante con Dios. Subió a la cima de una montaña y allí entró en la presencia de Dios. Como testigos de la presencia de Dios, nosotros, como Moisés, nos llenamos de un sentimiento de asombro y aprecio, junto con un deseo de lo que es santo.

Con frecuencia, comenzamos nuestros viajes espirituales comprendiendo nuestra necesidad de buscar a Dios, lo cual es cierto. Pero debemos saber que, mucho antes de que nosotros busquemos a Dios, él nos ha estado buscando a nosotros (véase Is. 30:18). Dios provocó la curiosidad de Moisés llamándole desde una zarza ardiente. Dios estaba esperando a Moisés en la montaña, y Dios siempre está ansioso y a la espera de conectar con nosotros. Su deseo de relación y su deseo de comunicar amor son evidentes desde la creación de la humanidad. El Dios que contemplamos no es para ser apreciado desde lejos, sino que es profundamente personal y busca ser acogido.

Al mismo tiempo, la perspectiva marca una gran diferencia. Cuando contemplamos a Dios, a menudo podemos tener una visión distorsionada de quién es. Las visiones distorsionadas de Dios crean obstáculos que dificultan el crecimiento de nuestra relación con él y con otras personas. Si vemos a Dios como alguien ansioso por encontrar lo que hacemos mal, o como alguien que no conecta ni se compromete más allá de dejar algunas indicaciones, o como alguien exigente y difícil de complacer, no queremos estar en su presencia.



LEE 1 JOHN 4:16B-19

El amor de Dios da vida, nos colma de gracia, nos abre la puerta a la vida a través de su Hijo y nos concede la oportunidad de “ver a Dios” en nuestras relaciones. El amor “perfecto” o completo de Dios echa fuera el temor (1 Jn. 4:16b-19); por tanto, nos atrae hacia Dios en lugar de alejarnos de él. Una relación basada en el miedo bloquea la relación íntima que Dios desea tener con nosotros. Dios desea eliminar las causas del pecado que hay en nosotros, los falsos ídolos que asumimos al intentar llenar un vacío que solo puede llenar su amor. Desea hacer en nosotros y por nosotros lo que no podemos hacer sin él.

¿CÓMO VES A DIOS?

Nuestras visiones de Dios varían, y a algunos nos cuesta más aceptarlo como un Dios de amor. Repasa los rasgos asociados a dos visiones distintas de Dios, tal como se perfilan en el cuadro siguiente. Al comparar estos rasgos y disposiciones, reflexiona sobre si ves a Dios más como un juez y evaluador distante o como un Dios que busca y se compromete relacionamente.² El objetivo de esta comparación es poner de relieve la gran diferencia que supone nuestra visión de Dios en cuanto a lo dispuestos que estamos a inclinarnos y estar atentos a él.

PRINCIPALMENTE JUZGADOR	PRINCIPALMENTE RELACIONAL
Brazos cruzados y cerrados con rostro severo	Con los brazos abiertos y sonriendo
Observa a distancia	Él está presente, dentro de mí
Reparte tareas	Nos pide que nos unamos a él en lo que está haciendo
Espera que nos reformemos	Trabaja con nosotros y en nosotros para el cambio
Juzga nuestro comportamiento	Comprende nuestra debilidad
Enfadado, exigiéndonos	Amándonos, dándonos
Nos da normas rígidas que debemos cumplir por nuestra cuenta	Nos da el deseo de vivir bien
Debemos ganarnos su aprobación como siervos	Se deleita en nosotros como hijos suyos
Sobre todo, está decepcionado con nosotros	Quiere estar con nosotros
Crecimiento espiritual viene de esforzarse	Crecimiento espiritual viene a partir del compromiso con Dios
Principalmente se trata de hacer lo correcto	Principalmente se trata de recibir y dar vida
Mandar/exigir	Mentoría/sanación/restauración
La vida es una gran prueba divina	La vida es una experiencia siempre de constante crecimiento con Dios
La historia de la salvación trata principalmente de nuestro pecado, de los castigos que merecemos y del perdón de Dios	La historia de la salvación trata principalmente de una relación con Dios que estaba rota y que se restaura

Dios está más allá de la comprensión humana, pero, afortunadamente, podemos notar algo de su maravilla observando las maravillas de su creación.

HE AQUÍ A NUESTRO DIOS ASOMBROSO

El viaje que emprendemos comienza y termina con el Dios Creador que nos busca. Solo cabe que vayamos más despacio y nos quedemos admirados ante nuestro Padre, el Creador de la vida en todas sus exquisitas formas y variedades. James Bryan Smith, en *The Good and Beautiful God* (el Dios bueno y hermoso),³ implora a los lectores que contemplan a Dios pensando en él como en un gran artista y en ellos mismos como en el estudiante de arte, fijándose detenidamente en cada detalle de la obra del artista. Contemplar a Dios es una forma transformadora de “ver” a Dios. En la Biblia, encontramos la palabra “contemplar” cuando se nos llama a prestar atención

2. Tabla revisada de David Takle, *Forming: Change by Grace* (el preparar: el cambio por la gracia) (High Point, NC: Kingdom Formation Ministries, 2019), 30.

3. James Bryan Smith, *The Good and Beautiful God: Falling in Love With the God Jesus Knows* (el Dios bueno y hermoso: enamorarse del Dios que Jesús conoce) (Westmont, IL: Intervarsity Press, 2009), 54.

a lo que Dios hace con apertura, curiosidad y avidez. La grandeza de Dios está en todas partes. Basta con que mires tus manos. Aunque lleves como mucho unas décadas en la Tierra, ¡tus manos contienen moléculas creadas hace 13.000 millones de años! ¿Y sabías que la piel de las palmas de tus manos, bajo el microscopio, parece el terreno escarpado y montañoso del Himalaya? Si estamos dispuestos a detenernos y contemplar a Dios, los recordatorios de su grandeza son ineludibles.

Cuando empezamos a “ver” a Dios oculto a plena vista, cambiamos, comprendiendo más plenamente que formamos parte de algo mucho más grande que nosotros mismos. Cuando vemos a Dios como alguien que está más allá de nuestra comprensión, eso nos cambia. De hecho, cuando contemplamos a Dios, nos damos cuenta de que tenemos algo mucho más grande que nuestras circunstancias. Formamos parte de una imagen mucho mayor, que Dios comprende incluso cuando nosotros no lo hacemos. Esto nos da confianza mientras continuamos en el sendero.



REFLEXIÓN

Tomémonos un momento para reflexionar. Ponte en una postura cómoda, cierra los ojos y respira hondo y despacio unas cuantas veces, inhalando por la nariz y exhalando (como un suspiro) por la boca. Nota cómo tu cuerpo y tu mente empiezan a relajarse. Utilizar la respiración de este modo ayuda literalmente a abrir tus ondas cerebrales para recibir y reflexionar. Mientras respiras, responde a la siguiente pregunta:

- Para profundizar en tu relación con Dios, reflexiona sobre los momentos en los que te llenaste de asombro al encontrarte con Dios de alguna manera. Quizá fue algo que encontraste en la naturaleza, o una experiencia en la que viste a Dios moverse de un modo que va más allá de toda explicación, o cuando experimentaste algo profundamente significativo para ti...

Cuando recuerdes dos o tres momentos de asombro, anota además cómo te han hecho apreciar más a Dios. Tal vez quieras dar un nombre a estos momentos de asombro, para poder relatar estas experiencias cuando el sendero se haga duro y no veas una cumbre que muestre el hermoso plan de Dios. ¿Cómo te ha hecho sentir el relato de estos momentos?

EL ESPÍRITU Y EL HIJO

No podemos contemplar a Dios con exactitud sin verlo como Padre, Hijo y Espíritu. En este capítulo, hemos contemplado el amor eterno y creador de nuestro Padre. Antes de seguir avanzando por el sendero de la formación espiritual, debemos contemplar con asombro al Espíritu, que nos transforma para reflejar la imagen del Hijo de Dios a lo largo de este sendero. El propósito último del Espíritu no es cautivar, entretener o generar sentimientos agradables, sino conducirnos más profundamente en nuestro sendero para reflejar la imagen del Hijo (Ro. 8:29) en el amor, la alegría, la paz, la paciencia, la amabilidad y todo el fruto del Espíritu (Gá. 5:22-23).

EL ESPÍRITU: NUESTRO AGENTE DE TRANSFORMACIÓN

La escritura a la que nos referimos, en 2 Corintios 3:17-18, nos dice que nuestra transformación “a su semejanza con más y más gloria” procede del Espíritu. Cuando intentamos formarnos espiritualmente, resulta irónico que el Espíritu de Dios sea una realidad generalmente olvidada en el sendero de muchos seguidores de Cristo. Con demasiada frecuencia, vemos al Espíritu como una bebida energética de reserva o una inyección de adrenalina, para usarla cuando no podemos avanzar más. El Espíritu, que también es Dios, es mucho más.

Jesús describe al Espíritu como nuestro ayudante y consolador (parakletos), que guía, enseña, recuerda, da sabiduría, nos dice lo que tenemos que decir, escucha, interpreta, habla y glorifica (véase Jn. 14-16). En Juan 14:15-21, la insistencia e incluso la emoción de Jesús ante el vínculo especial e inquebrantable entre el Padre, el Hijo, el Espíritu y sus seguidores es contagiosa. El

Espíritu sigue actuando en la vida de los cristianos, enseñándonos, recordándonos, abogando por nosotros y capacitándonos de formas que incluyen y van más allá del razonamiento humano y de la enseñanza basada en los libros. Por muy bien que conozcamos la Biblia y las cosas de Dios, sin la participación del Espíritu, la Biblia se convierte simplemente en una fuente de información muy importante: una colección de normas, afirmaciones morales e historias. Pero el Espíritu vive con nosotros y nos habla a través de las Escrituras. Son palabras reveladas divinamente que forman parte del fundamento de nuestra relación con Aquel a quien estamos llamados a seguir. Tenemos mayor acceso a Jesús viviendo en nosotros a través del Espíritu que los que caminaron con él físicamente. ¡Esto es alucinante!

El Espíritu nos lleva más allá de la capacidad de reunir nuestra fuerza de voluntad para amar “porque Dios ha derramado su amor en nuestro corazón por el Espíritu Santo que nos ha dado” (Ro. 5:5, énfasis añadido). Más allá de la comprensión intelectual, los cristianos están llamados a aprender a comprometerse con el Espíritu de amor de Dios como la presencia y el poder transformador y personal que es. Al aquietar nuestros corazones y espíritus, dejamos espacio para que el Espíritu habite y se mueva. Sin quietud, no podemos considerar los lirios del campo (Mt. 6:28) ni comparar el amor de Dios con ovejas junto a pastos verdes y aguas tranquilas, como hizo David mientras estaba en el campo (Sal. 23). Esto puede resultar difícil para nuestras mentes occidentales y científicas. Tim Soeren describe este fenómeno:

Suena muy sencillo aprender a prestar atención a cómo actúa el Espíritu en mi vida y en mi vecindario. Pero lo cierto es que a pocos de nosotros se nos ha enseñado a adoptar esta postura de forma natural. De hecho, puede que sea el mayor reto al que nos enfrentamos como cristianos que vivimos en una cultura post cristiana. Vivimos y respiramos en una cultura que ha rechazado rotundamente la idea de la intervención de Dios en nuestra vida cotidiana. La hemos superado como hemos superado el caballo y el carruaje. Las ideas de que Dios es real, bueno y sigue activo son conceptos que hemos rechazado esencialmente en nuestra vida cotidiana. Pero, como señala Charles Taylor, lo sagrado nos sigue atormentando.⁴

Las Escrituras están llenas de pasajes, desde la visión de Jacob de ángeles subiendo y bajando (Gn. 28:12), hasta la oración de Eliseo para que su siervo viera los caballos y carros de fuego (2 R. 6:16-17), pasando por las numerosas visiones en la misión impulsada por el Espíritu del Libro de los Hechos (por ejemplo, 7:55; 9:1-19) que contienen referencias a ojos espirituales llenos de fe que ven la dimensión celestial de la realidad. Los artistas, músicos y poetas, a lo largo de las Escrituras e incluso en la era moderna, nos ayudan a desarrollar la visión espiritual que descubre esta otra dimensión. Por ejemplo, la poetisa Elizabeth Barrett Browning da en el clavo:

*La tierra está llena de cielo,
y Dios arde en cada arbusto común.
Pero solo quien lo ve se quita los zapatos;
el resto se sienta a recoger zarzamoras.⁵*

Que aprendamos a “quitarnos los zapatos” y a experimentar la presencia de Dios mientras recorremos los senderos de nuestra vida.

EL ESPÍRITU NOS LLEVA A REFLEJAR LA IMAGEN DE JESÚS

Puesto que Jesús es la representación exacta de Dios, podemos contemplarlo más de cerca y asombrarnos aún más al ver el amor en la carne. Jesús, Dios en la carne, también estaba lleno del Espíritu. Su ministerio comenzó según consta en Lucas 4:18-19, donde leyó la profecía de Isaías sobre él:

4. Timothy Soerens, *Everywhere You Look: Discovering the Church Right Where You Are* (mires donde mires: descubrir la iglesia allí donde estás), 38, citando a Charles Taylor, *A Secular Age* (una era secular) Cambridge, MA: Belknap Press, 2007), 593.

5. Elizabeth Barrett Browning, *Aurora Leigh* (NY: C.S. Francis, 1857), 276.

“El Espíritu del Señor está sobre mí,
 porque me ha ungió
 para anunciar buenas noticias a los pobres.
 Me ha enviado a proclamar libertad a los cautivos
 y dar vista a los ciegos,
 a poner en libertad a los oprimidos,
 a pregonar el año del favor del Señor”.

Como Dios en la carne, Jesús nos dio ejemplo de cómo seguir a Dios, allanando el sendero como camino, verdad y vida (Jn. 14:6). Él es el pan de vida, el agua viva, la luz del mundo, el buen pastor, la vida que da vida y la resurrección y la vida (Jn. 6:35; Jn. 7:37-39; Jn. 8:12; Jn. 10:11-12, 14; Jn. 15:1; Jn. 11:25-26). Al seguir a Jesús por nuestros senderos, descubrimos que su enseñanza, su vida y su presencia nos permiten encontrar sentido, cobrar vida y afectar e infectar (de las formas más saludables) a aquellos cuyas vidas tocamos.

EL CAMBIO CRUCIAL: DE QUIEN YO DIGO QUE SOY A QUIEN DIOS DICE QUE SOY

Mientras contemplamos a Dios, asombrados de quién es, también es importante tener una visión más clara de nuestra identidad, tanto de cómo nos ve Dios como de cómo nos vemos nosotros mismos. Es habitual que muchos de nosotros definamos nuestra identidad por lo que hacemos, lo que tenemos o lo que los demás piensan de nosotros. Así, cuando encontramos dificultades o cambios en lo que hacemos, lo que tenemos o lo que los demás piensan de nosotros, empezamos a cuestionarnos, inseguros de si podemos continuar el sendero. Podemos pensar que otros lo harán mucho mejor que nosotros y que quizá no estemos hechos para este sendero. O podemos pensar que sabemos hacer las cosas mucho mejor que los demás. Las palabras o situaciones que encontramos provocan reacciones que salen tanto hacia nosotros mismos como hacia los demás. Nuestra identidad, con frecuencia sin saberlo, arrastra restos de dolor, trauma, pena, conflicto, inseguridad y desánimo, generalmente derivados de las disfuncionalidades de nuestras familias, tanto físicas como espirituales.

No es sorprendente, pues, que todos nos encontremos con crisis de identidad. Algunos de nosotros crecimos en circunstancias profundamente desafiantes, y otros en familias sanas. En cualquier caso, todos cargamos con identidades que intentan anteponerse a la que nos ha dado Dios. Independientemente de nuestros antecedentes, nuestro viaje por la vida cristiana pone a prueba nuestro sentido de la identidad.

Después de contemplar a Dios, Moisés bajó de la montaña, donde la vida se volvió real, ¡rápidamente! Recién llegado de la cima, fue testigo de la impaciencia, la murmuración, la idolatría, el engaño y la oposición, que le desafiaron hasta la médula. ¿Puedes identificarte con los sucesos de la “vida real” tras una experiencia en la cima de una montaña? Nuestro sobrecogimiento puede convertirse rápidamente en horror. Sin embargo, Dios había estado preparando a Moisés, ayudándole a descubrir su identidad, lo que a su vez le ayudó en su próximo viaje con Dios. Dios, a lo largo de tu vida, también te ha estado preparando. Como describe Pablo en Romanos 5:1-5, los sufrimientos no se quedan simplemente en sufrimientos. En manos de Dios, pueden convertirse en el primer paso hacia el carácter, la perseverancia y la esperanza.

Quizá sentimos que valemos poco, o sentimos la necesidad de sobresalir para ser aceptados. Puede que luchemos por complacer a la gente para apaciguar nuestra falta de confianza en nuestra identidad. Estas tendencias tan arraigadas en nuestras vidas suelen surgir de convicciones no resueltas sobre nuestra verdadera identidad y nuestra aceptación de lo que Dios dice que somos: sus amados. Esta crisis de identidad ha aparecido desde el principio de la humanidad, pasando por generaciones que tenían perspectivas y prácticas equivocadas. Podemos aprender de las luchas de identidad de numerosos hombres y mujeres de la Biblia. Por ejemplo, Moisés vivió como adoptado entre dos culturas y tuvo que aprender el vínculo que hay entre nuestra identidad y experimentar la presencia de Dios (Éx. 33:14-16). O considera a Noemí, que como viuda cambió su nombre de Noemí (agradable) a Mara (amarga), solo para redescubrir el amor firme y la provisión de Dios a través de un gran desafío.⁶

En *40 Days of Decrease* (40 días de decrecimiento), Alicia Britt Chole escribe: “Para el fiel seguidor de Cristo, el autoconcepto está inextricablemente unido al concepto de Dios. Somos

6. El impacto de la identidad, especialmente en Moisés y Noemí, está tomado de Jeanie Shaw, *What Now, God?: Finding God in Transitions* (¿y ahora qué, Dios?: encontrar a Dios en las transiciones) (Spring, TX: IP, 2023).

valiosos porque Dios es el Creador. Somos perdonados porque Dios es el Redentor. Si Dios no es quien creíamos que era, entonces ¿quiénes somos nosotros?"⁷ No abreviemos el tiempo que necesitamos para comprender quiénes somos y de quién somos.

Lleva tiempo acallarnos y vaciarnos lo suficiente para permitir que la presencia amorosa de Dios nos muestre dónde y quiénes somos realmente, recalibrando nuestra identidad. Cuando realmente creemos que la presencia de Dios está con nosotros, nuestra identidad se alinea más con él. Él está con nosotros. Nosotros estamos con él. Él está a nuestro alrededor, está rodeándonos y, lo que es más importante, está en nosotros. La presencia de Dios que vive en nosotros cambia todo lo relacionado con nuestra identidad. Llevamos su imagen. Su presencia debe envolver nuestros corazones y mentes, envolviendo nuestras almas de tal modo que cuando nos pregunten: "¿A qué te dedicas?"; nos demos cuenta de que esa pregunta tiene poca relación con nuestra identidad otorgada. Podemos sentirnos confiados y seguros de que la presencia de Dios con nosotros y dentro de nosotros lo cambia todo. De hecho, es crucial recordar que hemos sido creados a imagen de Dios, y que Dios vio a la humanidad como el pináculo de la creación. No solo buena, sino muy buena. Y teniendo al ser humano, hecho a imagen de Dios en la creación, vemos que Dios lo considera muy bueno.

