

- STPR-

DML811 Formación Espiritual para Liderazgo Global

Profesor: Dr. Javier Gómez y Dr. Mike Plunket

Experiencia de Aprendizaje 2

Trabajo Integrador

Freddy Riverón.

**Puerto Rico,
Diciembre, 2020.**

Experiencia de Aprendizaje 2: Trabajo Integrador

I. Plan de Crecimiento

Estar en este programa del doctorado es lo que yo he definido la “Emboscada Divina” perfecta. Por varios años Dios me ha estado invitando a este proceso y ahora me ha “atrapado amorosamente”. Desde mi último año en el pastorado comencé a ser consciente de la gran necesidad de ir más profundo en lo que respecta al alma, buscando entender mejor mi realidad y experimentar sanidad espiritual, esto se intensificó desde mi nuevo rol como misionero en Cuba. Lamentablemente con el ritmo de vida y ministerio tan agitado que he llevado desde entonces sentía que no tenía tiempo para detenerme lo suficiente y trabajar en mi corazón. En ese mismo sentido le había expresado a la psicóloga de la Misión desde principios del 2019 mi interés por tener consejería profesional, pero eso tampoco había sucedido, no solo por falta de tiempo, sino por un temor o resistencia natural a abrir mi corazón con alguien que está en mi mundo de ministerio. Algo que ilustra mi realidad en ese tiempo es que desde el 2017 mi libro de cabecera ha sido “Espiritualidad Emocionalmente Sana” de Peter Scazzero lo he leído varias veces casi que me acompañaba en todos mis viajes. Sus páginas están llenas de partes subrayadas y notas que evidencian mi deseo de poder asimilarlo.

Otra forma en que considero Dios me estaba preparando es que este año durante los primeros meses del encierro por la pandemia, luego de regresar a nuestra casa pasaba tiempo meditando y escribiendo en mi diario, y un tema fue que definitivamente había cosas que debían cambiar. La manera en que estaba desarrollando mi ministerio, aunque podía medirse exitosa por los logros, estaba dañando mi salud y bienestar espiritual, mi matrimonio y aún mi relación con las personas a las que sirvo y aún ministro. Dios comenzó por medio de su Palabra a llamar mi atención muy fuertemente sobre mis motivaciones en el ministerio. En especial recuerdo los días 1, 2 y 3 de marzo mientras leía mi devocional “En pos de lo Supremo” de Oswald Chambers, era confrontado con sus reflexiones sobre la escrutadora pregunta de Jesús a Pedro “¿Me amas?” y luego el mandato “*Apacienta mis ovejas*” El amor es la única motivación válida para servir a Dios y ese amor solo puede crecer y sostenerse cuando experimentamos el amor incondicional y eterno del Padre.

Luego en ese mismo tiempo meditando en Juan 3:16 *“Porque de tal manera amó...”* el Señor llamó mi atención sobre el hecho, Dios amó de tal manera... su amor al mundo fue tan grande que dio a su Hijo, su único Hijo. El Señor me cuestionaba de manera inequívoca si al final de todas mis motivaciones para hacer lo que hago está el amor a Él y a los otros.

Escuchar al Dr. Plunket, en la primera clase usando la narración de la historia de Job con una perspectiva diferente de la respuesta que el autor trata de responder por medio del libro fue sobrecogedor. Su propuesta que la respuesta que el autor del libro no es en primera instancia ¿Por qué la gente justa sufre? sino ¿Amas a Dios por lo que Él es o por lo que Él ha hecho por ti? ¿Cuál es tu motivación para la fidelidad? ¿Amas a Dios solo por quién Él es? me conmovió profundamente y todavía lo sigue haciendo. Su comentario “¿Si Dios no permite que tus resultados y metas se cumplan, ¿qué vas a hacer?” Dios quiere ser nuestro principal tesoro.

Hay dos áreas del cuidado del alma discutidas en clase que son más relevantes en todo este proceso y son “Identidad: Lidiando con la Mentira” y “Vencer los Temores” a continuación tomaré tiempo para compartir cómo Dios está trabajando estas áreas en mi vida.