Es fácil aferrarse a una narrativa en nuestra relación con Dios en la que reconocemos y admitimos nuestro pecado, aceptamos que somos responsables de la muerte de Jesús, ondeamos la bandera blanca de la rendición y nos bautizamos. Aunque necesitamos comprender nuestra necesidad de la expiación de Cristo, podemos mantener fácilmente una narrativa subyacente malsana que empieza y acaba con "soy malo". La gracia significa entonces "Tengo suerte de que Jesús muriera por mí, porque soy muy malo". Esta sensación de maldad inherente nos impide experimentar la libertad y la vida en plenitud sobre las que leemos en las Escrituras. Desde el Jardín del Edén, la humanidad ha intentado cubrir su pecado con miedo, inseguridad, culpa y vergüenza, en lugar de permitirse que el amor y la presencia de Dios la cubran. Cuando esto ocurre, podemos quedarnos atascados en una rutina espiritual. El autoenfoco involuntario, incluso el autodesprecio, solo se hace más fuerte mientras intentamos defendernos del miedo, la inseguridad, la culpa, la vergüenza y el "mejorismo". Pecamos, nos sentimos culpables, nos avergonzamos, intentamos arrepentirnos, tenemos que hacerlo mejor. Ah, y Jesús murió por nosotros, así que ya no debemos ser así. Nos esforzamos más, pero solo es cuestión de tiempo que el ciclo se repita. Pero si Jesús murió para liberarnos, ¿por qué estamos esclavizados a este ciclo?

Si nos resistimos a escuchar sus verdades, podemos quedarnos atrapados en la rumiación interna o en el carrusel de la autoacusación y la autodefensa. Nos ayudará tomar conciencia de las afirmaciones e historias del "yo soy" que nos creemos y que utilizamos para alejar a Jesús. Quizá te hayas dicho a ti mismo algo así: Soy estúpido. *Estoy solo. No soy lo suficiente. No soy amado. Soy un extraño. Estoy dañado. Me rechazan...*

Contrástalas con la verdad de lo que Dios dice sobre ti. (Consulta las afirmaciones "Yo soy" líneas abajo).

La Biblia dice que lo que Dios ha hecho es muy bueno. Las Escrituras nos enseñan que hemos sido creados de forma admirable y maravillosa (Sal. 139:13-14). El pecado nos impide ser las personas muy buenas y maravillosamente hechas para las que Dios nos creó a su imagen. Así pues, el arrepentimiento puede verse ahora como una alegría, deseando ser la persona tan buena y maravillosamente hecha que Dios nos creó para ser. Esto trae alegría, esperanza, expectativa, restauración y paz. Es, sin duda, una buena noticia. Con esta comprensión, nuestro centro de atención pasa de nosotros mismos y de la culpa a la maravilla y la gloria de Dios y su bondad, su gracia, la maravilla de su creación, su amor por nosotros y su deseo de que seamos lo mejor que podamos. Parece un cambio sutil, pero marca una gran diferencia en nuestra visión de nosotros mismos, de los demás y de Dios.

Con este cambio, también aprendemos a ver a los demás como tesoros creados a imagen de Dios, en lugar de verlos primero como "malos", con la necesidad de afrontar su pecado, entristecernos y darnos cuenta de lo malos que son. Cuando primero "contemplamos" a otra persona no como un proyecto, sino como un tesoro, hecho a la muy buena imagen de Dios, la valoraremos y respetaremos, sabiendo que Dios quiere que sea todo lo que él creó que fuera. El pecado siempre se interpone en el sendero; por eso, el arrepentimiento ayuda a los demás, y a nosotros mismos, a llegar a ser todo lo que Dios quiere que sean, tanto ellos como nosotros. Estas son muy buenas noticias.

7. Alicia Britt Chole, *40 Days of Decrease: A Different Kind of Hunger. A Different Kind of Fast* (40 días de decrecimiento privación/pérdida: otro tipo de hambre; otro tipo de ayuno) (Nashville, TN: Thomas Nelson, 2016), 21.

AFIRMACIONES "YO SOY"

Las afirmaciones "Yo soy" no deben confundirse con "YO SOY". Nunca estamos declarando que somos Dios. En lugar de eso, estamos reclamando las promesas de la palabra de Dios y afirmando lo que Dios ya nos ha dicho. Aunque podríamos incluir muchas más, consideremos diez identidades que Dios nos da.

SOY HIJO DE DIOS (1 P. 2:9, GÁ. 4:5-7, JN. 1:12, RO. 8:14-19)

SOY AMADO APASIONADAMENTE (RO. 8:38-39, SAL. 86:15, IS. 43:4)

SOY UNA PERSONA NUEVA EN CRISTO (2 CO. 5:17, IS. 43:18-19)

ESTOY EXTRAORDINARIAMENTE HECHO (SAL. 139:14, SAL. 139:13-16, GN. 1:27)

YO SOY VALIOSO (1 P. 1:18-19, JN. 3:16, IS. 43:4)

SOY UN ELEGIDO (JN. 15:16, 1 P. 2:9, EF. 1:4)

ESTOY ENVUELTO EN LOS BRAZOS/ALAS DE DIOS (SAL. 91:4, IS. 25:4)

SOY ESCUCHADO (SAL. 116:1-2, 1 JN. 3:22)

YO SOY SUFICIENTE (2 P. 1:3, 2 CO. 3:5, COL. 2:10)

NO ESTOY SOLO (DT. 31:6, IS. 54:10, SAL. 48:14, SAL. 46:1-2)

Descubrimientos recientes han demostrado lo que Dios ha sabido siempre: nuestros pensamientos pueden alterar nuestro cerebro, renovando así nuestra mente. Con el progreso de las imágenes por resonancia magnética funcional (IRMf), ahora comprendemos que nuestros cerebros son maleables y cambiantes. De hecho, ¡podemos cambiar nuestro cerebro! La neuroplasticidad es la capacidad del cerebro de cambiar y adaptarse en estructura y función en respuesta a la experiencia. Uno de estos aspectos tiene que ver con nuestra vida mental. Las investigaciones nos dicen que cada día tenemos aproximadamente 70.000 pensamientos y que el 90% de esos pensamientos son los mismos que tuvimos el día anterior.⁸ No es de extrañar que Dios nos llame a vigilar nuestros pensamientos.

NUESTRAS ESTACIONES Y ETAPAS

Lo hemos oído decir muchas veces: el contexto importa. Es importante darse cuenta de que tenemos diferentes estaciones de la vida y etapas de nuestro viaje espiritual que afectan a la forma en que nos vemos a nosotros mismos y a Dios. Cuando consideramos nuestras estaciones de vida y etapas espirituales, podemos comprender mejor nuestros pensamientos y acciones a lo largo de nuestro viaje. Ayuda decir, por ejemplo, que Dios encuentra formas de acercarse a nosotros y brillar a través nuestro cuando entramos en la paternidad por primera vez, o como treintañeros recién llegados a una determinada ciudad o ministerio, o como adolescentes o universitarios a punto de graduarse, o como nido vacío, jubilados, cuidadores o experimentando nuevos retos de salud. También ayuda reconocer, a medida que discernimos nuestras etapas particulares de crecimiento espiritual, si estamos aprendiendo a apreciar la asombrosa misericordia y sabiduría de Dios, o abrazando una entrega y paz más profundas y desinteresadas, o tratando de servir y edificar a los demás de forma constante. Esto es algo que no podemos hacer solos. Se discierne mejor con el Espíritu de Dios.

Aunque somos libres de elegir lo que haremos y lo que no haremos en nuestras respectivas situaciones vitales, las elecciones deben hacerse por lo que somos, no para determinar quiénes

8. Kent McKean y Heather McKean, *The Metanoia Method: How the Brain, Body, and Bible Work Together* (el método metanoia: cómo trabajan en conjunto el cerebro, el cuerpo y la Biblia) (Mind Change LLC), 157-158.

somos. Es a partir de la plenitud de Dios en nosotros como podemos dar a los demás. Juan de Kronstadt, un monje del siglo XIX, ilustra esta verdad. Al relatar su historia, el autor James Bryan Smith nos habla de un hombre que tuvo un tremendo impacto al cambiar la vida de los adictos:

A su alrededor proliferaba el consumo abusivo de alcohol, pero los demás sacerdotes esperaban a que los heridos acudieran a ellos en vez de salir a su encuentro. Juan, impulsado por el amor, levantaba a los resacosos y malolientes de la acera y los acunaba en sus brazos mientras les decía: "Esto está por debajo de tu dignidad. Estás hecho para albergar la plenitud de Dios". Eso nos describe a ti y a mí. Saber que esta es nuestra verdadera identidad es el secreto para caminar en santidad.⁹

Aceptar nuestra identidad como amados de Dios requiere un trabajo decisivo. Si no hacemos el trabajo anímico necesario para despojarnos de nuestra identidad funcional (o disfuncional), que hemos mantenido durante tanto tiempo, y cambiarla por la identidad que Dios nos ha dado, volveremos continuamente a nuestros viejos puntos de vista cuando el sendero se vuelva difícil. Ocurrió cuando Moisés reaccionó con ira antes de pasar un tiempo en Madián, y ocurrió con Noemí "Mara" antes de que reclamara su identidad con Dios en su viaje de vuelta a casa. Dios estaba trabajando entre bastidores, a través del linaje de la nuera a la que amaba y cuidaba, para implicarla en la gran historia de redención que condujo a Cristo.

Podemos olvidar quiénes somos, pero afortunadamente Dios siempre sabe quién es y obra en nuestro favor, incluso cuando no podemos verlo. Noemí nunca vio el nacimiento de Jesús, el objetivo último de nuestra redención. Moisés nunca entró en la tierra prometida, pero habló con Dios y caminó con él. Dios obra en nuestro favor porque sabe quiénes somos y de quién somos.¹⁰ Así que, independientemente de lo que haya sucedido o suceda, todas y cada una de nuestras vidas importan profundamente para el propósito permanente de Dios.

9. James Bryan Smith, *The Good and Beautiful God* (el Dios bueno y hermoso), 162.

10. Shaw, *What Now, God?* (¿Y ahora qué, Dios?).

NOTAS

SECCIÓN UNO
VER

TRABAJO DEL ALMA
TRABAJO DEL ALMA
TRABAJO DEL ALMA
TRABAJO DEL ALMA
TRABAJO DEL ALMA
TRABAJO DEL ALMA
TRABAJO DEL ALMA
TRABAJO DEL ALMA
TRABAJO DEL ALMA

TRABAJO DEL ALMA

El trabajo del alma pretende ser un tiempo para profundizar en las convicciones y ampliar la conciencia. Dedicar tiempo a permitir que Dios trabaje a través de estos ejercicios para acercarte a él y escuchar su "suave murmullo" (1 R. 19:12). Este trabajo del alma te ayudará a contemplar a Dios, a estar agradecido a él y también a examinar en qué punto de tu pensamiento te encuentras. También te ayudarán a discernir si son necesarias conversaciones más profundas e intencionadas.



DIARIO GPS P.20



CONVERSACIONES INTENCIONADAS P.21

SUGERENCIA DE ORACIÓN

Padre celestial, Creador de toda la vida, me presento ante ti asombrado por tu majestad y la belleza de tu creación. Me detengo a contemplar tu obra: en los detalles de la naturaleza, en el poder transformador del Espíritu Santo y en el ejemplo de tu Hijo, Jesús. Señor, abre mis ojos para que te vea en cada momento, para que reconozca tu presencia incluso en lo ordinario, y para que crezca mi admiración por lo que eres.

Al reflexionar sobre los momentos en que me encontré con tu grandeza, recuerdo momentos de asombro y maravilla: [dedica un momento a nombrar y reflexionar sobre dos o tres momentos en los que te sentiste profundamente conmovido por la presencia de Dios]. Gracias por revelarte a mí de formas tan poderosas. Te pido que me ayudes a llevar estos recuerdos conmigo, utilizándolos para fortalecer mi fe cuando el sendero se vuelva difícil.

Que tu Espíritu me guíe, me enseñe y me recuerde mi verdadera identidad como hijo amado tuyo. Ayúdame a desechar todas las falsas narrativas y a abrazar la verdad de quien tú dices que soy.

EJERCICIO 1: DIARIO GPS

Debido al hecho de que la gratitud y el asombro ocupan un lugar tan importante en la formación de nuestro deseo y amor por Dios, ofrecemos un ejercicio sencillo que puede tener un gran impacto en nuestro bienestar espiritual cuando se practica a lo largo del tiempo, el diario GPS.¹¹

Este ejercicio funciona mejor si dedicas un diario exclusivamente a anotar tu GPS. Cada día, o siguiendo un patrón semanal definido, anotarás tantas líneas como quieras de lo siguiente:

- G** **Gratitud:** Escribe las cosas por las que estás agradecido ese día, esa semana o en tu vida en general. Pueden ser cosas de pequeño o gran magnitud y tan específicas o generales como deseos.
- P** **Verdades positivas que Dios dice de ti:** Podría decirse que esta es la parte más difícil, ya que tendemos a autocriticarnos o a condenarnos con más facilidad que a aceptar las verdades amorosas de cómo nos ve Dios e incluso a permitirnos admitir en qué somos realmente buenos. El capítulo siguiente te ayudará en este aspecto.
- S** **Cosas que te hacen sonreír:** De nuevo, esto puede ser grande o pequeño, del día de hoy o de la semana o de la vida en general.

Como sabemos, un GPS nos ayuda a llegar a donde queremos ir. Del mismo modo, una práctica regular del GPS también nos ayudará a llegar a donde queremos ir espiritualmente: más íntimamente conectados con nuestro Padre, así como más plenamente convencidos del amor perfecto de Dios por nosotros y de la vida en abundancia que desea para nosotros

11. Kent McKean y Heather McKean, *Mind Change Handbook: The Companion Guide to Mind Change* (manual cambio de mente: la guía complementaria del libro cambio de mente) (Mind Change, LLC, 2019), 25-40.

EJERCICIO 2: CONVERSACIONES INTENCIONADAS

1

Durante la semana siguiente, dedica un tiempo a pedir a Dios que te ayude a explorar los supuestos más básicos, de cualquier tipo, que forman la base de tu visión de Dios y de ti mismo. Crea dos columnas dedicadas a tu visión de Dios y a tu visión de ti mismo y escribe tus respuestas debajo de cada una. Siéntete libre de borrar, reescribir y hacer modificaciones. Ora durante todo el proceso para que haya claridad y honestidad. Utiliza este cuadro comparativo y las afirmaciones “Yo soy” para guiar tus pensamientos.

2

Ponte en contacto con un amigo de confianza y discute las dos o tres suposiciones o puntos de vista más importantes que identificaste en tu exploración orante. Habla de lo que estás aprendiendo y oren juntos pidiendo la ayuda de Dios para soltar las mentiras y afirmar la verdad.

NOTA IMPORTANTE SOBRE LA SALUD MENTAL

Nuestra visión de Dios puede verse empañada por nuestros problemas de salud mental pasados y actuales. Si no te sientes preparado para superar ciertas cargas, traumas o pérdidas, quizá te beneficiarías de unas conversaciones exploratorias que hagas de manera intencional con un consejero profesional. Examinar tu pasado puede ayudar a comprender el pensamiento malsano que aprendemos de nuestras experiencias pasadas, y entonces podemos sustituirlo por puntos de vista bíblicos.

Si crees que podrías beneficiarte de explorar tu salud mental con la ayuda de un profesional capacitado, ve a la sección “RECURSOS DE SALUD MENTAL” en el apéndice de este libro para ver un vídeo y obtener más información sobre diversos recursos religiosos de profesionales que podrían ayudarte.

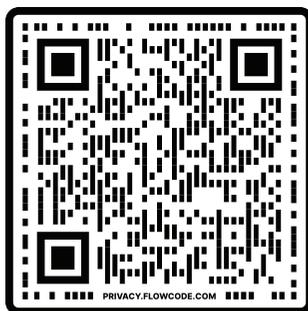
SECCIÓN UNO
VER

TRABAJO EN GRUPO
TRABAJO EN GRUPO
TRABAJO EN GRUPO
TRABAJO EN GRUPO
TRABAJO EN GRUPO
TRABAJO EN GRUPO
TRABAJO EN GRUPO
TRABAJO EN GRUPO
TRABAJO EN GRUPO



PREGUNTAS PARA EL DISCUSIÓN

1. ¿Qué es lo que más te ha impactado de este capítulo?
2. ¿Qué pasos puedes dar para comprender mejor tu identidad?
3. Dios se preocupa por ti como persona integral y desea que vivas vida en plenitud. Para elevar tu conciencia desde una perspectiva integral respecto a las distintas áreas de tu vida, puede ser revelador hacer esta prueba de evaluación vital. Toma esta evaluación con tu grupo familiar.



Escanea este código QR para realizar la evaluación. (La evaluación es gratuita junto con un curso opcional sobre establecimiento de objetivos. No te sientas obligado a comprar el curso).

Según la evaluación de tu vida, ¿qué áreas son más fuertes y qué áreas necesitan atención? Reconocer un par de áreas débiles clave de la vida solo nos ayudará a ser más conscientes de cómo Dios puede ayudarnos de forma más específica.

NOTAS

ENCONTRAR

SECCIÓN DOS

- 📍 LECTURA P.27
- 📍 TRABAJO DEL ALMA P.36
- 📍 TRABAJO EN GRUPO P.40



ENCONTRAR

Sección dos

Siguiendo el sendero de nuestra vida, seguramente llegaremos a bifurcaciones en el camino, así como a lugares en los que el sendero parece largo y monótono. A veces, Dios parece estar en silencio, y nos preguntamos dónde está. Nos enfrentamos a momentos tan difíciles que sentimos que no podemos respirar, y entonces empezamos a cuestionar el amor y el poder de Dios, así como nuestra propia fe. Puede que creamos que él interactúa con los demás, pero nos encontramos repitiendo las palabras del salmista: “¿Cuándo podré presentarme ante Dios?” (Sal. 42:2). Mientras contemplamos esta lucha, visitemos de nuevo a Moisés.



LEE ÉXODO 33:7-11, 17-18

La formación bíblica en nuestra familia de iglesias se centra en el consumo de información vital. Nuestro amor por la Biblia y el deseo de seguirla es un punto fuerte. Sin embargo, en los puntos fuertes, podemos quedarnos con hambre de una experiencia más profunda de Dios. Pedimos con anhelo, como Moisés: “Dios, muéstranos tu gloria”. Deseamos ver su rostro y sentir profundamente su amistad.

CULTIVAR LA INTIMIDAD CON DIOS

Comencemos nuestra exploración de la intimidad con Dios con una oración proveniente de las Escrituras, que se encuentra en Efesios 3:16-19 (NTV, énfasis añadido):

Pido en oración que, de sus gloriosos e inagotables recursos, los fortalezca con poder en el ser interior por medio de su Espíritu. Entonces Cristo habitará en el corazón de ustedes a medida que confíen en él. Echarán raíces profundas en el amor de Dios, y ellas los mantendrán fuertes. Espero que puedan comprender, como corresponde a todo el pueblo de Dios, cuán ancho, cuán largo, cuán alto y cuán profundo es su amor. *Es mi deseo que experimenten el amor de Cristo*, aun cuando es demasiado grande para comprenderlo todo. Entonces serán completos con toda la plenitud de la vida y el poder que proviene de Dios.

Un primer paso importante para una mayor intimidad con Dios consiste en vaciarnos de distracciones, haciendo espacio para recibir. ¿Qué significa experimentar el amor de Cristo que encontramos en estos versículos? Aceptamos como un hecho que Dios nos ama, pero ¿qué puede significar experimentar ese amor? Para ello, debemos acercarnos a las Escrituras abiertos y dispuestos a ceder, recibir, someternos, humillarnos, y dejar que Dios nos hable y luego responder obedientemente.

Con frecuencia, nos centramos en nuestra responsabilidad de buscar a Dios (y, por supuesto, hay algo de verdad en nuestra necesidad de buscar a Dios); sin embargo, el mensaje de Dios a lo largo de la Biblia, desde el principio en el Jardín de Edén, pasando por el peregrinaje por el desierto y los últimos profetas, hasta llegar al clímax en Jesús, es que Dios nos busca. La diferencia puede parecer sutil, pero uno se centra en nuestro esfuerzo y el otro se centra en Dios y su amor. Generalmente, relacionamos el hacer más con ser más agradables a Dios, y esto nos tienta a llevar nuestras ocupaciones como insignias de honor. Podemos pensar: "Si no estoy 'haciendo lo que debería estar haciendo', debo trabajar más, orar más, estudiar más y hacer que suceda". Esta postura pasa por alto el punto de partida: un corazón confiado y receptivo.

APRENDIENDO A RECIBIR EL ABUNDANTE AMOR DE DIOS

Solo con nuestra abundancia podemos dar. Una pregunta importante que debemos plantearnos al leer e interpretar las Escrituras es ¿hacemos espacio para recibir de Dios? La diferencia entre leer para recibir es grande si la comparamos con dominar las Escrituras, o con conocer información e intentar hacer lo correcto. La forma en que abordamos estas diferencias nos muestra si buscamos funcionar como resultado de nuestra relación con Dios o si nos esforzamos en hacer cosas para tener una relación con Dios. ¿La forma en que recorremos nuestro sendero procede de la plenitud de Dios que sentimos, o intentamos obligarnos, trabajando más o haciendo más cosas, a buscar una relación más estrecha con Dios?

Hay un viejo dicho: "Las vacas felices dan mucha leche; las gallinas felices ponen más huevos". En realidad, no son solo refranes, sino hechos científicamente probados. Pero con frecuencia, nosotros, como cristianos, podemos sentirnos secos e improductivos, haciendo realidad otro viejo dicho: "No se puede exprimir sangre de un nabo" (por mucho que aprietes). No podemos dar lo que no tenemos. Y a la inversa, damos lo que tenemos. Recuerda, amamos porque primero somos amados. Nuestra primera prioridad es llenarnos siempre del amor perfecto que Dios nos tiene.

Como "hacedores" practicados, acostumbrados a recibir elogios por hacer cosas, recibir de Dios puede ser una postura difícil de adoptar. Incluso si tenemos un entorno familiar sano, cuando pensamos en lo que Dios podría decirnos respecto a nuestra relación con él, puede ser difícil aceptar que él nos diga: "Te quiero, me gustas, disfruto estar contigo y me importas". Y esto es más aún cierto para la persona que no experimentó sentirse querida en su hogar, o que ha sido tratada con prejuicios o como "menos que" a causa de su etnia, sexo o posición social. Puede ser difícil aceptar una identidad como amados de Dios en lugar de "Somos lo que hacemos, tenemos o lo que los demás piensan de nosotros".

En nuestra cultura, tendemos a empezar por lo que tenemos que hacer. Para seguir dando, rara vez empezamos por el principio: recibir amor. Muchos, incluso cristianos de toda la vida, tienen poco conocimiento de cómo experimentar el amor de Dios. En el fondo, sienten que no son tan adorables. Pensamos que quizá Dios tiene que amarnos porque esa es su obligación, pero no su deseo. O podemos sentir que esta discusión sobre la experiencia de Dios es innecesaria, palabrería emocional, y que solo tenemos que ponernos manos a la obra.

DESACELERAR Y ABRIRSE

Para recibir de Dios, debemos hacer espacio en nuestros corazones y mentes. Las Escrituras en su conjunto enseñan que esto empieza por ir más despacio, despejar el desorden y abrirse. Debemos hacer espacio mental y emocional para escuchar a Dios y encontrarnos con él. Probablemente te darás cuenta de que la quietud es difícil. Hay una razón por la que Dios pidió el descanso sabático, y Dios mismo tomó el descanso sabático. Así pues, ¿cómo podemos esperar experimentar a Dios sin un descanso intencional? Antes de comenzar sus ministerios,

observamos una y otra vez el tiempo que pasó la gente en el desierto, donde la gente luchó con Dios y/o experimentó a Dios antes incluso de comenzar su quehacer.

Vivimos nuestras vidas a tal ritmo que no experimentamos fácilmente a Dios, en el sentido de encontrar y contemplar las partes mejores, más profundas o significativas de la vida con Dios con todo nuestro corazón, mente, alma y fuerza. Se nos da mejor saber y hacer. Debemos tomarnos tiempo para ir más despacio y reflexionar:

- ¿Cómo podemos, con Jesús, considerar los lirios del campo?
- ¿O, cómo puedes fijarte, como Isaías, en los árboles del campo que aplauden?
- ¿O cómo puedes mirar, como David, a las ovejas en verdes praderas junto a aguas tranquilas?

Recibir mientras leemos invierte nuestro papel de sujeto que controla las cosas al objeto de los propósitos amorosos de Dios. Esto supone un cambio fundamental, de ser nuestra propia producción a ser la creación de Dios.

Es difícil leer la Biblia para entrar en relación y recibir. Es más fácil llevarnos una lista de cosas pendientes y no pendientes, que nos deja agobiados en lugar de refrescados. En cambio, si permitimos que el Espíritu nos llene de “corrientes de agua viva”, entonces las cosas que hacemos brotan de aquello en lo que nos estamos convirtiendo de dentro a fuera. Cuando nos enfocamos primero en las cosas que tenemos que hacer, estamos poniendo las cosas en orden inverso.¹²

Sorprendentemente, Dios creó nuestro cerebro de tal manera que incluso su estructura puede cambiar cuando meditamos. La meditación es simplemente la práctica de pensar profundamente o concentrar la mente durante un periodo de tiempo. Meditamos todo el tiempo, pero ¿sobre qué meditamos?



REFLEXIÓN

Dediquemos tiempo a practicar una meditación que nos lleve a la verdad de Dios a través de la Palabra.

Lee en voz alta estas ofrendas de Jesús, que describen sus dones vivificantes para nosotros. Escucha con el corazón abierto para recibir. Primero, respira un poco. Inhala por la nariz, exhala por la boca como un suspiro. Con cada ciclo respiratorio, deja que tu exhalación se extienda un poco más que tu inhalación. Esto ayuda a tu cuerpo, mente y espíritu a estar preparados para recibir.

- “¡Vengan a las aguas todos los que tengan sed! ¡Vengan a comprar y a comer los que no tengan dinero! Vengan, compren vino y leche sin pago alguno” (Is. 55:1).
- “Vengan a mí todos ustedes que están cansados y agobiados; yo les daré descanso. Carguen con mi yugo y aprendan de mí, pues yo soy apacible y humilde de corazón, y encontrarán descanso para sus almas. Porque mi yugo es suave y mi carga es liviana” (Mt. 11:28-30).
- “Yo soy el pan de vida —declaró Jesús—. El que a mí viene nunca pasará hambre y el que en mí cree nunca más volverá a tener sed” (Jn. 6:35).

¿Sientes la diferencia entre leer para saber, leer para hacer y leer para recibir? Todas son necesarias, pero es fácil descuidar esta última.

12. Jeanie Shaw, The Way Global Ministries Renewal Workshop, Jan 13, 2023, “Reflection and Receiving,” (taller de renovación de los ministerios globales de el camino, 13 de enero de 2023, “reflexión y recepción”). <https://youtu.be/qHae8URWOVY>.

Algo asombroso ocurre cuando empezamos a recibir la bondad de Dios. Cuando nos permitimos recibir esa agua viva y tomar el pan que nos colma, sobreviene la satisfacción. Esto es más que una comprensión teológica. Recibir es una experiencia del corazón. Cuando permitimos que el Buen Pastor, el que nos conoce, nos lleve cerca de su corazón, nos sentimos más seguros de este amor. A partir de este consuelo, seguridad, amor y esperanza, nuestras almas no solo se llenan, sino que empiezan a rebosar. Esto no ocurrirá hasta que recibamos, desenvolvamos y poseamos estos preciosos regalos como propios. Dios es un increíble dador de regalos. Cuando nos permitimos saber que estos dones son realmente nuestros, nuestras perspectivas cambian. Este cambio tiene efectos de gran alcance. Ahora vemos la vida desde una dimensión diferente.

Sin morar o “empaparnos de la Palabra”, nos quedamos con hambre y sed de más de Dios. El conocimiento y la práctica no pueden aportar la plena expresión de Dios. Recibir mientras se leen e interpretan las Escrituras permite verse a uno mismo como objeto del amor y la creación de Dios. Cuando oímos y leemos para recibir el agua viva y participar del pan que llena el alma, nuestras almas se llenan.¹³

LLENANDO NUESTROS SENTIDOS

Cuando perdemos a un ser querido, no echamos de menos los hechos sobre él o lo que conseguí. Echamos de menos ver su cara, sus expresiones únicas, sentarnos a conversar con él, reír o llorar con él, sus abrazos, su olor, sus palabras de aliento e incluso sus rarezas e idiosincrasias. Echamos de menos el contacto de su mano, su afecto, todo ello destinado a comunicar “Estoy aquí. Soy tu mejor amigo, te quiero y me encanta pasear contigo. Te aprecio”. Las palabras que más recordamos son las que comunicaban amor. Oswald Sanders escribe:

La inanición de la imaginación es una de las cosas que más agota a un trabajador y mina sus fuerzas. Si no has utilizado tu imaginación para ponerte ante Dios, empieza a hacerlo ahora. La imaginación es el mayor don que Dios nos ha dado y debe dedicarse por entero a él.¹⁴

Cuando leemos la Biblia, es difícil no darse cuenta de que Dios piensa que los humanos necesitan algo más que palabras, sino también imágenes, poesía y símbolos. Una cosa es comprender intelectualmente que Dios ama a todas las personas, incluido tú; otra es recibir imaginativamente el amor de Dios susurrado a tu corazón.

Esto es precisamente de lo que hablamos, no con las palabras que enseña la sabiduría humana, sino con las que enseña el Espíritu, explicando lo espiritual en términos espirituales.

1 CORINTIOS 2:13

Dios no es menos accesible para nosotros hoy que en los tiempos bíblicos. De hecho, como su Espíritu vive en nosotros, está aún más accesible y presente. Mientras aprendemos a recibir, considera las formas en que pueden ayudarnos los sentidos que Dios nos ha dado.

LA VISTA

Los Salmos relatan la belleza de la naturaleza y de la creación. Qué regalo es poder contemplar las maravillas de Dios. Es una maravilla en sí misma que podamos ver. La mayoría de los términos que utilizamos para el conocimiento y la comprensión se basan en este sentido, como “veo lo que dices”. Ya hemos dedicado tiempo a “ver” a Dios en la Sección uno. Además de esto, fíjate en cuántas veces enseñó Jesús lecciones espirituales que dirigían la atención visual real de sus oyentes a lo que les rodeaba: lirios del campo, higueras, tierra, una perla,

13. Jeanie Shaw, *What Now, God?* (¿Y ahora qué, Dios?), 130-132.

14. Oswald Sanders, *En pos de lo supremo* (Grand Rapids, MI: Publicaciones Nuestro Pan Diario, 2021) n.p.

seres humanos necesitados, peces, pan, ovejas, el cielo y muchas otras cosas. Con este sentido, estamos dotados de la asombrosa capacidad de apreciar la amplitud, la forma, los colores y los matices de todas las cosas que Dios ha hecho, simplemente utilizando los dos ojos de nuestra cabeza.

Además, la luz ocupa un lugar muy especial en nuestro vocabulario espiritual. 1 Juan 1:5 dice: "Dios es luz y en él no hay ninguna oscuridad". Al referirse al resplandor e incluso a la profunda satisfacción que un rayo o destello de luz aporta a la oscuridad, este versículo pone de relieve lo perdidos, desesperanzados e incluso angustiados que estaríamos sin la presencia y el carácter resplandecientes de Dios. Cada experiencia de la completa bondad de Dios y cada instancia de belleza observada es algo que merece la pena "ver" desde lo más profundo de nosotros mismos, aunque no pudiéramos ver físicamente. La visión, tanto física como espiritual, es una vía especial hacia la intimidad con Dios.



LEE EFESIOS 1:17-19

EL OÍDO

Se necesita tiempo y práctica para desarrollar oídos dispuestos a escuchar a Dios. Henri Nouwen aconseja: "Todos nos resistimos mucho a escuchar. En primer lugar, nos cuesta mucho crear espacios vacíos en nuestras vidas y abandonar nuestras ocupaciones y preocupaciones, aunque solo sea por un tiempo. Sufrimos miedo al espacio vacío. Estamos tan preocupados por ser útiles, eficaces y tener el control, que un momento inútil, ineficaz e incontrolable nos asusta y nos lleva de vuelta a la seguridad de tener algo valioso que hacer".¹⁵

La música, a lo largo de las Escrituras y en nuestras vidas actuales, sigue siendo una parte muy importante de la experiencia de Dios. Aunque podemos escuchar bellas composiciones filarmónicas, no podemos oír muchas de las armonías que suenan constantemente en la creación de Dios. No oímos la orquesta de vibraciones que crean los elefantes cuando se comunican entre sí a través de kilómetros mediante el golpeteo de sus patas. No oímos hablar de la vida oculta de los árboles cuando se comunican entre sí el peligro (sí, existe, basta con leer *La vida secreta de los árboles: Descubre su mundo oculto: qué sienten, qué comunican*). Al caminar por la naturaleza y escuchar intencionadamente, es probable que oigamos más de la orquesta de Dios de lo que hayamos oído antes y experimentemos a Dios de formas más profundas.

EL GUSTO

Jesús hablaba a menudo de banquetes, y la estrella de los banquetes es la comida. Aprecio que Jesús utilizara incluso el gusto para ayudarnos a experimentar. La Biblia habla con frecuencia del sentido del gusto, incluso en relación con la lectura de la Palabra:

Prueben y vean que el Señor es bueno.

SALMO 34:8

¡Cuán dulces son a mi paladar tus palabras!

¡Son más dulces que la miel a mi boca!

SALMO 119:103

¿Cómo podríamos experimentar a Dios más plenamente a través del gusto? Quizá podamos detenernos en el sabor de nuestra comida un poco más y comer más despacio, apreciando el don que Dios nos ha dado y que nos alimenta bien.

15. Henri Nouwen, *Dirección espiritual: Sabiduría para la larga andadura de la fe* (Cantabria, Spain: Sal terrae, 2012), n.p.

EL OLFATO

En el Antiguo Testamento, los olores se asociaban a menudo con el culto. En Malaquías 1:11, la ofrenda de incienso se asociaba con el culto, pues Dios ordenó a Moisés que lo quemara en el templo. Los eruditos que apoyan esta práctica creen que aquí, medio siglo antes de Cristo, Malaquías profetizó que los gentiles quemarían incienso en su culto, como había hecho Israel. Nuestros sentidos olfativos conectan con los recuerdos. ¿Recuerdas el olor de la casa de tus abuelos, una cena familiar favorita, la colonia de tu primer amor, el olor de la pobreza, el olor del pan horneándose? ¿El olor de un bebé recién bañado? ¿O el olor del bebé que necesita un baño (también inolvidable)?

A ti clamo, Señor, ven pronto a mí. Escucha mi voz cuando a ti clamo.

Que suba a tu presencia mi oración como una ofrenda de incienso,
mis manos levantadas como el sacrificio de la tarde.

SALMO 141:1-2

EL TACTO

Jesús conocía el poder del tacto cuando tocó al leproso (Mr. 1:40-45), frotó con saliva los ojos del ciego (Mr. 8:23; Jn. 9:6), lavó los pies de sus discípulos (Jn. 13:1-17), cogió en brazos a los niños (Mt. 19:13; Lc. 18:15) y se conmovió cuando la mujer le lavó los pies con sus lágrimas. Dejó que Tomás tocara sus heridas (Lc. 24:39), y se dio cuenta de que el poder le había abandonado cuando la mujer tocó el borde de su manto (Lc. 8:45). El tacto es una experiencia poderosa. Dios era conocido como alguien que anhelaba reunir a su amada bajo sus alas, cobijarla y llevarla cerca de su corazón. Encontramos ejemplos en el antiguo y en el nuevo pacto (Sal. 91:4; 17:8; 61:4; Mt. 23:37). Jesús compara el viento con el movimiento del Espíritu, sabiendo que el viento solo se siente por las ondas de aire que tocan nuestra piel. Nos sostiene con su mano derecha, según Isaías 41:13; 46:4; 49:16 y Salmo 27:10; 63:8.

Experimenta a Dios más plenamente y disfruta del viaje mientras lo experimentas a través de la vista, el oído, el olfato, el gusto y el tacto, sintiendo las corrientes de agua viva que fluyen de ti y a través de ti. Es estimulante, es refrescante. Sin embargo, para ser sostenidos en nuestros viajes, necesitamos algo más que experiencia. También necesitamos aferrarnos a las promesas de Dios. Pedro nos ofrece una verdad asombrosa en 2 Pedro 1:3 (énfasis añadido):

Su divino poder, al darnos el conocimiento de aquel que nos llamó por su propia gloria y excelencia, nos ha concedido todas las cosas que necesitamos para vivir con devoción. Así Dios nos ha entregado sus preciosas y magníficas promesas para que ustedes, luego de escapar de la corrupción que hay en el mundo debido a los malos deseos, lleguen a tener parte en la naturaleza divina.

¿Lo has entendido? Como Dios se hizo humano en Cristo, podemos participar de la naturaleza divina a través de Cristo. Él se hizo humano para que nosotros pudiéramos llegar a ser divinos. Para sostenernos más plenamente con lo que Dios nos proporciona en nuestra "mochila espiritual", exploraremos la profundidad de las promesas de Dios, aprenderemos a confiar en ellas para superar los retos, confiaremos en su provisión y avanzaremos con confianza, sabiendo que estamos enteramente capacitados (2 Ti. 3:17) para el viaje que tenemos por delante.

DESEOS Y EXPECTATIVAS, HUMANOS Y DIVINOS

La fuerza que necesitamos para continuar en el sendero requiere que comprendamos cómo reconocer y emplear los preciosos bienes que Dios ha puesto en nuestras manos. En primer lugar, debemos explorar qué es lo que da forma a nuestras expectativas y deseos, y luego examinar esas expectativas teniendo en cuenta una comprensión renovada de las promesas y la fidelidad de Dios. No nos limitamos a explorar lo que sabemos sobre las promesas de Dios. También debemos determinar qué *queremos* y si hemos permitido que Dios sea quien moldea esos deseos.