Aunque he creído y enseñado que nuestra identidad se basa Cristo, en que soy un hijo amado por el Padre y que su amor es incondicional, inmutable y eterno, esto no se ha traducido en un permanente estado de valía, seguridad y significado para mí, tampoco se ha manifestado en una constante experiencia de certeza y disfrute de ese amor incondicional de Dios. Esas verdades están en la mente, pero de alguna manera no logran asentarse en el corazón plenamente y por tanto no se traducen en acciones sostenidas y patrones de conducta. Las mentiras parecen ser el obstáculo que impiden que la verdad de Dios se asiente en mi corazón y establezcan el fundamento que determina mi sentido de valía y por tanto mis motivaciones. Entonces para mí, la invitación de Dios por medio de este aprendizaje es a eliminar los obstáculos del camino o sea las mentiras, para que la verdad de Dios pueda llegar al corazón, afirmarse y modelar quién soy y lo que hago.

Identificar las mentiras y sustituirlas por la verdad de Dios no ha sido ni será un proceso sencillo y no creo que lo sea para ningún hijo de Dios que sinceramente quiere experimentar una profunda sanidad espiritual. Lo que estoy escuchando sobre este tema me hace pensar que la mentira es un elemento un tanto difuso e intermedio que no es fácil enmarcar y al que solo podemos llegar

cuando caminamos con el Espíritu Santo en un honesto proceso de autoconciencia donde conectamos los síntomas de la enfermedad en el presente, con las realidades de nuestro pasado que crearon las condiciones para que el maligno sembrara esas falsas ideas. La acumulación de esas mentiras que establecen comportamientos muy bien entrelazados con las verdades que creemos y que prolijamente enseñamos crea un entuerto que termina siendo nuestro “falso yo”.

En mi caminar en este proceso, creo que lo primero ha sido identificar las “hojas de higuera” con las he intentado descubrir mi desnudez para que removiendo esas hojas que buscan cubrir mi “falso yo”, quede expuesta mi verdadera identidad y luego identificar las puertas acceso a esas ideas con que Satanás me ha engañado. Reconozco que una de las “hojas” con las que he estado tratando de cubrir mi “desnudez” ha sido por medio de los logros y éxitos en la vida y el ministerio, todo aquello por lo que puedo ser aplaudido y amado, o sea mi desempeño. También y muy relacionado con el anterior, mostrando ser una persona inteligente, persuasiva, competente, alguien educado, servicial y amoroso. Creo que esto es algo que, aunque en alguna medida son parte real de quien soy, tiendo a amplificar dichas cualidades para elevarme y colocarme en la mente de las personas en un lugar que pienso se traducirá en más respeto y admiración.

Otra y muy importante “hoja de higuera” es, siendo alguien entregado y sacrificado por la familia, en especial con mi madre. Sin restar a mi amor y verdadera preocupación por el bienestar de mi familia que vive en un contexto de extrema necesidad, reconozco que sin darme cuenta comencé a ser alimentado por las elogios y comentarios sobre el hijo y hermano tan bueno que soy. De alguna manera la dependencia de ellos de mi ayuda y mi generosidad y ha reforzado mi sentido de significado en ser necesitado. Otra “hoja de higuera” que identifico es la imagen y la apariencia. Aunque mientras voy madurando en la vida voy notando que este elemento pierde algo de fuerza, reconozco que mi apariencia, lo que tengo, lo que uso y las cosas materiales han servido para ingenuamente tratar cubrir y “embellecer” quien soy.

Reconozco que mantener estas “hojas” que cubren mi verdadera identidad demandan mucho de mi, es más demandan demasiado y es realmente agotador y destructivo. Primero porque siempre habrá personas y circunstancias que van a lograr mostrar algo de lo que intento cubrir, y muy probablemente voy a reaccionar defensivamente y hasta moverme a un conflicto con esas

personas. Eso me hace susceptible a la crítica y a cualquier calumnia o intento de descrédito de otros. Puedo verme a mí mismo ensartado en diálogos persuasivos que buscan moldear el pensamiento de la gente que ha recibido alguna opinión que me descalifica o cuestiona, con la idea que podré corregir el daño a mi reputación, al menos en el pensamiento de ellos.