Ninguno de nosotros puede aferrarse a las promesas de Dios cuando nuestros propios

deseos se resisten a esas promesas. Como aprenderemos, nuestros deseos más profundos suelen conformar nuestra visión de las promesas de Dios y de su voluntad. Esas expectativas y deseos están íntimamente ligados a nuestras mayores alegrías y deleites, así como a nuestras decepciones. Algunas de estas decepciones proceden de expectativas no cumplidas, y cuando no se abordan, se acumulan y se convierten en pesadas cargas que, lenta pero inexorablemente, disminuyen nuestra alegría, fidelidad e intimidad con Dios. Seguimos estando de acuerdo con lo que sabemos que son las verdades y la sabiduría de Dios porque sabemos que son correctas, pero en nuestro interior nos sentimos atraídos por otras fuentes de satisfacción y plenitud.

Este conflicto crea un dilema: podemos expresar nuestro acuerdo con todo tipo de principios espirituales y bíblicos, pero a menudo obedecemos a nuestro dolor. Esto es similar a la memoria muscular, en la que nuestra reacción inicial y automática suele ser un reflejo (de protección). Sabemos mentalmente cuál debería ser la mejor respuesta, pero la amenaza es inmediata. Nuestra decepción y la necesidad de responder a la amenaza son más profundas que el principio bíblico. El rey Saúl nos ofrece un ejemplo aleccionador. Una breve lectura de 1 Samuel 18:6-13 nos dice que desde el día en que Saúl consideró la mayor alabanza dirigida a David como una amenaza a su propio valor, Saúl mantuvo este dolor en el centro de su vida. Mientras profetizaba en su propia casa, el profundo miedo y la ira de Saúl le impulsaron a atacar a David (versículos 10 y 11).

En cambio, Jesús es el cumplimiento de las promesas de Dios, y nos muestra cómo vivir con plena confianza en que las promesas de Dios se cumplirán. Dios no quiere que carguemos con frustraciones en lo más profundo de nuestro corazón, sino que adquiramos una perspectiva fiel de su carácter, permitiéndole dar forma a nuestros deseos y voluntades. Esto resultará ser una fuente de paz cuando nos acerquemos a Dios con plena confianza antes de encontrarnos con los inevitables desafíos en nuestros senderos.

VERDADES, PRINCIPIOS Y PROMESAS

A veces, podemos tomar una verdad general sobre la vida como si fuera una promesa de Dios que se cumple en todas las situaciones posibles de la vida. Por ejemplo, Proverbios 22:6 dice: "Instruye al niño en el camino correcto y aun en su vejez no lo abandonará". Como ocurre con todos los proverbios, se trata de una verdad sabia y general. Esto no significa que sea una promesa rígida o una ley universal. Los refranes proverbiales requieren discernimiento para ser comprendidos y aplicados correctamente. Los Proverbios pretenden comunicar principios. Proverbios 22:6 insta al lector a comprometerse con sus jóvenes en alguna instrucción regular y sostenida relativa a una forma de vida específica (incluso posiblemente una vocación) que no olvidarán o rechazarán fácilmente a medida que crezcan. Sabemos que hay muchos que rechazan esa forma de vida, pero habrá muy pocas posibilidades de que la adopten si los padres no les dan esa instrucción.

Debemos aplicar el discernimiento y la atención para comprender y aplicar los proverbios y otras enseñanzas de la sabiduría. Algunos dichos parecen contradicciones, como "No respondas al necio con igual necedad o tú mismo pasarás por uno" (Pr. 26:4) y el versículo que le sigue inmediatamente: "Respóndele al necio como se merece, para que no se tenga por sabio" (Pr. 26:5; véase también Pr. 23:31-33; cf. 31:6-7). Observa que ambos son muy claros sobre las acciones prescritas y los resultados esperados. Sin embargo, debemos entrenarnos constantemente en este tipo de situaciones para saber cuándo hay que preferir una opción a otra.

En segundo lugar, también podemos tener la tentación de leer un pasaje que parece decirnos que se producirá un determinado conjunto de circunstancias o acontecimientos, sin tener en cuenta las condiciones necesarias para que esa situación se materialice. No podemos predecir con exactitud lo que Dios hará siempre, pues tenemos puntos ciegos y no somos Dios. Hay cosas que no entendemos, o nos perdemos su significado, a causa del lenguaje y de prácticas culturales tan distintas de las nuestras. En Santiago 5:15, puede parecer una promesa que si pedimos a los ancianos que oren y unjan con aceite a un enfermo, se pondrá bueno. Evidentemente, desconocemos la interpretación completa de esta práctica, aunque el aceite se utilizaba a menudo por razones médicas y la oración marca la diferencia. Pero existen otras verdades. El mal persiste en el mundo, y nuestro mundo caído garantiza que ocurrirán cosas malas. Nadie escapa

a la muerte. Esperamos el día en que Jesús vuelva para hacer nuevas todas las cosas. Hasta entonces, Dios permite que sucedan cosas que no comprendemos, aunque puede trabajar con nosotros a través de ellas, y lo hace, hacia la renovación de todo lo que es bueno. Como observa N.T. Wright, somos colaboradores de Dios mientras trabaja para el bien con quienes le aman.¹⁶ Pero el bien hacia el que trabajamos no siempre se siente bien ahora. En última instancia, un cristiano se curará, solo que puede que no sea en esta vida física.

Solo mediante la resurrección de Jesús fue vencida la muerte, para que podamos entrar en la vida eterna a través de él y estar juntos cuando vuelva para hacer nuevas todas las cosas. Independientemente de lo que experimentemos aquí, podemos estar seguros de la perfecta fidelidad y coherencia de carácter de Dios. Jesús nos lo demostró, pues dio a conocer a Dios. Podemos afirmar con confianza que Dios está completamente entregado al amor, la paz, la justicia, el perdón y la bondad, de una generación a otra.

¿CONTROL O CONFIANZA? SELECTIVIDAD Y MANIPULACIÓN

Entonces, ¿qué significa esto para nosotros? ¿Cómo sabemos distinguir entre nuestro deseo de seguridad y confianza en Dios y nuestro deseo de controlar o manipular a Dios? Si seleccionamos un versículo que comunica una acción decidida de Dios para rescatar o actuar en favor del pueblo de Dios, ¿deberíamos considerar el contexto y el propósito al que servían las acciones de Dios? Éxodo 14:14 nos dice: "Ustedes quédense quietos, que el Señor presentará batalla por ustedes". Sin embargo, tres capítulos después, se ordenó a Israel que luchara activamente y se defendiera. De hecho, a medida que nos adentramos en el viaje de Israel en Éxodo, hay numerosos casos de acciones y decisiones específicas que Moisés, Aarón, Miriam y otros deben emprender para cumplir la gran misión de Dios de moldear al pueblo de Israel para convertirlo en un pueblo de la promesa, es decir, en una "nación santa". Asegurémonos también de ser conscientes de cualquier tendencia a invocar una promesa de Dios como si pudiéramos convocar a Dios para que haga algo como nosotros deseamos y cuando lo deseamos, como el genio de la lámpara maravillosa. También podemos caer en la tentación de imponer un calendario a una promesa o suponer que el destinatario es una persona concreta y no todo un pueblo, como en Jeremías 29:11. Sí, Dios tiene un plan para cada uno de nosotros, pero también está trabajando para incluir a cada persona en el plan más amplio de un pueblo hecho para su gloria. Este plan no tiene un calendario preciso conocido por los humanos.

En última instancia, no se nos pide que utilicemos las promesas para doblegar la voluntad de Dios a la nuestra, sino que confiemos más plenamente en Dios y alineemos nuestras voluntades y deseos con los de Dios. Jesús sigue siendo el mejor modelo para nuestra comprensión de la fidelidad de Dios. Aunque Jesús es, asombrosamente, el cumplimiento de las promesas de Dios, sufrió penalidades, pérdidas y todo tipo de desafíos con los que estamos familiarizados. De hecho, "en los días de su vida mortal, Jesús ofreció oraciones y súplicas con fuerte clamor y lágrimas al que podía salvarlo de la muerte y fue escuchado por su temor reverente. Aunque era Hijo, mediante el sufrimiento aprendió a obedecer" (He. 5:7-8).

ACEPTAR SUS PROMESAS

Jesús es un ejemplo notable del tipo de confianza en Dios impulsada por las promesas, llena de esperanza y de adoración que solemos encontrar en las voces de los Salmos. Jesús, nuestro pionero en el sendero de la vida y perfeccionador de nuestra fe, nos muestra una dependencia gozosa y completa de nuestro Creador, aquel que sabe cómo colmarnos, amarnos, moldearnos y transformarnos mientras seguimos adelante en esta caminata por la vida. Esta es la postura que nos llevará a discernir y aceptar la voluntad de Dios con alegría y paz.

"PRECIOSAS Y MARAVILLOSAS PROMESAS"

Ahora que hemos identificado varias formas de malversar o malinterpretar las promesas de Dios, también tenemos que comprender lo preciosas y maravillosas que son sus promesas,

16. N.T. Wright, *Into the Heart of Romans: A Deep Dive into Paul's Greatest Letter* (exploración al interior del corazón de Romanos: una inmersión profunda en la carta más grande de Pablo) (Grand Rapids, MI: Zondervan Academic, 2023), 158.

tal como se revelan a través de su carácter inmutable. Para ayudarnos a comprenderlo, lee lentamente cada uno de los siguientes pasajes de las Escrituras. Intenta percibir los hilos comunes que se abren paso a través de estos versículos. ¿Qué te dicen sobre el carácter y el propósito de Dios? Ten en cuenta que el contexto de cada uno de estos versículos puede no resultar evidente a menos que estés familiarizado con cada una de las cartas o libros en los que se encuentran. Sin embargo, tomados en conjunto, estos pasajes nos dicen que hay algunas acciones vitales que Dios está dispuesto a llevar a cabo en muchos contextos vitales diferentes en aras de su obra buena y redentora en nosotros y a través de nosotros. ¿Cuáles son dichas acciones?



REFLEXIÓN

Lee los siguientes pasajes e identifica la promesa que pretendes grabar en tu mente y en tu corazón:

- Deuteronomio 31:6
- Salmo 103:10-12
- Hebreos 13:5
- Isaías 40:28-31
- 1 Juan 1:9
- Judas 24-25

Entre las muchas cosas que pueden decirse de Dios basándose en estos textos seleccionados, unas pocas son evidentes: Dios es asombrosamente fiel. Dios está plenamente comprometido con lo que es mejor para nosotros y se propone realizar todo el bien posible. Este compromiso se basa en un amor divino inquebrantable y permanente. Dios no es voluble y no se queda sin energía ni pasión en esta relación de alianza. Aunque no controla nuestras respuestas, Dios anhela llevar a sus hijos a casa. El carácter de Dios de devoción completa e incondicional es exactamente lo que necesitamos para experimentar la libertad y la alegría, incluso en circunstancias profundamente desafiantes e insostenibles. Necesitamos a Jesús, necesitamos sus promesas, y debemos confiar en su Espíritu para darles vida.

SECCIÓN DOS
ENCUENTRO

TRABAJO DEL ALMA
TRABAJO DEL ALMA
TRABAJO DEL ALMA
TRABAJO DEL ALMA
TRABAJO DEL ALMA
TRABAJO DEL ALMA
TRABAJO DEL ALMA
TRABAJO DEL ALMA
TRABAJO DEL ALMA

TRABAJO DEL ALMA

Los siguientes ejercicios pretenden profundizar en tu intimidad con Dios y ayudarte a confiar en sus promesas, que dan forma a tus deseos y te llevan a una mayor unidad y paz con Dios.



ORACIÓN CONVERSACIONAL P. 38



ROCAS DEL RECUERDO P. 39

SUGERENCIA DE ORACIÓN

LEE EL SALMO 139:1-10

En el versículo 7, el salmista formula dos preguntas: ¿A dónde podría alejarme de tu Espíritu? ¿A dónde podría huir de tu presencia?

Mientras que algunos pueden haber leído este salmo en un sentido temeroso, como que Dios te vigila y no puedes escapar, este canto denota una profunda confianza en el amor y el cuidado íntimos de Dios por nosotros y en la presencia de su Espíritu que nos rodea..

Ofrece a Dios una oración de alabanza en respuesta a este salmo, prestando especial atención a las preguntas relativas a la presencia del Espíritu.

Para leer más: 1 Co. 2:9-10, Lc. 2:27; 4:1; 24:28-32; Ro. 8:14; 1 R. 19:11-13

EJERCICIO 1: ORACIÓN CONVERSACIONAL

La oración conversacional es una práctica vivificante, que nos ayuda a crecer en intimidad y profundidad con Dios. En la oración conversacional, escuchamos a Dios. Le oímos en su palabra, pero también a través de impulsos, cosas que pone en nuestro corazón, consuelos que no podemos explicar, y urgencias y conexiones que no pueden explicarse sin la participación del Espíritu. La quietud y la reflexión forman parte de la escucha. Reflexionamos buscando activamente, sintiendo, recibiendo y dejándonos guiar. No se trata de esperar pasivamente a que algo nos sorprenda, sino más bien de acercarnos a Dios con la actitud de un alumno, deseoso de aprender. La comunicación implica darse cuenta de las reacciones y respuestas internas que revelan lo que hay en nuestro corazón y en nuestra mente.

La comunicación también implica aprender a verbalizar nuestros pensamientos e impresiones, escribiendo o hablando lo que nos viene a la mente, tal como vemos en los salmos. Las palabras son importantes en la oración conversacional. Dan sustancia a nuestras impresiones y nos ayudan a centrarnos y a utilizar toda nuestra mente en el proceso. Al hacerlo, podemos sentirnos como si nos condujeran a través de una niebla. A medida que buscamos y encontramos palabras para captar nuestras impresiones, la niebla suele disiparse. Las conversaciones con Dios pueden describirse como una reflexión espiritual activa, con la expectativa de que Dios nos hable, permitiendo que el Espíritu nos enseñe sobre la vida en el reino de Dios, revelando la Palabra y nuestro corazón al mismo tiempo, permitiendo que el Espíritu nos muestre una comprensión más profunda del texto, y permitiendo que el Espíritu nos revele su verdad y penetre con ella en nuestro corazón. Ayuda empezar centrándose en pasajes o frases breves, lo que se ha descrito o denominado "escucha sagrada".

La oración conversacional ayuda a que nuestra relación con Dios siga creciendo y sea dinámica. Como sabemos por la experiencia de conversar con alguien regularmente, permanecemos mucho más amorosamente atentos a él a medida que practicamos la comunicación en distintos momentos del día. Como sabemos, un GPS nos ayuda a llegar a donde queremos ir. Del mismo modo, una práctica regular del GPS también nos ayudará a llegar a donde queremos ir espiritualmente: más íntimamente conectados con nuestro Padre, así como más plenamente convencidos del amor perfecto de Dios por nosotros y de la vida en plenitud que desea para nosotros.

PREGUNTAS ÚTILES:

- Dios, ¿a qué quieres que me aferre de nuestro tiempo juntos?
- ¿Cómo puedo actuar al respecto?
- ¿A qué quiero regresar de nuevo, para seguir explorando?

FORMAS DE RESPONDER:

- Disfrutar del momento, reflexionar y asimilar las cosas.
- Orar para que seas conducido a la acción de gracias, a la alabanza, a la intercesión, al arrepentimiento o a la renuncia.

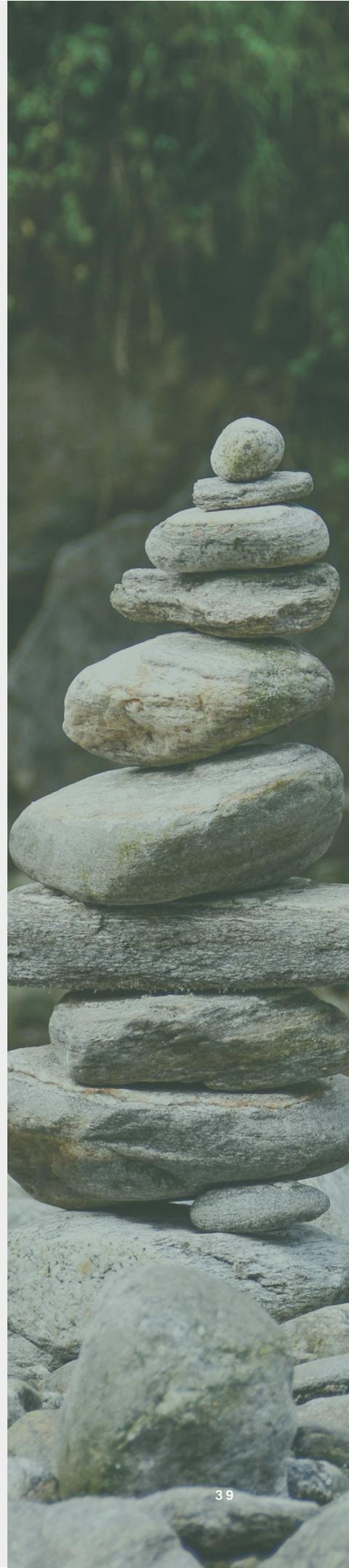
TOMAR MEDIDAS COMO:

- Contactar y conectar, perdonar/enmendar, servir/dar, memorizar versículos, poner una nota para mantener visible el pensamiento, compartir con otros.

EJERCICIO 2: ROCAS DE RECUERDO

REVELA	SELLA NUESTRA HERENCIA	GUÍA HACIA LA VERDAD
CONSUELA	AYUDA EN DEBILIDAD	INTERCEDE
CONOCE NUESTROS PENSAMIENTOS	LLEVA NUESTRA ORACIÓN TÁCITA A DIOS	REGALA
CUMPLE	DERRAMA AMOR EN NUESTROS CORAZONES	DA AMOR
DA ALEGRÍA	DA PAZ	DA PACIENCIA
DA AMABILIDAD	DA HUMILDAD	DA BONDAD
DA FIDELIDAD	DA AUTOCONTROL	DA TODO TIPO DE REGALOS
UNIFICA	ACONSEJA	DEFIENDE
ENSEÑA	ES AGENTE DE CAMBIO	TRAE ARREPENTIMIENTO
VIVE EN NOSOTROS	NOS RECUERDA	NOS LLENA
DA SABIDURÍA	EMPODERA	NOS AYUDA EN LA DEBILIDAD
LAVA	HACE RENACER	RENUEVA

Cuando veas el gráfico, verás algunos de los atributos de Dios que nos llenan de seguridad ante las incertidumbres de la vida. Elige el que más te llame la atención y “recoge” la roca. Mientras sostienes la roca, medita sobre lo que significa para ti y te ayuda a sentirte en tu sendero. Mientras sostienes la roca, pide al Espíritu que te haga más consciente de la presencia divina y permítete liberar las cargas que llevas al cuidado del Espíritu.



SECCIÓN DOS
ENCUENTRO

TRABAJO EN GRUPO
TRABAJO EN GRUPO
TRABAJO EN GRUPO
TRABAJO EN GRUPO
TRABAJO EN GRUPO
TRABAJO EN GRUPO
TRABAJO EN GRUPO
TRABAJO EN GRUPO
TRABAJO EN GRUPO



PREGUNTAS PARA EL DEBATE

Estas preguntas para discusión en grupo están pensadas para hacerse después de un breve devocional con tu grupo familiar.

Te invitamos a compartir con el grupo lo que has aprendido de la oración que escribiste en respuesta a la sugerencia de oración con el grupo.

1. ¿Qué sentimientos aparecieron cuando escuchaste intencionalmente la lectura de las Escrituras en voz alta con la con el objetivo de recibir de Dios?
2. ¿Qué sentido corporal te ha ayudado más a experimentar a Dios? ¿Cómo podrías incorporar otros sentidos para profundizar en tu experiencia de él?
3. Basándote en el texto del capítulo, ¿cuál es una forma en la que has decidido seguir “empapándote” de la Palabra?
4. Considerando tus relaciones familiares, ¿cómo ha mejorado o limitado tu intimidad con Dios la relación con tu padre, madre o cuidadores?

NOTAS

RENOVAR

SECCIÓN TRES

- 📍 LECTURA P.45
- 📍 TRABAJO DEL ALMA P.54
- 📍 TRABAJO EN GRUPO P.58



RENOVAR

Sección tres

Nuestros senderos pueden complicarse. Cuando nos hemos aferrado a nuestra fe, esforzándonos por seguir a Jesús, podemos preguntarnos por qué encontramos tantas dificultades. Puede que hayamos pensado que nuestro viaje cristiano debería ser más bien un sendero recto y un ascenso constante, pero, en realidad, se parece más a lo que se representa aquí.

Vida



Anímate. No estás solo. Aproximadamente un tercio de todo el libro de los Salmos expresa profunda tristeza, pena, soledad y arrepentimiento. Estos cantos expresan emociones intensas, luchas humanas reales y la angustia experimentada por el pueblo de Israel mientras vivía su fe individual y colectivamente. La poesía y los himnos de las Escrituras nos llegan al alma más que la narrativa.

Considera el Salmo 22:2-6, tal como lo traduce la Traducción en lenguaje actual.

Dios mío, te llamo de día, y no me escuchas; te llamo de noche, y no me respondes. Entre los dioses tú eres único, tú eres rey, tú mereces que Israel te alabe. Nuestros padres confiaron en ti; en ti confiaron, y tú los libraste; te pidieron ayuda, y los salvaste; en ti confiaron, y no les fallaste. En cambio yo, más que hombre parezco un gusano. Soy la burla de hombres y mujeres; todo el mundo me desprecia.

SALMO 22:2-6 TLA

FE RESISTENTE

No deberían sorprendernos las dificultades que experimentamos. Jesús enseñó que tendríamos problemas en este mundo (Jn. 16:33), y que cada día tiene sus propios problemas (Mt. 6:34). Sin embargo, es más fácil leer estas enseñanzas que caminar fielmente a través de los problemas. (Alerta de *spoiler*: Jesús también dijo que nos animáramos. Él ha vencido al mundo). David, en los salmos, da un lenguaje vulnerable a las emociones que con frecuencia cargamos. A veces, intentamos aguantar sin señalar, expresar y lamentar con vulnerabilidad nuestros pensamientos más profundos. Sin embargo, cuando no abordamos nuestros problemas, nos resultará difícil superarlos.

VULNERABILIDAD Y CANTOS DE LAMENTO

David nos enseña a ser sinceros y a lamentarnos. No solo nos enseña el valor de la vulnerabilidad mediante la expresión del dolor, sino también la importancia de expresiones emocionales como las que se obtienen a través de la música y la poesía. Podemos llegar a estar tan ocupados que las artes, los dones de creatividad de Dios, no encuentren lugar en nuestras vidas. Podemos aprender de los salmos formas de expresar el dolor a través de vías que las palabras por sí solas no pueden expresar, llegando a los "canales de sentimientos" de nuestro corazón. Imagina ver una película sin banda sonora. Nos perderíamos gran parte de los significados y emociones pretendidos. Dios creó la armonía, que encontramos desplegada en toda su creación. Son la música, el arte y la poesía los que a menudo nos ayudan a lamentarnos, encontrar consuelo y llevarnos a la alegría. Considera la posibilidad de hacer una lista de reproducción de música que calme, inspire y aumente tu fe. Sal a la naturaleza. Escucha a los pájaros. Escucha el viento, sintiéndolo en tu cara. Lloro con el sol poniente.

Walter Brueggemann, en su libro *El mensaje de los salmos*, traza el movimiento de los retos de la vida a través de estaciones de orientación, cuando las cosas son estables, a la desorientación, cuando la vida se desmorona o cambia, y luego a la reorientación, cuando podemos volver a encontrar la paz. Este ciclo de orientación, desorientación y reorientación puede servirnos de herramienta útil en nuestro crecimiento, y podemos seguir el rastro de los salmos a través de cada una de estas etapas, salvo unos pocos, como el Salmo 88. En este salmo, el compositor aún no ha alcanzado la reorientación y está "siendo real" en la desesperación. A veces nos quedamos atascados y nuestro viaje dura más de lo que deseamos.

JOB SE HACE REAL

En el relato bíblico de Job, encontramos a un hombre atacado por el maligno y que sufre intensamente. En cuestión de días, todo su mundo se desmorona. Job era un hombre íntegro, que conocía a Dios y a quien Dios conocía. Confiaban el uno en el otro. Las respuestas de Job a sus adversidades extremas pueden enseñarnos a ser honestos con Dios con una honestidad que expone lo que hay en lo más profundo de su ser. No se contuvo a la hora de expresarle a Dios (y a sus amigos) cómo se sentía, al tiempo que se daba cuenta de que Dios era Dios, y él no. También tenía un agudo sentido de su propia identidad, en el sentido de que se mantenía firme en sus convicciones y nunca perdía su integridad. Tenía preguntas para Dios que Dios no respondía, lo que puede resultarnos difícil de entender.



LEE JOB 10:1-10

Esto, queridos amigos, es una foto del lamento. A pesar de todo, Job se mantiene íntegro, aunque detesta el día en que nació. También le dice a Dios que no le comprende, porque Dios no es humano.

No lo sabemos con certeza, pero quizá Dios se acordó de las palabras de Job casi seiscientos años después, cuando se hizo carne y habitó entre nosotros en la forma de Jesús. Ahora, él tendría verdaderamente ojos de carne y vería como ven los mortales. Jesús nos entiende, porque experimentó todas las emociones humanas y conoció el dolor, por lo que puede comprendernos y acompañarnos en el proceso de curación. De hecho, él es el bálsamo para nuestra alma. Él sabe que también necesitamos a otras personas que nos acompañen, pues fuimos creados para la conexión relacional. Si no abordamos con vulnerabilidad nuestros lugares rotos de forma honesta y saludable, nos enredaremos y quedaremos atrapados en emociones negativas y falsas identidades. Jesús era vulnerable, pero estaba seguro de quién era, y nosotros también podemos serlo, si comprendemos de dónde venimos, adónde vamos y que somos los amados de Dios.

Solo podemos atribuir tal dolor a nuestro mundo caído y a la muerte como resultado; sin embargo, la muerte es también una porción de la gracia de Dios para llevarnos más allá de este mundo roto, lleno de odio, lleno de pecado, lleno de miedo y quebrantado. Solo Jesús podía y puede arreglar esto derrotando a la muerte y permitiéndonos ser imperecederos mientras atravesamos la muerte (1 Co. 15:50-52). Dios tuvo tanta compasión que se rebajó a tener ojos de carne y días mortales, sintiendo y experimentando nuestra humanidad. Esto es amor.

Job nombró su dolor físico y emocional al describir detalladamente su sufrimiento, aborreciendo el día en que nació. Lo hizo en voz alta, y queda registrado para que todos lo supieran. Creo que nos da un ejemplo de relación honesta con Dios. Las relaciones requieren honestidad y vulnerabilidad, pero podemos convertirnos en expertos “reprimidores” ante Dios, pensando que no quiere oírnos. ¿Qué tipo de relación es una donde alguien se reprime de mostrar vulnerabilidad?

PONER EN PALABRAS NUESTRO LAMENTO

En el lamento, poner nuestro dolor en palabras con Dios —quizá incluso nuestro dolor hacia Dios—nos ayuda a ponernos en contacto con lo que realmente ocurre en nuestro corazón. Generalmente, cuando intentamos describir nuestro dolor en la oración a Dios o al compartirlo u orar con un amigo, nos ponemos en contacto con nuestras emociones y empiezan a brotar las lágrimas. Es difícil llegar hasta ahí, porque nos sentimos débiles y vulnerables, y nos tienta sentir que deberíamos ser más fuertes. En *Recupera tu vida*, John Eldredge reta a los lectores a nombrar las cosas en la oración: “Acércate a esta herida, a este sentimiento de abandono, a este entumecimiento o a cualquier cosa que se interponga en el sendero de la intimidad. Pero decide: ‘Aquí, en esto, te amaré’”.¹⁷ Parece una práctica útil. ¿Puedes nombrar tus emociones a Dios, o sueles tratar con él en relación con los hechos? Intenta nombrar tu miedo, tu inseguridad, tu soledad, tu ira y tu dolor. Solo así podrás nombrar también tu alegría, consuelo, seguridad, gratitud, risa y curación.

El lamento, el duelo, forma parte del plan de Dios, por lo que no solo están bien, sino que son necesarios. El lamento requiere tiempo y esfuerzo intencionados. Es un trabajo duro, pero como portadores de la imagen de Dios, estamos destinados a lamentarnos. Dios se aflige y se alegra. Experimentamos emociones porque estamos hechos a su imagen. Sabemos que Jesús lloró, y es probable que incluso hayamos memorizado ese breve versículo de las Escrituras. Lloró, se afligió. En la Biblia, el duelo iba acompañado de actividades emocionales como ayunar, rasgarse las vestiduras, llevar cenizas, cantar canciones de duelo y llorar a voz en grito. Con el tiempo, los dolientes encontraban descanso para sus almas volviéndose a Dios y profundizando en su fe. Los salmos de desesperación tienen su lado bueno: “pero Dios!” Cuando nos encontremos perdidos en el sendero, sedientos, acalambrados y sintiendo desesperación, debemos recordar que Dios nos sostendrá con fuerza.



LEE SALMO 73:23-26

17. John Eldredge, *Recupera tu vida: Hábitos cotidianos para un mundo enloquecido* (Nashville, TN: Grupo Nelson, 2020), n.p.

Mientras que las escrituras anteriores edifican la fe y reconfortan, las escrituras que las preceden muestran la lucha del corazón para llegar a este lugar de confianza. Observa que el salmista no tuvo miedo de expresar con vulnerabilidad su lucha.



LEE SALMO 73:2-5, 13-17A

Sigue adelante hasta que entres en el santuario de Dios. Este santuario no es el auditorio de una iglesia, sino la mano segura y fuerte de Dios.

DIOS NOS VE Y NOS PROVEE EN EL DESIERTO

Aprendemos de muchas personalidades bíblicas, como Job, de su viaje a través de la orientación, la desorientación y la reorientación. Agar es otro ejemplo, pues fue maltratada y sintió desesperación al ser enviada al desierto, dos veces. En su segundo vagabundeo por el desierto, justo cuando no podía soportar ver morir a su hijo mientras se quedaban sin agua, Dios volvió a aparecer, como lo había hecho la primera vez, cuando ella nombró a Dios al decir: "Ahora he visto al que me ve" (Gn. 16:13). Ella nombró a Dios, el Dios que me ve. Él sigue viendo.

Mientras Agar se lamenta con vulnerabilidad de su abandono en el desierto, Dios la ayuda a reorientarse al ver de nuevo al Dios que la ve. En este segundo encuentro con Dios, el pozo que podía saciar la sed de Ismael y Agar no era visible para Agar mientras estaba angustiada; sin embargo, el mismo Dios que la vio siguió viéndola y oyendo sus gritos. Dios nos ve y nos oye, pero no siempre le vemos y le oímos. Agar tuvo que abrir los ojos para ver la provisión de Dios para ella. Había perdido de vista el pozo donde Dios la había visto. En ambos encuentros, su corazón y sus ojos se abrieron al amoroso cuidado de Dios por ella. Cuando se le abrieron los ojos, se encontró con Dios, que le dijo que no tuviera miedo y "levántate y toma [el muchacho] de la mano, que yo haré de él una gran nación". Su reorientación con Dios también trajo la restauración de la relación con su hijo. La reorientación suele traer la curación a las relaciones estresadas.

La vida de Agar nos recuerda que Dios escucha y conoce la angustia de sus hijos, pase lo que pase. Él se preocupa, siempre. Aunque Dios no hubiera proporcionado el pozo e Ismael hubiera muerto, la historia no habría terminado, porque hay vida eterna para los que pertenecen a Dios. Sin embargo, para este fin, Dios quería que Ismael viviera. Dios estaba cumpliendo una promesa. Siempre lo hace.¹⁸

Para nosotros, la transformación tiene lugar cuando creemos que Dios ve, escucha y se preocupa, incluso cuando sus respuestas no son como deseamos. La transformación se produce cuando nuestros ojos están abiertos para ver lo que Dios nos proporciona, por dolorosa que sea la situación. Él siempre proporciona a través de su Espíritu lo que es humanamente imposible. Cuando abrimos los ojos para ver a Dios (Ef. 1:17), como Agar, encontramos el pozo de agua viva que Dios nos ha proporcionado tan generosamente. Debemos confiar en su amor.

FIRMES Y PREPARADOS EN MEDIO DE LOS DESAFÍOS

Agar no estaba sola. La mayoría de los hombres y mujeres de Dios descritos en la Biblia pasaron un tiempo en el desierto. Adán y Eva tuvieron que abandonar el jardín. Abraham y Moisés vagaron por el desierto, y Noemí vagó de vuelta a su tierra natal. No lo olvidemos: Jesús fue al desierto inmediatamente después de su bautismo y antes de comenzar su ministerio. También podemos olvidar que Pablo pasó tres años en el desierto tras su conversión y antes de comenzar su ministerio entre los gentiles.

¿Por qué pasar tiempo en el desierto? Para la mayoría, parece que el desierto les permitió luchar con quiénes eran y quién es Dios, preparándolos para los siguientes pasos de su sendero. De hecho, parece que Pablo se adentró en este camino conformado por Cristo (y la cruz) a través

18. Shaw, *What Now, God?* (¿y ahora qué, Dios?, 50-55; 65-78).

de un conjunto de circunstancias muy singulares. Convertido de ser un ardiente perseguidor de cristianos, aprendió a perseverar y a encontrar la plenitud en Cristo en todo tipo de entornos a lo largo y ancho del imperio Romano. Sus epístolas brillan como poderoso testimonio de una vida que imita la perseverancia de Cristo. Así pues, si sentimos que estamos en el desierto, tenemos buena compañía allí y podemos tener esperanza en lo que Dios está produciendo en nosotros en el proceso. El Dios que vio y escuchó a nuestros antepasados seguirá haciéndolo con nosotros cuando nuestros senderos se sientan como el desierto.

Toma a pecho todo lo que has leído en esta sección. Lee los siguientes fragmentos de versículos de dos escritos de Pablo (o, si lo prefieres, lee el versículo entero), haciendo una pausa después de cada uno para orar sobre la parte citada.

2 CORINTIOS 4:8-9 - "Nos vemos atribulados en todo, pero no abatidos"

Oración: Padre mío, me sentí afligido cuando _____, pero no fui aplastado.

FILIPENSES 2:13 - "Pues Dios es quien produce en ustedes tanto el querer como el hacer"

Oración: Padre mío, te doy gracias porque no estoy solo y porque actúas conmigo y en mí. Que pueda abrazar esta increíble verdad cuando _____.

FILIPENSES 4:10-13 - "He aprendido a estar satisfecho en cualquier situación en que me encuentre"

Oración: Dios generoso, estoy menos contento cuando _____. Enséñame el verdadero contentamiento del interior. Me encomendaré a ti en las situaciones más difíciles para que pueda ver cómo me proporcionas paz y misericordia y te glorifico.

¿QUÉ NECESITAMOS PARA SEGUIR ADELANTE?

IDENTIFICA TUS "NO NEGOCIABLES"

Una cosa es permanecer firmes en el sendero. Otra es fortalecernos mientras lo recorremos. Dios ve, oye, sostiene y también fortalece nuestra resistencia y estabilidad a largo plazo. Sabemos que seremos puestos a prueba, pero con Dios, podemos incluso acoger las pruebas (basta con ver Santiago 1:2-3) y obtener una mayor claridad a medida que las atravesamos. Dependiendo de la época de la vida en que nos encontremos, puede que necesitemos reforzar convicciones que nos formamos hace muchos años o formar nuevas convicciones para afrontar un nuevo reto que antes no era tan exigente. Estas convicciones son "no negociables" por ser las convicciones, valores y prácticas fundamentales necesarios para permanecer en el sendero con Cristo, a pesar del atractivo de los desvíos, los caminos más llanos o las superficies más planas que requieren menos esfuerzo. También podemos llamarlas las "anclas" que nos mantienen sólidamente de pie ante Dios.

En Lucas 4:1, Jesús es enviado literalmente al desierto de Judea por el Espíritu Santo con un propósito claro: allí estableció ciertos "no negociables", o convicciones esenciales sobre cómo viviría su vida y su misión. Los retos a los que se enfrentó Jesús en el desierto son versiones diferentes de los mismos a los que nos enfrentamos nosotros. Lee el resto de los evangelios (o Hebreos 4:15: ha sido tentado en todo de la misma manera que nosotros, aunque sin pecado). Al relatar las tácticas del tentador con Jesús, Lucas 4:1-6 nos muestra el maravilloso fruto que se forma al guardar las Escrituras tan profundamente en nuestros corazones y mentes que dan forma a nuestros reflejos, a nuestras suposiciones más arraigadas y a nuestros pensamientos más básicos sobre la vida.

Jesús no negoció con Satanás sobre lo básico, y nosotros tampoco deberíamos hacerlo. Si Jesús hubiera sucumbido a estas tentaciones, habría comprometido gravemente la intención de Dios. Como Hijo de Dios, nos ha mostrado cómo podemos resistir las pruebas y permanecer anclados a la voluntad de Dios. Con cada prueba a la que nos enfrentamos en nuestros senderos,

cuando nos sentimos agotados y vulnerables a la voz que dice: “Simplemente abandona”, es cuando la Voz divina nos llama. Es entonces cuando las verdades que hemos estado aprendiendo y practicando vienen en nuestra ayuda. Nos centran ayudándonos a buscar al Dios que nos busca, nos habla, nos refuerza y cumple sus promesas. *Nuestros “no negociables”, nuestras convicciones y prácticas fundamentales arraigadas en una fe audaz y confiada, determinarán nuestra capacidad de seguir caminando de por vida.* Nos mantienen en sintonía con la voz de Dios y alineados con su poder, no con el nuestro.