Segundo porque la gente olvida muy pronto tus logros o no lo reconocen suficientemente bien, entonces, tengo que estar repitiendo e intensificando mi buen desempeño. Pero también cuando las personas ven que alcanzas expectativas no expresadas que tienen sobre ti (Delight), eso hará que eleven su demanda de desempeño y creen un nuevo nivel para medirte que exigirá más y cuando llenes las nuevas expectativas va a colocarse otro nuevo estándar y como dijo el profesor Plunket, “lo que hoy es alabanza y elogio, mañana será responsabilidad”. Lo terrible de esto es que puedes llegar a un lugar insostenible para tu capacidad y preparación real y luego lograr sostener ese estándar es desgastante. Esto lo sufrí con el tema de la predicación en el pastorado, permití caer en la trampa de llenar las expectativas de una congregación acostumbrada a la enseñanza de académicos y gente mucho más preparada que yo. Pude con mucho trabajo servir algunos sermones a la altura de lo que ellos esperaban y estaban acostumbrados, lo que me obligó luego a mantener un estándar de predicación superior a mi real capacidad y preparación y eso fue demoledor para mí y fue sin duda es una forma en que cree un falso yo. Al final terminé desilusionando a muchos al no poder mantener un estándar que me superaba. Tu falso yo, puede parecer más inteligente, capaz y espiritual de lo que eres y será difícil mantenerlo, la gente siempre va a ver más allá.

Por otro lado, reconozco que un síntoma de las mentiras que se han anidado en mi corazón es por aquellas cosas que me molestan en otras personas. Y reconozco que la crítica es una de las tentaciones más sutiles en que puedo caer. Siempre que descalificas a alguien estás de alguna manera lograr elevarte a los ojos del que escucha la crítica, como alguien mejor.

Antes de compartir algunas de las mentiras que puedo identificar en mi vida gracias a este proceso, quiero hacer notar que muchas de estas mentiras encontraron un terreno fértil en mi vida, por la infancia y adolescencia difícil que tuve que experimenté, por los patrones disfuncionales de mi familia y muchos de los mensajes en forma de reglas o mandamientos que me fueron impuestos.

Las experiencias de rechazo, abuso físico y bullying que sufrí durante mi adolescencia en especial cuando fui al internado en la escuela afectó mi autoimagen, provocó una mayor sensibilidad hacia el fracaso y rechazo, esto sumado a las privaciones de intimidad y afirmación que tuve creciendo en una familia disfuncional y con posterior divorcio han abonado un suelo en mi corazón ávido de afirmación, aprobación y sentido de éxito. El mandamiento de mi familia, “tu eres el hombre de la casa” conectó mi sentido de significado y valía con un rol de proveedor y cuidador de mi familia. El otro mensaje de mi madre “Dios te bendice si te portas bien” crearon una distorsión en mi capacidad de recibir el amor incondicional de Dios y por tanto me alejó de la posibilidad de establecer mi identidad sobre lo que es la mayor verdad que necesito vivir “tu eres mi hijo amado...”

Algunas de esas mentiras que puedo identificar:

- Tu valor está en que las personas te amen, te quieran y te necesiten y debes hacer lo necesario para alcanzarlo.
- El éxito, los logros y el buen desempeño van a proveerte de la plenitud y satisfacción sin fin que proviene de la admiración y el aplauso.
- Para lograr ese éxito tienes que controlar las personas y las circunstancias y puedes hacerlo. Si no lo haces tu valor disminuye.
- Dios te amó cuando te salvó, pero no está feliz contigo ahora. No crees que Dios te pueda decir “... en ti siento complacencia.”
- Si las personas conocieran tu verdadero yo no te van a amar como quieres.