ACEPTA LA OBRA DE DIOS PARA SANARTE

Aunque parezca increíble, Dios busca renovarnos interiormente “día tras día” (2 Co. 4:16) con “más y más gloria” (2 Co. 3:18). Dios nos renueva a medida que avanzamos en nuestra búsqueda, no solo al principio y al final del sendero. Nos transforma para que reflejemos plena y bellamente su imagen mientras recorremos el sendero. Cada vez que damos nuevos pasos en este sendero, podemos llegar a ser más completos en Cristo, aprendiendo a amar como él ama. El término “maduro” en el Nuevo Testamento, teleios, también significa “completo” o “entero”. El proceso de conformación a la semejanza del Hijo de Dios es un proceso hacia una mayor plenitud en Dios. Dios toma lo que está fragmentado, parcial o desintegrado, y lo reúne en un mosaico de arte divino. No es de extrañar que algunos escritores hayan comparado nuestra vida en Dios con la elaboración de un tazón de *kintsugi*.



El arte japonés del kintsugi repara la cerámica rota con oro.

El arte japonés conocido como kintsugi consiste en coger trozos rotos de un recipiente y volver a unirlos utilizando oro, con lo que el recipiente adquiere un aspecto diferente, pero más bello y valioso que antes. Imagina que estás admirando un valioso tazón que tienes expuesto en una estantería cuando alguien o algo lo tira de la estantería, rompiéndolo en muchos pedazos. Aunque sería tentador llorar, enfadarse y tirarlo, el kintsugi te ofrece otra opción. Imagina con el ojo de tu mente que reúnes los trozos rotos, que representan experiencias de tu vida, las partes del sendero en tu trayectoria que te causaron dolor hasta el punto de querer abandonar.

Con el ojo de tu mente, une tus experiencias de ruptura a cada pieza del tazón que ahora está en el suelo. Tal vez los trozos tengan forma de pérdida, rechazo, decepción, abuso, adicción, soledad o desafíos físicos, mentales o emocionales. Son piezas rotas, esperando a ser transformadas. A continuación, imagina que el alfarero o diseñador original viene a tu lado. Cuando le entregas las piezas rotas, el diseñador te ayuda a recomponerlas con oro precioso. Aunque la vasija no es exactamente igual que antes, te maravillas de su belleza y de que esta exquisita creación se haya hecho con tus trozos rotos. Dios, a través de Jesús y con el poder del Espíritu, puede convertir nuestras debilidades en fortalezas, y a través de las grietas ahora llenas de oro, dejar que la luz de Cristo brille a través de nosotros. Asombroso.

ÚNETE A LOS SUEÑOS DE DIOS

Junto con esta fe, avanzar en el sendero implica dejar que los sueños de Dios se conviertan en los nuestros, asociándonos con Dios en lugar de pedirle que bendiga nuestros planes. La motivación que se une voluntariamente a Dios en su obra, en lugar de pedirle que se una a nosotros en la nuestra, procede de un lugar diferente. Una canción conmovedora e inspiradora, favorita en nuestra iglesia, se titula “Men Who Dream” (hombres que sueñan). La letra expresa una pasión por ver almas salvadas, una pasión necesaria. Cantamos con entusiasmo que hay un Dios que comparte nuestros sueños. Aunque es una canción maravillosa e inspiradora, si se reformulara el verso para que dijera: “Servimos a un Dios cuyos sueños compartimos”, ¿cómo podría cambiar eso nuestro enfoque? ¿Cuál es la diferencia entre unirnos a Dios en sus sueños y pedirle que se una a los nuestros? ¿Ves la diferencia? La primera toma sutilmente el control. La motivación basada en que los sueños de Dios se conviertan en los nuestros es mucho más profunda y sostenible que pedirle a Dios que se una a los nuestros. ¡Y cómo desea Dios que nos unamos a él en su misión en el mundo!¹⁹

En Hechos 2:17, Dios inicia un nuevo capítulo hacia el cumplimiento de la visión de salvación y transformación de la que hablaron los profetas. Repitiendo las palabras de Joel, Pedro relata: “Sucederá que en los últimos días—dice Dios—, derramaré mi Espíritu sobre todo ser humano. Los hijos y las hijas de ustedes profetizarán, tendrán visiones los jóvenes y sueños los ancianos”. Son palabras inspiradoras para hombres y mujeres, jóvenes y ancianos. Estos sueños inspirados por el Espíritu se presentan de diversas formas para hombres y mujeres de todas las edades. Aunque no son un plano de lo que ocurrirá, sí incluyen actitudes, convicciones y ritmos definidos que marcarán tu vida.

Como en cualquier paseo por un sendero o camino, los giros, vueltas, subidas y bajadas inminentes no son obvios. Hay un cierto nivel de incertidumbre incorporado a toda la aventura. Sin embargo, esta incertidumbre no anula la visión de lo que eres y serás mientras caminas junto a Cristo. Aunque conozcas los contornos de un sendero, eso no significa que sepas todo lo que vas a encontrar. Es más, el sueño inspirado por el Espíritu de quién serás y cómo servirás en este sendero, cómo responderás a la adversidad y cómo verás a los demás y te entregarás a ellos para cumplir el buen propósito de Dios, está destinado a ser una fuente de alegría sobrecogedora.



REFLEXIÓN

Abre las Escrituras, y abre toda tu mente, corazón, alma y fuerza, escuchando lo que el Espíritu de Dios inspire en tu interior. Considera en oración a tu familia, grupo pequeño, ministerio, lugar de trabajo, barrio y ciudad. Pide a Dios que te ayude a ver a cada uno de ellos a través de sus ojos. ¿Qué sueños se despiertan o se agitan respecto a estas relaciones y lugares? ¿Quién serás (o en quién te convertirás) en estas relaciones y lugares? Después de escribir unas breves notas al respecto, haz una pausa y ora sobre esta pregunta:

Si te levantas mañana y vives la vida en abundancia en Jesús, ¿cómo sería eso?

Después de esta oración, anota las ideas significativas y las imágenes de inspiración que te hayan venido.

¿FIEL A QUIÉN?

La vigilancia será necesaria a lo largo de nuestros viajes espirituales, para que no caigamos en la trampa de la autosuficiencia. La autosuficiencia nos tienta a creer que sabemos

19. Jeanie Shaw, *Jesus, the Master Teacher: Transforming Our Hearts* (Jesús, el maestro principal: transformar nuestros corazones) (Spring, TX: Theatron Press, 2024), 21-22.

exactamente cómo avanzar a nivel intelectual, y que depende de nosotros hacerlo realidad. Nos tienta a tener fe en nuestra propia pasión y determinación, en lugar de tener humildad y confianza en el Espíritu. Timothy Soerens habla de este fenómeno con un pensamiento desafiante:

Puedo tomar fácilmente esta esperanza que cambia el mundo y hacerla útil. No necesito que Dios actúe realmente en la vida de las personas. Solo necesito una metahistoria para poder hacer que funcione. Estoy al mando, con una nueva energía teológica que me lleva a ser el salvador. Cuando tengo la historia, pero no necesito que Dios actúe en ella, tengo mucha más agencia y sé que, al fin y al cabo, este ha sido mi trabajo.²⁰

En marcado contraste, la fe que Jesús nos enseña a tener es audaz y se entrega a la abrumadora bondad y compasión de Dios. Esta fe tiene que ver con Dios, no con nuestra capacidad de tener fe o de esforzarnos para “sentirnos” fieles. Dios es aquel en quien confiamos en esta gran búsqueda de la vida. Y sobre esta base de amor y fe en el único completamente fiel, vivimos en sueños inspirados por el Espíritu.

Antes de concluir esta sección, detente un momento y mira las notas que escribiste en respuesta a la reflexión anterior. Demos un paso más y escribamos una respuesta a esta pregunta: *¿Qué sueños estás dispuesto a perseguir activamente?* Afortunadamente, solo se necesita “fe tan pequeña como una semilla de mostaza” (Mt. 17:20) para caminar hacia el cumplimiento de un propósito inspirado por Dios. Como en cualquier sendero, un paso adelante, por pequeño que sea, sigue yendo en la dirección correcta. Dios se complace en recibir incluso estos pequeños bocados de fe y hacer el bien con ellos. Si seguimos ofreciendo estas pequeñas obras con la medida de fe que tengamos, en lugar de apartarnos frustrados o esperar alguna oportunidad “especial”, se pueden construir grandes cosas por las manos de nuestro poderoso Dios. No solo eso, sino que nuestra fidelidad crecerá y nos llenará de energía desde dentro para seguir limpiando todos los escombros y fijar nuestra mirada en el pionero de nuestra fe, Jesús. En última instancia, estamos agradecidos de que nuestra integridad a largo plazo en la búsqueda de una visión inspirada por el Espíritu sea algo que podamos perseguir con confianza. Como oró Pablo, así oramos nosotros: “Que Dios mismo, el Dios de paz, los santifique por completo, y conserve todo su ser —espíritu, alma y cuerpo—, irreprochable para la venida de nuestro Señor Jesucristo. El que los llama es fiel y así lo hará” (1 Ts. 5:23-24).

20. Timothy Soerens, *Everywhere You Look: Discovering the Church Right Where You Are* (mires donde mires: descubrir la iglesia allí donde estás), (Westmont, IL: IVP, 2020), 41, citando a Charles Taylor, *A Secular Age* (una era secular), 593.

NOTAS

SECCIÓN TRES
RENOVAR

TRABAJO DEL ALMA
TRABAJO DEL ALMA
TRABAJO DEL ALMA
TRABAJO DEL ALMA
TRABAJO DEL ALMA
TRABAJO DEL ALMA
TRABAJO DEL ALMA
TRABAJO DEL ALMA
TRABAJO DEL ALMA

TRABAJO DEL ALMA

El siguiente trabajo del alma te sumerge en ejercicios de oración más profundos, que fomentan la resiliencia. Los Salmos son nuestra puerta y modelo para una relación honesta, abierta, comprometida, aventurera y transformadora con Dios. Tomando como referencia las poderosas formas en que los salmos abordan directa y personalmente nuestra fe en todos los sentidos a través de cada desafío, estos ejercicios nos equipan para hacer lo mismo a diario.



CONVIÉRTETE EN ESCRITOR DE SALMOS P.56



SOÑAR CON DIOS P.57

SUGERENCIA DE ORACIÓN

Prepara de 5 a 10 escrituras que te inspiren resistencia. Ora por ellas y tenlas preparadas para cuando sientas la tentación de rendirte, estés pasando por un momento difícil o te sientas cansado de recorrer el sendero hacia Cristo.



EJERCICIO 1: CONVIÉRTETE EN ESCRITOR DE SALMOS

Si nunca lo has hecho, intenta escribir tus propios salmos a Dios. No hace falta que se los enseñes a nadie, pero el proceso en sí puede resultar útil. Los cantos de los escritores no solo expresan sus emociones, sino que suscitan las nuestras al envolvernos el alma. Dios sabe que necesitamos emocionarnos, así que, por favor, haz salmos.

Por lo general, los momentos de lamento más profundo nos permiten sentir más de cerca la mano de Dios. Cuando nos afligimos y fluyen las lágrimas, nuestros corazones pasan por muchos entrenamientos. A medida que se vacían, también crecen con más espacio para expandirse. Dios nos mostrará, una y otra vez, que sus pensamientos son más elevados que los nuestros. La oración es el crisol que nos cambia, ayudándonos a ver no el alcance de nuestros problemas, sino la grandeza de nuestro Dios.

EJERCICIO 2: SOÑAR CON DIOS

Dedica 15-30 minutos a soñar con Dios.

Dedica algún tiempo de tu semana a escribir qué sueños está poniendo Dios en tu corazón. ¿A qué te está llamando Dios? Pregúntale a Dios: "¿A qué nuevos sueños me estás llamando?". Luego escribe lo que el Espíritu ponga en tu corazón. No limites lo que escribas diciéndote a ti mismo: "Eso no puede suceder". Escribe lo que Dios ponga en tu corazón sin juzgarlo.

SECCIÓN TRES
RENOVAR

TRABAJO EN GRUPO
TRABAJO EN GRUPO
TRABAJO EN GRUPO
TRABAJO EN GRUPO
TRABAJO EN GRUPO
TRABAJO EN GRUPO
TRABAJO EN GRUPO
TRABAJO EN GRUPO
TRABAJO EN GRUPO



PREGUNTAS PARA EL DISCUSIÓN

Estas preguntas están pensadas para ser debatidas en tu grupo familiar tras un breve pensamiento devocional para fomentar el crecimiento de la resiliencia y el sueño fiel.

1. Identifica tus “anclas” o “no negociables” que dirigen tu crecimiento espiritual. Podrían ser tus convicciones básicas sobre la fe, la familia, la salud emocional, la salud física, las relaciones, la vocación y todos los aspectos de tu vida.
2. El viaje de Agar ilustra el ciclo de orientación, desorientación y reorientación. ¿Cómo atraviesas tú personalmente las épocas de desorientación o dificultad, y qué papel desempeña la fe para devolvarte a un lugar de paz o reorientación?
3. Piensa en tu legado espiritual. Hechos 13:36 nos dice: “David, después de servir a su propia generación conforme al propósito de Dios, murió, fue sepultado con sus antepasados y su cuerpo sufrió la corrupción”. ¿Cómo podría ser tu vida para que se dijera que cumpliste el propósito de Dios durante tu vida? ¿Qué tipo de postura hacia Dios sería necesaria para que se dijera esto de tu vida? Si te cuesta pensar en tu legado espiritual, considera la posibilidad de pedir al Espíritu que te revele más sobre esto, así como a amigos de confianza.
4. ¿En qué partes de tu vida quieres actuar para vivir la vida de abundancia que Jesús desea para ti?
 - Salud emocional
 - Salud espiritual
 - Salud física
 - Carrera profesional
 - Vida familiar
 - Relaciones
 - Diversión/Pasatiempos

NOTAS

VIVIR

SECCIÓN CUATRO

- 📍 LECTURA P.50
- 📍 TRABAJO DEL ALMA P.72
- 📍 TRABAJO EN GRUPO P.76



VIVIR

Sección cuatro

Recorremos un sendero junto a los demás mientras nos formamos a imagen del Hijo. Los necesitamos y ellos nos necesitan, como miembros del mismo cuerpo (véase 1 Co. 12). Mientras tratamos de abrazar nuestra libertad y nuestros dones para las relaciones y el ministerio centrados en Cristo, exploraremos formas de dar y recibir con vulnerabilidad, de aprender juntos y de compartir las cargas de los demás. En una época de estilos de vida (y distracciones) ajetreados y altamente individualistas, Dios nos ofrece el don único del compañerismo. Nos ha reunido en una familia espiritual para afrontar retos que, si nos quedamos solos, pueden desembocar en la autocomplacencia, el agotamiento, la soledad, el dolor o la decepción. Afortunadamente, podemos crecer dentro del cuerpo de Cristo mientras aprendemos nuevas posturas y hábitos con y para los demás. Juntos, mientras alcanzamos nuestra meta de la eternidad con Jesús, podemos caminar alegremente codo con codo, ayudándonos y animándonos mutuamente. También podemos ser un guía del sendero para otros que empiezan a recorrerlo. Este es un honor y una alegría a los que Jesús nos llama mientras continuamos en su ministerio dirigido por el Espíritu en nuestro mundo. En última instancia, nuestro objetivo es que nuestras relaciones, nuestra misión y nuestros ritmos formen parte de un todo sin fisuras.

BIENVENIDOS A LA FAMILIA DE DIOS

Nuestro amor mutuo debe ser la demostración al mundo del poder del amor de Jesús y de la transformación relacional que se produce en nosotros y entre nosotros cuando le seguimos (Jn. 13:34-35). Sorprendentemente, este amor brota del amor del que gozan el Padre y el Hijo, un amor del que toda la iglesia puede participar. Qué gracia tan asombrosa la de Jesús al darnos la gloria que el Padre le dio a él (Jn. 17:22).

Establecidos en este amor y gloria, podemos deleitarnos en el hecho de que Dios ha formado una familia en y alrededor de Jesús. Sí, tomamos la decisión personal de seguir a Jesús, pero le seguimos en coro, no en solitario. Cuando nacemos en Cristo, nos unimos a una familia que comparte las bendiciones de Dios. En el nacimiento de la iglesia, más de 3.000 nuevos miembros de la familia pasaron a formar parte de la familia de Dios, la iglesia. Se ocuparon de las necesidades de los demás, compartiendo todo en común (Hch. 2:40-47).

La Biblia está repleta de escrituras sobre el cuerpo de Cristo (Ef. 4:1-16; Col. 1:15-20; Ef. 1:22-23; Ro. 12:3-8; 1 Co. 12:12-27). Todas estas escrituras nos enseñan que cada persona es necesaria, y que formamos parte los unos de los otros, honrándonos y edificándonos mutuamente. Nos ayudamos mutuamente a crecer en Cristo. Se nos enseñan muchas formas de estar unos con otros mientras nos fortalecemos y nos equipamos mutuamente para recorrer nuestros senderos individual y colectivamente. En *Vida en comunidad*, Deitrich Bonhoeffer plantea una pregunta importante:

¿El compañerismo ha servido para hacer al individuo libre, fuerte y maduro, o le ha hecho débil y dependiente? ¿Le ha llevado de la mano durante un tiempo para que aprenda a caminar por sí mismo, o le ha vuelto inquieto e inseguro?. Dios pretende que nos ayudemos mutuamente a crecer en él para que podamos recorrer el sendero de nuestro itinerario cristiano.²¹

Nuestra camaradería está destinada a fortalecernos a lo largo del sendero.

COMUNIDAD Y VULNERABILIDAD

No podremos sentir ni expresar la necesidad de los demás si antes no somos capaces de contemplar a Dios, comprender nuestra identidad desde la perspectiva de Dios, aprender a ser vulnerables y depender de su Espíritu completamente fiel y dador de vida. Jesús, aunque perfecto, seguía necesitando a la gente. Mientras se enfrentaba a su mayor desafío al orar en el huerto antes de su muerte, expresó con vulnerabilidad su necesidad del apoyo de sus amigos. Con ello, enseñó varias lecciones valiosas. Jesús, en su humanidad, comprendió la vulnerabilidad al entregar continuamente su corazón a la gente, incluso a quienes le herían o le desatendían en su hora de necesidad.



LEE MATEO 26:36-40

En Getsemaní, Jesús enseñó a sus discípulos la necesidad de la vulnerabilidad y la confianza. Luego, mientras estaba en la cruz, enseñó quizá su lección más conmovedora. Mirando a los que se burlaban de él, le torturaban y le traicionaban, de algún modo encontró estas palabras dirigidas a su Padre: “Perdónalos, porque no saben lo que hacen” (Lc. 23:34). Esto requiere un nivel de humildad y vulnerabilidad más allá de lo imaginable.

La vulnerabilidad puede resultar difícil cuando nos han herido en el pasado, y podemos resistirnos a abrir nuestro corazón. Frederick Buechner habla de la importancia de reconocer nuestra resistencia a la vulnerabilidad cuando escribe: “El problema de colocarte un escudo duro para protegerte contra la dureza de la realidad es que el mismo acero que resguarda tu vida de ser destruida a la vez obstaculiza que tu vida pueda estar abierta y ser transformada por el poder sagrado del que procede la vida misma”²² Cuando no somos vulnerables, nos perdemos la intimidad relacional y la transformación que surge de dichos vínculos.

La gente nos hace daño. Amigos, compañeros de trabajo, amigos del colegio, vecinos, familiares y la familia de nuestra iglesia nos han hecho daño. Del mismo modo, nosotros hemos hecho daño a otros. Aunque no es el tema de esta sección, es crucial comprender y practicar el perdón en las relaciones. Perdonar no significa que no nos ocupemos del daño ni que tengamos que hacernos mejores amigos de quienes nos hirieron, sino que debemos proteger nuestro corazón de la amargura. Sin perdón, no hay posibilidad de un nuevo comienzo. Jesús nos muestra cómo hacerlo, dándonos ejemplo.

Ciertamente, el relato evangélico nos permite adentrarnos en una historia de redención que termina en la vida eterna con Dios. No podemos apreciar realmente nuestra propia valía, nuestros dones y nuestras fuerzas a menos que se nos reflejen desde la mente y el corazón de otro. Esto empieza con Dios. La mayoría de las veces, nos vemos a nosotros mismos a través de cómo nos ven los demás. Por eso es tan importante darnos cuenta de cómo nos ve Jesús a nosotros y a nuestro prójimo.

21. Deitrich Bonhoeffer, *Vida en comunidad* (Madrid: Ediciones Sígueme, 2019), n.p.

22. Frederick Buechner, *The Sacred Journey* (el viaje sagrado) (San Francisco, CA: HarperOne, 2010), 46.

Después de resucitar, Jesús decidió confiar su mensaje y su ministerio a hombres y mujeres, muchos de los cuales le habían negado recientemente. Se trata de una confianza vulnerable y solo puede proceder de un siervo humilde que sabe quién es, de dónde viene y adónde va (Jn. 8:14). La humildad es necesaria para entablar relaciones con los demás, y para comprenderlo mejor, el hermoso himno escrito en Filipenses 2 describe esta humildad.

Tómate un momento para leer lentamente la hermosa y desafiante escritura/himno de Filipenses 2:1-11. Mientras lees, reflexiona sobre las formas en que la humildad puede ayudarte a ser más vulnerable y permitirte establecer relaciones más profundas. Ora para que Dios te revele formas de practicar una mayor unidad y humildad.



LEE FILIPENSES 2:1-11

JESÚS NOS ENSEÑA EN COMUNIDAD

Jesús era un maestro en la construcción de comunidades. Sabía que la única forma de que el mundo viera el reino de los cielos en la tierra era a través del amor de los discípulos entre sí (Jn. 13:35). Reunió a un grupo diverso para que le acompañara, a fin de que pudieran aprender juntos de él y entre sí. Cuando leemos los Evangelios, aprendemos a valorar cómo el trasfondo y la personalidad únicos de cada discípulo les ponían en situación de aprender unos de otros. Del mismo modo, escuchar y rodearnos de personas que no son como nosotros nos ayuda a profundizar en las relaciones amorosas. Jesús empleó la práctica del debate comunitario, algo que intentamos practicar durante el trayecto de nuestro viaje por *El sendero*.

A lo largo de los Evangelios, Jesús enseña a sus discípulos en comunidad. Con frecuencia, utiliza las situaciones que tienen por delante para comunicarles algo importante. Por ejemplo, en Mateo 15 y 16 encontramos varias ocasiones en las que Jesús y los discípulos se enfrentan directamente a los fariseos en relación con lo que contamina a alguien. También se enfrentan a una prueba profundamente desafiante que implica el hambre de miles de personas y deben considerar cómo satisfacer a este grupo poniendo su fe en el Proveedor. Tanto en el sendero como en periodos de tiempo separados, Jesús les dice que escuchen y comprendan, y luego abre en un debate durante el cual se plantean preguntas y se desarrollan en una “enseñanza de grupo”. Jesús hace preguntas retóricas que vuelven a surgir más tarde y que, sin duda, les ayudaron a recordar. Podríamos imaginar que, durante uno de sus momentos de partir el pan, uno de ellos estalló en carcajadas, ¡recordando cuando malinterpretaron totalmente la enseñanza de Jesús sobre la levadura del pan!

También leemos de ocasiones en las que Jesús lleva aparte a los Doce para enseñarles lo que pronto le sucedería a él. En Mateo 20, cuando la madre de Santiago y Juan quiso privilegios especiales para sus hijos, los demás se indignaron. Parece, puesto que el grupo estaba disgustado con Santiago y Juan, que los hijos probablemente habían impulsado a su mamá a hacer esta petición. Jesús reunió al grupo y les enseñó que los primeros debían ser los últimos (v. 16). Otro ejemplo de las muchas enseñanzas de Jesús en comunidad se produce cuando Jesús es ungido por la mujer de Betania.²³ Jesús sabía que tenía que abordar el tema en grupo, dado que “se indignaron” tanto por el costo del perfume (Mt. 26:8) que se perdieron el corazón de gratitud y amor. No entendieron la cuestión principal. Sin discusión, quizá nunca hubiéramos conocido el significado de este hermoso acto. Del mismo modo, nos perdemos mucho cuando nos quedamos en nuestras propias cabezas, dejando de lado la importancia de la discusión en comunidad.

23. Esta historia, sorprendentemente, aparece en todos los evangelios: Mateo 26:6-13; Marcos 14:3-9; Lucas 7:36-50; Juan 12:1-8.



REFLEXIÓN

- Piensa en alguna ocasión en la que hayas aprendido algo importante por estar en un grupo. ¿Cómo te ayudó a aprender el proceso llevado a cabo en grupo? ¿De qué manera contribuyó el proceso de aprendizaje en grupo a la camaradería?
- ¿Estás de acuerdo en que la transformación espiritual es incompleta cuando no aprendemos en comunidad? Si tu respuesta es sí, explica ¿por qué? Y si es no, explica ¿por qué no?
- Si eres introvertido por naturaleza, ¿cómo podrías incorporar las discusiones en grupo de forma que mejoren tu aprendizaje y tu enseñanza?
- ¿Cómo puedes iniciar más formas de practicar el crecimiento espiritual en comunidad?²⁴

LA COMUNIDAD DE “NOSOTROS EN CRISTO”

LA COMUNIDAD DE NOSOTROS EN CRISTO ES UNA COMUNIDAD DE LIBERTAD

Nuestra perspectiva cultural occidental hace hincapié en la libertad, los gustos, el estilo de vida y las elecciones del individuo, pero la Biblia adopta un modo de vida comunitario. En nuestra cultura, es muy difícil entender que ser un “nosotros” es más liberador que ser un “yo”. En el sur de África, esta forma de vida comunitaria e interconectada se conoce como el principio Ubuntu. Martin Luther King, Jr. describió esta realidad en su discurso de graduación en 1965 en el Oberlin College:

Toda la vida está interrelacionada, y todos estamos inmersos en una red ineludible de relaciones mutuas, atados a un mismo destino. Cualquier cosa que afecte a una persona de manera directa, afecta indirectamente a todos. Por alguna extraña razón, nunca podré ser lo que debo ser hasta que tú seas lo que debes ser. Y tú nunca podrás ser lo que deberías ser hasta que yo sea lo que debería ser: esta es la estructura interrelacionada de la realidad.²⁵

La investigación no solo ha demostrado que la conexión con algo más grande que nosotros mismos nos une por un objetivo común, sino que también ha demostrado que estimula a quienes ven más allá de su propia situación a actuar con más compasión y generosidad hacia los demás.

Imagina un momento de tu viaje en el que todo el grupo se enfrenta a un terreno difícil. Varios mochileros tienen problemas con el sendero embarrado y resbaladizo y se agarran a las piedras y a los compañeros de viaje para no resbalar. De repente, alguien dice bruscamente: “¿Por qué necesito que me sujete toda esta gente? Quiero avanzar y llegar al destino. Solo quiero centrarme en lo que tengo delante sin tener que preocuparme tanto por toda esta gente”. Esto capta uno de los mayores retos de un modo de vida orientado a las relaciones. Aunque no parezcan palabras que diría alguien que recorre el sendero de Cristo, es probable que estemos familiarizados con las frustraciones que pueden plantarse en nuestro corazón y dar lugar a quejas como *Que si solo caminaran a mi ritmo o No conocen este sendero como yo*. Estos sentimientos pueden expresar el deseo de liberarse de la gente, pero no reflejan la libertad del Espíritu (2 Co. 3:17) ni la vida “unos a otros” mencionada tan a menudo en las Escrituras (cincuenta y nueve veces, de hecho, como un mandato sobre cómo tratar a los demás).

La comunidad de “nosotros en Cristo” nos libera del egoísmo, el aislamiento y el autoengaño, y nos libera para el amor. La forma en que recorremos nuestro sendero no solo nos afecta a nosotros, sino que, como formamos parte de la familia de Dios, nuestro sendero también repercute en los demás. Cuando no hemos “visto” a Dios ni experimentado un amor profundo con Dios, es probable que tratemos de cumplir ciertas expectativas de los miembros de nuestra familia, en lugar de darles desde la plenitud de nuestro corazón. Entonces, sus reacciones a nuestras reacciones llegan a dificultar aún más el enmarañado que proviene del

24. El material de las secciones “Comunidad y vulnerabilidad” y “Jesús nos enseña en comunidad” está tomado de Shaw, *Jesus the Master Teacher* (Jesús, el maestro experto).

25. Martin Luther King, Jr. *Carta desde la cárcel de Birmingham*, 1963. https://www.csuchico.edu/iege/_assets/documents/susi-letter-from-birmingham-jail.pdf.

anhelo insatisfecho, mermando nuestra libertad. Cuando vemos a Dios en nuestro sendero, las reacciones de los demás pierden importancia. Entonces podemos, como Jesús, responder libremente con amor.

LA COMUNIDAD DE NOSOTROS EN CRISTO COMPARTE CARGAS

No estamos hechos para llevar solos nuestras cargas ni nuestra pena. Nuestras familias pueden ser partícipes o víctimas de nuestro dolor. En una familia, física o espiritual, nuestros senderos con frecuencia chocan, corren paralelos o se cruzan con el dolor de los demás. Para evitar colisiones en nuestro sendero, necesitamos tomarnos tiempo para resolver nuestro bagaje emocional que acompaña a nuestras dificultades en el sendero y aprender a escuchar las formas en que los demás responden a los suyos. Cuando choquemos con otros que caminan a nuestro lado (y lo haremos), tómate el tiempo necesario para escucharte y encontrar soluciones. No dejes que los problemas obvios o las situaciones difíciles se queden sin discutir, ni que caminen a nuestro lado en el sendero. Sé vulnerable al expresar el dolor. Oren los unos con los otros y ofrezcan esperanza. Todos necesitamos esperanza. La frase "Sé amable. Todo el mundo está de duelo" encierra mucha verdad.

A medida que crecemos juntos y nos ayudamos mutuamente a llevar nuestras cargas en comunidad, nuestro objetivo es hacer nuestra parte en el Espíritu *para ayudarnos mutuamente a llegar a ser íntegros, maduros y completos en Cristo*. Como dice Pablo con conmovedora convicción: "A este Cristo proclamamos, aconsejando y enseñando con toda sabiduría a todas las personas, para presentarlas completamente maduras en su unión con Cristo" (Col. 1:28, énfasis añadido). Mientras recorremos nuestros senderos, ayudémonos mutuamente a alcanzar esta meta.

ENCONTRAR Y COMPARTIR NUESTROS DONES

Mientras recorremos nuestros senderos, podemos pensar en las distintas contribuciones que cada persona del viaje puede ofrecer. Qué triste, difícil y aburrida sería la vida si todos tuviéramos un único don. No podríamos lograr gran cosa. Qué asombroso es que Dios nos haya reunido de forma que cada uno de nosotros pueda contribuir. El deseo de contribuir y de ser necesarios es un anhelo profundo en nuestro interior. Las Escrituras nos enseñan que todos tenemos algo que aportar a la comunidad, y que ningún don es más importante que otro.



LEE ROMANOS 12:3-8, 1 CORINTIOS 12:12-27, 1 PEDRO 4:10-11

Generalmente, vemos dones en los demás, pero no en nosotros mismos. Podemos dar más valor a los dones de los demás que a los que se nos han dado a nosotros. Pedro lo resume de forma edificante en 1 Pedro 4:10 (énfasis añadido).

Cada uno ponga al servicio de los demás el don que haya recibido, *administrando bien la gracia de Dios en sus diversas formas*.

Detente un momento en esta frase "administrando bien la gracia de Dios en sus diversas formas". Por eso la iglesia y este mundo necesitan que descubras y utilices tus dones. Cada uno de nosotros ha nacido con dones específicos de Dios que no proceden de nosotros ni están dirigidos solo a edificarnos. Somos portadores de la gracia transformadora de Dios. ¡Dios comparte su gracia a través de nosotros! Es asombroso. No solo se ha "derramado su amor en nuestro corazón" (Ro. 5:5), sino que también somos un canal a través del cual se comparte la gracia de Dios.

¿CUÁLES SON NUESTROS DONES?

Los "dones" a los que se refieren 1 Corintios 12, Romanos 12, Efesios 4 y 1 Pedro 4 proceden de la palabra griega *charisma*, que significa gratuidad divina, dote espiritual y don gratuito. No podemos ganárnoslos; no los merecemos, pero debemos utilizarlos.

Una comparación entre los dones enumerados en Efesios 4 y 1 Corintios 12 revela una diferencia clave:

- Manifestaciones de 1 Corintios 12: Los nueve dones enumerados están asociados a la palabra *phanerosis*. Son manifestaciones sobrenaturales del Espíritu que actúan a través del creyente. No son lo mismo que los dones mencionados en 1 Pedro; no son posesión de la persona.
- Los dones ministeriales de Efesios 4: Estos dones son *doma*, como un regalo que se nos da. Después de ascender, Jesús presentó dones de personas que fueron llamadas y dotadas para dirigir y formar al resto del cuerpo de Cristo.

Los cinco dones ministeriales enumerados son (escritos en minúsculas porque no son títulos, sino funciones):

- El apóstol, el que establece y fortalece las iglesias
- El profeta, el que proclama el mensaje de Dios
- El evangelista, el que está llamado a predicar el evangelio
- El pastor, el que alimenta y pastorea a los creyentes
- El maestro, el que instruye a los creyentes en la palabra de Dios

Podríamos llamarlos dones *de equipamiento*, que capacitan a los creyentes para realizar la obra del ministerio, de modo que la iglesia pueda funcionar como representante de Cristo. 1 Corintios 12:28-30 es un conglomerado de las tres categorías diferentes de dones.²⁶

Los dones que debatiremos en nuestras conversaciones sobre El sendero se refieren a los dones de motivación descritos por Pablo en Romanos 12.



LEE ROMANOS 12:6-8

Como ya se ha dicho, la palabra traducida como “dones” en Romanos 12:6, *charismata*, es la misma palabra (pero en singular) que aparece en 1 Pedro 4:10. Los dones de los que se habla en Romanos 12 son probablemente los dones a los que se refería Pedro cuando dijo que debíamos emplearlos para beneficiarnos unos a otros. Son dones que poseemos, que Dios ha incorporado a nosotros para que formen parte de nosotros y los utilicemos en beneficio de los demás y para su gloria. No los merecemos, pero Dios nos los ha dado. Nos referiremos a ellos como dones motivacionales, ya que proporcionan la fuerza motivadora de nuestras vidas. Estos dones ayudan a dar forma a nuestra personalidad. Hay muchas herramientas que se han desarrollado a través de la investigación para ayudarnos a determinar nuestras inclinaciones, que pueden servirnos de estímulo a medida que encontramos formas de utilizarlas. Cuando utilizamos nuestros dones, nuestras acciones se sienten más como un placer que como un trabajo, porque hemos sido creados para encarnarlos. Nuestro trabajo del alma y los debates están diseñados para ayudarnos a discernir y comprender mejor nuestros dones y cómo utilizarlos por el bien de los demás.

A medida que crecemos y nos parecemos más a Jesús, las palabras de Pablo en 2 Corintios 12:9-10 nos dan motivos para alegrarnos. Afirma que incluso nuestras debilidades pueden convertirse en fortalezas. Como afirmó C.S. Lewis:

Mientras más hacemos a un lado lo que ahora llamamos “nosotros mismos” y dejamos que Él nos habite y se haga cargo de la dirección, más verdaderamente nosotros mismos nos hacemos. [...] El inventó [...] todas las diferentes personas que ustedes y yo estamos destinados a ser. [...] Es cuando me vuelvo a Cristo, cuando me entrego a Su personalidad, que recién empiezo a tener una verdadera personalidad propia.²⁷

Cuando nos entregamos unos a otros y nos amamos mediante el uso de nuestros dones, la imagen de Cristo brilla intensamente a través de nosotros.

26. Estas categorías se describen en Don y Katie Fortune, *Discover Your God-Given Gifts* (descubre los dones que Dios te ha dado) (Ada, MI: Chosen Books, 2009).

27. C.S. Lewis, *Mero Cristianismo*, <https://www.recurso-biblicos.com/2022/04/mero-cristianismo-c-s-lewis-libro-pdf.html>.

GUÍAS DE SENDEROS: RITMOS ESPIRITUALES POR EL BIEN DEL MUNDO

Dios no solo quiere que recorramos nuestro sendero con confianza y alegría junto a otros que lo han abrazado, sino que también nos llama a ser guías de senderos para los demás. Los guías de senderos no tienen por qué ser expertos, simplemente llevan caminando por ese sendero con Cristo más tiempo que los que les siguen o que los que nunca han empezado. A lo largo del sendero, practicamos ritmos que nos ayudan a mantenernos en sintonía con su Espíritu transformador y amoroso, fortaleciéndonos a cada paso hacia nuestro destino final, el cielo y la resurrección. Como hemos mencionado en múltiples puntos de las secciones anteriores, continuar en este viaje cada día de nuestras vidas significa que estamos creciendo cada vez más hacia la plenitud. Tiene sentido, pues, que estemos llamados a unir y armonizar nuestros ritmos espirituales con nuestra participación en la misión permanente de Jesús de buscar y salvar a los hijos perdidos de Dios.

Dios quiere llevar a todos sus hijos a casa. También nos sentimos increíblemente bendecidos por poder ser guías de senderos para los que acaban de empezar su viaje. Al guiar a otros, profundizamos en nuestro conocimiento del sendero y del guía definitivo del camino, Jesucristo. La Biblia nos llama embajadores, pescadores de personas y luces para este mundo. Puesto que compartir nuestra vida es un aspecto central de nuestra fe, compartir nuestra fe es una de las diversas prácticas espirituales que nos enseñan muchas cosas nuevas. El secreto de ser un guía de senderos es que aprendes más de aquellos a los que guías que lo que ellos aprenden de ti. Se podría decir que los israelitas perdieron su fe porque no la compartían. Cuando dejaron de guiar, dejaron de recordar, y muchos de ellos, por desgracia, abandonaron el camino. Por eso este nuevo pacto es tan especial: podemos compartir el sendero con cualquiera que desee la vida en plenitud, de cualquier nación.