Todo este descubrimiento personal es solo a mi modo de verlo es una puerta de entrada. Algo que siento el Señor puso en mi mente días atrás es “ser consciente de tus debilidades no te asegura sobre la victoria sobre ellas.” Conocer la enfermedad ayuda para establecer una cura efectiva y eso va más allá de aceptar la enfermedad. Algo que aprecio del tratamiento que da Rob Reimier a este tema es que anticipadamente establece la cura y lo hace estableciendo que para resolver nuestro problema de identidad y suplantar nuestro “falso yo”, necesitamos renovar nuestra mente. Y para ello ofrece dos recursos esenciales, uno es aferrarte a la verdad y el otro es la presencia de Dios.

Aferrarme a la verdad de Dios significa combatir cada una de las mentiras que el diablo ha plantado, con una verdad que me afirme en la identidad real que tengo en Cristo. Para ello debo estar más en Su presencia, pues es allí donde se consolida el fundamento en mi corazón del perfecto e inmutable amor de Dios, donde soy afirmado que el asunto de mi valor se resolvió en la cruz. Lo otro en lo que definitivamente debo trabajar es desarrollando con la ayuda del Espíritu Santo una estrategia interna para identificar la mentira y la forma en que se está manifestando, aceptar que estoy colocado sobre un falso fundamento y afirmar mi valor, permitiendo al Espíritu Santo que mientras hago silencio y me dispongo a escucharle, ministre su amor. Finalmente sustituir esa mentira por una verdad de Dios.

El otro tema que considero relevante en mi propia realidad es de “vencer los miedos”. Pienso que esto está estrechamente relacionado con lo anterior. El miedo puede decirse que es lo que se esconde detrás de lo que estamos huyendo por medio de nuestro falso yo. Cuando una situación por la que atravesamos se conecta con algo que nos dolió en el pasado, con alguna herida, vamos a expresar nuestro miedo en una forma que nos da un sentido de seguridad o protección. También estos miedos se esconden detrás de asuntos de nuestra valía.

Reconozco que uno de los temores que se manifiesta en mi vida es el temor al fracaso y el supuesto rechazo que esto traería aparejado. Ese temor, se manifiesta en un ejercicio para establecer el poder, control y la manipulación en una forma nociva para nosotros mismos y para las personas que están debajo de nuestro liderazgo. En lo personal he identificado que la ansiedad es una manera en que los temores se manifiestan en mi vida de forma más frecuente. Hacer esta asociación me está enseñando cuando comienzo a sentir señales de ansiedad en mi cuerpo, detenerme para indagar en el temor que está emergiendo a la superficie en esa situación.

Encuentro en el material de la clase que la estrategia para lidiar con estos temores y sus raíces es el primer paso para ser libre de ellos. Lo primero que debemos hacer para enfrentar esos temores es llevarlos a Jesús. Nombrarlos delante de él y entregárselos. Estar en su presencia y esperar recibir su paz. Filipenses 4.4-7 nos ofrece un camino para colocar toda inquietud y ansiedad delante de Dios.

II. Ritmo de vida

El camino hacia una espiritualidad emocionalmente sana que parte del autoconocimiento que he expresado anteriormente y de todo lo que estoy aprendiendo en este proceso requiere trabajo duro y disciplina. A continuación, desarrollaré un grupo de estructuras regulares y prácticas espirituales que necesito abrazar para crecer en mi intimidad con Dios y cultivar un alma saludable.