DEL DESBORDAMIENTO

Sin embargo, aclarar la importancia de esta vocación y privilegio de llamar a casa a los hijos de Dios nos lleva a plantearnos una pregunta: “Con frecuencia, he hecho esto por obligación y luego solo me siento agotado. ¿Cuál es la alternativa?” A medida que aprendemos nuevos ritmos y añadimos nuevas prácticas a los senderos que recorremos, Dios nos recuerda que debemos dejar el espacio necesario en nuestros corazones y mentes para que el Espíritu de Dios refresque nuestras almas. Esta es una parte clave de la respuesta a la pregunta que acabamos de plantear: cuando estamos llenos del Espíritu, desde nuestro desbordamiento podemos derramarnos en los demás. Un desbordamiento constante es más probable cuando establecemos un ritmo. Los ritmos de oración, comunidad y comunión nos proporcionan camaradería y compañerismo en un mundo solitario y roto. Nos reponen con regularidad y garantizan así que seamos capaces de compartir desde el desbordamiento de nuestros corazones. En resumen, la respuesta a esa pregunta común es cultivar todo lo que hemos tratado en las secciones anteriores: asombro, intimidad y resistencia. La bondad, las promesas y el amor siempre presentes de Dios se extienden a través de nosotros cuando estas cualidades nos llenan de la alegría de Dios.

Cuando compartimos las promesas de Dios con los demás, no solo podemos ayudarles a encontrar el sendero para comenzar a caminar hacia la gloria eterna, sino que también tenemos el privilegio de ser testigos del poder transformador de Dios que actúa en la vida de los demás. Se nos recuerda, como aprendemos de Jesús, que debemos mirar hacia fuera con un espíritu de gratitud y alegría. Haríamos bien en recordar el versículo final del relato de Marcos sobre la curación por Jesús del paralítico que lo bajaron de un techo: “El hombre se levantó, tomó su camilla enseguida y salió caminando a la vista de todos. Ellos se quedaron asombrados y comenzaron a alabar a Dios. —Jamás habíamos visto cosa igual—decían” (Mr. 2:12). Este hombre se convirtió en un ejemplo andante y un faro de la bondad de Dios. Cada paso que daba era un recordatorio y un testimonio del poder de Dios para toda la gente que le rodeaba. Al igual que este hombre, nos encontramos caminando ante muchos llevando un hermoso mensaje que llama a la atención la grandeza de Dios. Piensa en los muchos dones y alegrías, grandes y pequeños, que comunican algo precioso sobre Dios a quienes te rodean. La conexión con tu crecimiento espiritual es clara.

MANTÉN EL ESPÍRITU EN LAS DISCIPLINAS ESPIRITUALES

Antes de dar pasos adicionales hacia el establecimiento de ritmos de vida mediante determinados hábitos, despejemos el terreno de varias reservas y conceptos erróneos sobre las disciplinas espirituales. En primer lugar, las disciplinas y hábitos espirituales, y los ritmos de vida que nos permiten desarrollar, no se encuentran en la sección de autoayuda de la biblioteca. Podemos sentir la tentación de encontrar algo que añadir, quizá una nueva práctica, una nueva disciplina, un nuevo programa, una nueva clase; algo que añadir al “hacer” y al “saber”. Así que, mientras oras sobre las posibilidades, quizá las disciplinas que más necesitas son las que nos vacían, dejando espacio para que el Espíritu se manifieste en nuestras vidas. Es tentador ser autosuficiente, pensando que crecemos cuando hacemos más y sabemos más. Es muy difícil estar quietos y cerca de Jesús, dejando que nuestras acciones fluyan desde esta postura.

En segundo lugar, “hacer” las disciplinas no nos acercará a Dios. Muchas disciplinas pueden practicarse como formas de logro. Más bien, al llevarlas a cabo, estamos aprendiendo a despojarnos de miedos y apegos, de modo que deseemos verdaderamente contemplar a Dios y escuchar su voz. En este viaje, no somos como escaladores que confían únicamente en su fuerza corporal y su resistencia para ascender la montaña. En cambio, somos como excursionistas que fijan un rumbo, listos y preparados, pero se aseguran de que el mayor de los vientos, el Espíritu Santo de Dios, nos guíe por el sendero. Nuestro papel es posicionarnos, con el corazón abierto, para captar las poderosas ráfagas del Espíritu que nos impulsan hacia adelante en la escalada. A este respecto, Ruth Haley Barton ofrece sabias palabras sobre cómo dejar espacio al Espíritu de Dios. “No puedo transformarme a mí misma. [...] Lo que puedo hacer es crear las condiciones en las que pueda tener lugar la transformación espiritual, desarrollando y manteniendo un ritmo de prácticas espirituales que me mantienen abierta y disponible para Dios.”²⁸

Para muchos de nosotros que estamos empezando a reconsiderar nuestros ritmos espirituales, un tiempo de soledad es un buen punto de partida, para escuchar el suave murmullo de Dios sobre el que leímos en 1 Reyes 19. Intenta dedicar quince minutos de quietud y soledad durante unos días a la semana, descansando tanto tu cuerpo como tu mente de los pensamientos que perturban la soledad. Esto es más difícil de lo que crees, pero útil para aprender a calmar tu mente y recibir la sabiduría de Dios. Solo tienes que consultar el ejercicio de meditación de la Sección dos, bajo el subtítulo “Desacelerar y abrirse”. Utilizando el mismo enfoque para tu respiración y oración, pide a Dios que te dirija para determinar qué hábitos sería mejor adoptar.

HÁBITOS QUE NOS MANTIENEN EN SINTONÍA CON EL ESPÍRITU

Cuando sabemos que podemos caminar con Dios de un modo que nos aporta amor y curación, podemos sentirnos seguros de que llegaremos hasta el final. No nos desviaremos del sendero, porque nos aferramos a las promesas de Dios y a nuestra decisión de caminar con él. Necesitamos ritmos, o formas específicas y regulares de acompasar nuestras caminatas diarias y semanales por el sendero. En nuestros ritmos físicos, nos lavamos los dientes, comemos, nos vestimos, tomamos rutas bien conocidas y establecemos citas semanales que dan a nuestra vida un patrón algo predecible. Del mismo modo, hay cosas que debemos hacer con regularidad para asegurarnos de que permanecemos amorosamente atentos a Dios y a los demás. Por “hábitos” no nos referimos a acciones vacías que se repiten sin conciencia ni compromiso, sino a hábitos del corazón. Hay dos conjuntos de hábitos que pretenden mantenernos en sintonía con la obra del Espíritu a través de nosotros. El primer conjunto de hábitos nos posiciona para (1) *evitar o resistirnos* a aquellas cosas que bloquean la voz del Espíritu, mientras que el otro conjunto (2) nos ayuda a *conectar* con Dios y con la gente en situaciones que normalmente no notaríamos o evitaríamos. Estos hábitos nos ayudan a construir una forma de vida marcada por ciertas pautas semejantes a las de Cristo. He aquí una muestra de hábitos diarios y semanales de ambos tipos que podrías considerar poner en práctica para formarte espiritualmente en áreas de conexión y rejuvenecimiento con Dios y con los demás.

28. Ruth Haley Barton, *Sacred Rhythms: Arranging Our Lives for Spiritual Transformation* (ritmos sagrados: organizar nuestras vidas para la transformación espiritual) (Downers Grove, IL: InterVarsity Press, 2006), 12.

1. Resistencia semanal – Ayuna de algo durante 24 horas.
2. Abrazo diario – Lleva una comida o llama para animar a alguien cada día.
3. Resistencia diaria – Lee las Escrituras antes de utilizar el teléfono.
4. Abrazo semanal – Ten un tiempo sabático (durante gran parte del día) de oración, reflexión y regocijo completamente centrado en Dios.

Cada uno de nosotros puede explorar qué combinación de hábitos se ajusta a nuestra estación y etapa actuales de la vida. Estos hábitos están pensados para complementar, no para sustituir, nuestras disciplinas espirituales individuales o colectivas más comunes, como leer las Escrituras, llevar un diario, orar, celebrar el culto congregacional, participar en debates bíblicos, compartir nuestra fe con los demás y ayunar. Estos hábitos tampoco son “una cosa más” que añadir a todo lo que ya estamos haciendo. Por el contrario, son una forma diferente de dedicar el mismo tiempo, las mismas relaciones y las mismas oportunidades que Dios nos concede. Mediante la resistencia y el abrazo centrados en el deseo genuino de caminar con Dios aquí y ahora, nos colocamos en posición de atender a la presencia de Dios y responder al Espíritu. Estas acciones nos colocan en posición de experimentar un cambio a nivel del corazón con el tiempo, y por ello nos alegramos.

Concluimos con esta palabra de alabanza a Dios, que nos ha traído hasta aquí. Saborea estas palabras mientras das tus próximos pasos en el sendero con Dios.

Dios puede cuidarlos para que no hagan el mal, y también tiene poder para que ustedes puedan presentarse ante él sin pecado. Se presentarán ante él llenos de alegría, y limpios y sin mancha, como un vestido nuevo.

Por eso, alaben a Dios nuestro Salvador. Por medio de nuestro Señor Jesucristo reconozcan su grandeza, poder y autoridad. Alabemos a Dios por todo esto ahora y siempre. Amén (Jud. 1:24-25 TLA).

SECCIÓN CUATRO
VIVIR

TRABAJO DEL ALMA
TRABAJO DEL ALMA
TRABAJO DEL ALMA
TRABAJO DEL ALMA
TRABAJO DEL ALMA
TRABAJO DEL ALMA
TRABAJO DEL ALMA
TRABAJO DEL ALMA
TRABAJO DEL ALMA

TRABAJO DEL ALMA

El trabajo del alma de esta sección pretende ayudarnos a apreciar nuestras relaciones en el sendero, a descubrir dones, a abrazar nuestra vida como guía de senderos y a implementar prácticas y ritmos espirituales.



EVALUACIÓN DE DONES ESPIRITUALES P.74



RITMOS ESPIRITUALES P.75

SUGERENCIA DE ORACIÓN

1

Tómate varios minutos para cerrar los ojos y visualizar los rostros de cada persona de tu pequeño grupo, agradeciendo a Dios de antemano los grandes avances espirituales que Dios hará en sus vidas. Procura verlos como los ve Dios.

Mientras sigues reflexionando, responde en oración a estas indicaciones sobre tu caminar al lado de los demás:

- ¿Quién camina a tu lado en este sendero?
- ¿Qué cargas comparten entre ustedes?
- ¿Cómo se ayudan mutuamente a seguir por este sendero?
- ¿Qué sientes que necesitas más de los demás a lo largo de tu sendero? ¿Eres consciente de lo que los demás sienten que necesitan?

2

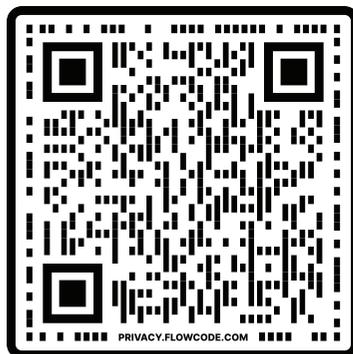
¿Para quién deseas ser guía de senderos? Escribe estos nombres y ora por ellos, pidiendo a Dios que abra sus corazones.

EJERCICIO 1: EVALUACIÓN DE DONES ESPIRITUALES

Pide a Dios que te dé discernimiento mientras exploras los dones en la Biblia y qué don crees que Dios quiere que descubras o avives (2 Ti. 1:6).

Utiliza esta evaluación de regalos:

<https://gifts.churchgrowth.org/spiritual-gifts-survey/>



Lee estas definiciones y estudia los dones. Ora y escribe los dones que crees que Dios ha puesto en ti a través del Espíritu Santo. Solo cuando hayas completado estos pasos iniciales deberás realizar la evaluación de dones.

EJERCICIO 2: RITMOS ESPIRITUALES

¿Qué ritmos espirituales vas a empezar a implementar en tus ritmos diarios, semanales y mensuales? En el apéndice encontrarás una lista de ritmos espirituales y disciplinas:



DIOS EN LOS VERBOS P.82



ORACIONES DE ALIENTO P.83



EXAMEN ESPIRITUAL P.84

SECCIÓN CUATRO
VIVIR

TRABAJO EN GRUPO
TRABAJO EN GRUPO
TRABAJO EN GRUPO
TRABAJO EN GRUPO
TRABAJO EN GRUPO
TRABAJO EN GRUPO
TRABAJO EN GRUPO
TRABAJO EN GRUPO
TRABAJO EN GRUPO



PREGUNTAS PARA EL DISCUSIÓN

Estas preguntas deben debatirse en nuestros grupos familiares después de un breve devocional.

1. ¿Quiénes son algunos amigos especiales que te acompañan en el sendero, y qué es lo que más aprecias de ellos?
2. ¿Qué hábitos de resistencia o abrazo quieres practicar de forma constante? Cuando compartas estos propósitos, ten en cuenta la posibilidad de unirte a otros para practicar juntos los mismos hábitos.
3. ¿Qué aspecto podría tener unirte a Jesús en su misión como expresión de tu formación espiritual?
4. ¿Qué has aprendido del programa *El sendero*? Comparte las 3-5 cosas más importantes que has aprendido.

NOTAS

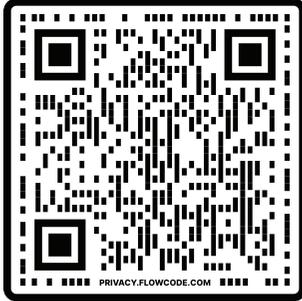


APÉNDICE

RECURSOS DE SALUD MENTAL

Nuestra salud emocional y mental es una parte importante de nuestra salud espiritual y de nuestro crecimiento como cristianos. Aunque no todo el mundo necesita consejería de salud mental, hay algunos retos mentales y emocionales que se abordan mejor con un profesional de la salud conductual. Aquí tienes diferentes recursos que pueden ayudarte a determinar si acudir a un especialista en salud mental es para ti.

1. Vídeo corto sobre salud mental y emocional



2. Profesionales cristianos de la salud mental de diversas agencias en las que confiamos, así como Psychology Today



CROSSPOINT CLINICAL SERVICES

crosspointclinical.org

413-732-7677



INTEGRATED BEHAVIORAL CARE

integratedbehcare.com

978-296-5595



THE WELL BEHAVIORAL HEALTH

thewellbh.com

978-296-5888



PSYCHOLOGY TODAY

psychologytoday.com/us

RECURSOS ADICIONALES DE FORMACIÓN ESPIRITUAL

Aquí tienes otros dos recursos para explorar si deseas profundizar en la formación espiritual y el desarrollo cristiano.



THE WAY

Más recursos para la formación espiritual, la consejería, la formación y el desarrollo



MIND CHANGE

Métodos alternativos para la curación/sanación espiritual
mindchange.com

DIOS EN LOS VERBOS

Objetivo: Ampliar la conciencia de la grandeza de Dios y profundizar en tu unión con Dios.

1. Orar 30 segundos en silencio.
2. Toma nota de las palabras, especialmente los verbos, que utilizaste en relación con Dios durante esa oración.
 - ¿Cómo describirías algunas de estas palabras? ¿Osadas? ¿Seguras? ¿Atrevidas? ¿Perfectas o imperfectas? ¿Son un reflejo exacto de lo que sientes y crees?
1. En términos más generales, ¿qué verbos empleas a menudo para dirigirte a Dios o pedirle algo? ¿Qué sustantivos o nombres utilizas para dirigirte a Dios?

Ahora, detente un momento y piensa de forma más general en tus oraciones.

- ¿Qué palabras reflejan con exactitud tu visión y los acontecimientos de tu vida en relación con Dios?
- ¿Qué palabras despiertan sorpresa, asombro, admiración? Hagamos un ejercicio:

Lee Lucas 13:34: "¡Jerusalén, Jerusalén, que matas a los profetas y apedreas a los que se te envían! ¡Cuántas veces quise reunir a tus hijos, como reúne la gallina a sus pollitos debajo de sus alas, pero no quisiste!"

- ¿A qué se asemeja Jesús? ¿Porqué?
- Identifica el verbo que utiliza Jesús para describir su mayor deseo y lamento.
- Basándote en este pasaje, ¿qué sustantivo elaborarías como base para una oración a Dios?

Ahora lee Romanos 8:1-4 y sigue estos pasos:

1. Escoge todos los verbos con Dios como sujeto. ¿Qué dicen estos versículos que Dios ha hecho o está haciendo? Pregúntate: ¿Con qué frecuencia utilizo estos verbos cuando pienso en lo que Dios está haciendo activamente?
2. Convierte de uno a tres de los verbos en un sustantivo, frase o título para Dios. Por ejemplo, si ha enviado a su Hijo, podrías formar el título "El que envía la salvación". ¿Qué oración podrías formar solo en torno a este título?
3. Desarrolla una práctica de oración basada en estos verbos y sustantivos. Realiza este ejercicio tres veces por semana. Crecerá la profundidad de la gratitud y el conocimiento del carácter de Dios.

ORACIONES DE RESPIRACIÓN

Orar las Escrituras puede ser vivificante en medio de un ajetreo caótico. Al orar estas "oraciones de aliento", se te anima a que inhales por la nariz y exhales por la boca. Alargar la duración de la expiración transmite una sensación de seguridad a nuestro sistema nervioso.

SALMO 9:9

Inhala: El Señor es refugio de los oprimidos,

Exhala: Es su baluarte en momentos de angustia.

SALMO 32:7 NTV

Inhala: Pues tú eres mi escondite.

Exhala: Me proteges de las dificultades y me rodeas con canciones de victoria.

SALMO 116:2 NTV

Inhala: Debido a que él se inclina para escuchar.

Exhala: Oraré mientras tenga aliento.

SALMO 91:1-2

Inhala: Quien habita al abrigo del Altísimo descansará a la sombra del Todopoderoso.

Exhala: Yo digo al Señor: "Tú eres mi refugio, mi fortaleza, el Dios en quien confío".

SALMO 36:7-8

Inhala: Todo ser humano halla refugio a la sombra de tus alas

Exhala: Se sacian de la abundancia de tu casa.

EXAMEN ESPIRITUAL: LA CONSOLACIÓN Y EL DESAMPARO

Haz una pausa al final del día, antes de acostarte, para reflexionar durante 10 minutos sobre la siguiente:

ENCONTRAR CONSUELO:

- ¿Cuándo me he sentido hoy más tocado por la presencia de Dios?
- ¿Qué acontecimientos, relaciones o pensamientos del día me acercaron más a Dios?
- ¿Cuándo me he sentido más libre hoy?
- ¿Qué fue lo más vivificante de mi día?
- ¿Qué fue lo más alegre de mi día?

ENCONTRAR DESAMPARO:

- ¿Cuándo he sentido hoy que me alejaba de Dios?
- ¿En qué momento del día de hoy me he sentido más insatisfecho y limitado?
- ¿Hubo algún momento hoy en el que me sentí desanimado?
- ¿Qué fue lo más agotador de mi día?
- ¿Hoy me he sentido culpable, avergonzado o solo en algún momento?

Entrega estos desamparos a Dios, pidiéndole que te permita ser tocado por su presencia mientras duermes y te levantas.

BREVE ORACIÓN DE EXAMEN

Haz una pausa al final de cada día, antes de acostarte, para reflexionar durante 5-6 minutos sobre lo siguiente:

¿Por qué momento de hoy estoy más agradecido? ¿Por qué momento estoy menos agradecido? ¿Cuándo he dado y recibido más amor hoy, y cuándo he dado y recibido menos amor? ¿Cuándo me he sentido más agotado? ¿Cuándo me he sentido más vivo?