a. Eliminar la prisa y sobrecarga

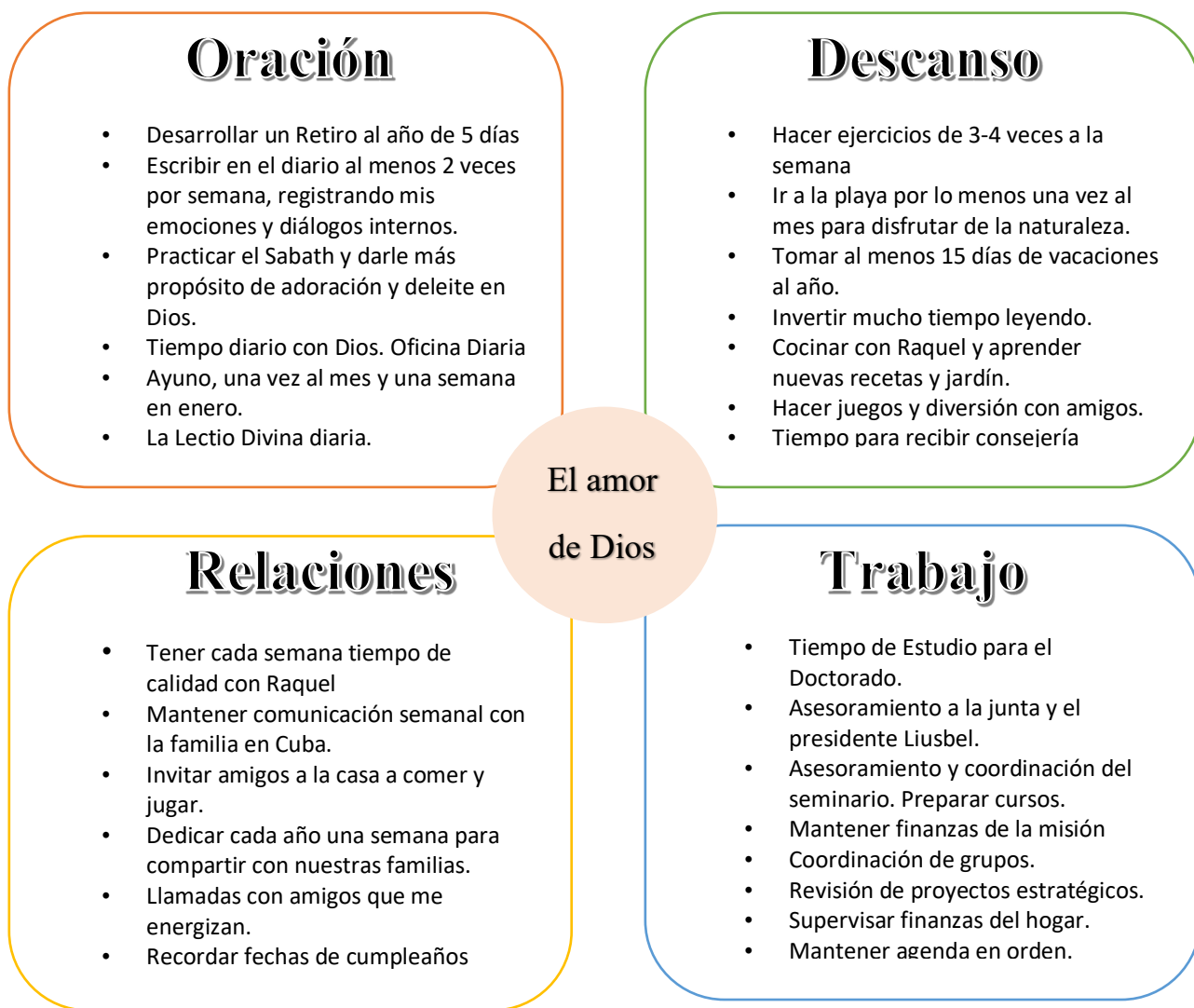
Antes de definir estas acciones lo primero que considero oportuno es establecer un marco límite que me permita establecer un ritmo más lento que de espacio para una unión amorosa con Jesús. Reconozco que si no trabajo en liberar mi agenda de presiones y compromisos nunca será posible mantener un ritmo que me permita “estar con Dios” por medio de disciplinas que no pueden hacerse con apuro. Estas son las acciones que ayudarán a bajar el ritmo:

1. Mantener mi agenda personal y de ministerio unificadas y actualizadas colocando no solo las cuestiones de trabajo, sino también lo asuntos de estudio, familia, relaciones y de mi propio desarrollo personal.
2. Revisar la agenda semana cada domingo en la tarde antes de comenzar la semana para asegurar que coloco los espacios de mi tiempo con Dios como una prioridad y evitar la sobrecarga.
3. Disciplinarme a evaluar con cuidado y en oración cualquier nuevo proyecto a compromiso que pueda añadir una carga significativa de trabajo. Usar el discernimiento en oración para asegurar que eso es algo que viene del Señor, que respeta mis límites y que no está movido por mis necesidades poco saludables.
4. Mejorar la eficiencia en el trabajo, reduciendo las distracciones, evitando procrastinar, aumentando la velocidad con que concluyó las tareas y manteniendo un sistema de mayor orden en todas las cosas que demandan mi atención.
5. Escuchar la opinión de Raquel en las cuestiones de la agenda.
6. Asegurar que estoy enfocado en la visión de Dios. Tener presente la visión escrita de Dios para mi vida, me ayuda a poder desechar tareas o compromisos que no me acercan a ese fin.

Soy consciente que una de las cosas que me provoca mayor ansiedad y limita mi capacidad de estar tranquilamente con Dios es no tener orden de todas las cosas que tengo que realizar en un determinado tiempo, ya sea una semana o un mes. El desorden me provoca embotamiento y eso limita considerablemente mi eficiencia.

b. Desarrollar una regla de vida.

Practica una Regla de Vida, siguiendo el modelo ofrecido por Peter Scanzero en el Libro “Espiritualidad Emocionalmente Sana” que incluye las cuatro categorías primarias de la vida espiritual benedictina: oración, descanso, relaciones y trabajo.



En la anterior tabla no están todas actividades y disciplinas que deseo conformen parte de mi ritmo de vida para un año, pero si creo que están las principales que necesito implementar para tener un ritmo de vida saludable y desarrollar una relación amorosa con Dios.

Algunas de las disciplinas que considero esenciales mientras camino en el proceso de sanidad en que me encuentro son:

Retiro Espiritual: Pasar al menos 5 días en un lugar de retiro sin ninguna distracción, no conexión de teléfono e internet. Esto para escuchar a Dios y ser recargados en la visión. Este será también un tiempo para practicar la soledad y la quietud.

Practicar el Sabbath: Aunque ya he logrado separar un tiempo de 24 horas cada semana sin trabajo debo darle mayor contenido y experiencias de deleite en Dios y disfrute de las cosas que me dan alegría. Comenzando el sábado a las 6:00pm hasta el domingo a la misma hora.

Terapia o Consejería: Reconozco que este tiempo de consejería ha sido de gran valor en mi vida y pretendo continuar el próximo año al menos dos veces al mes. Pero también voy a estar atento para buscar un Director Espiritual o Mentor a quien puedo rendir cuenta.

Lectura de Libros: He descubierto que la lectura es una de las cosas que más me ayuda a mantenerme enfocado y una de las mejores medicinas para la ansiedad. Por estar en estos momentos en medio de los estudios y doctorado me esforzaré para leer a cabalidad todos los libros que los profesores recomiendan en los prontuarios de los cursos.

Tiempo de juegos y diversión con amigos: Soy una persona demasiado seria. Necesito relajarme, necesito disfrutar y jugar. Para el próximo año compraré juegos de mesas y buscaré tener tiempo de diversión con amigos y familia.

Tiempo con amigos que me energizan: Reconozco que hay personas en mi vida que me drenan, me secan emocional y espiritualmente. Necesito rodearme de personas que me acercan a Dios y me animan en el caminar con Dios.

III. Plan para Reproducir el Cuidado del Alma

El Plan de Reproducción de Formación Espiritual será desarrollado como uno o dos cursos para estudiantes del programa de Ministerio Pastoral del Seminario Teológico de la Alianza en Cuba.

La razón por la escojo este grupo específico de personas para compartir este curso, es primero porque la formación bíblico-teológica y ministerial de los pastores es una de las áreas fundamentales en las que apoyamos la iglesia cubana como parte de nuestro ministerio y en segundo lugar porque en nuestra evaluación de la realidad de los pastores cubanos vemos situaciones de pecado y crisis tanto familiares como ministeriales que hacen notar que se necesita un mayor enfoque en el Cuidado Pastoral, específicamente en lo que tiene que ver con la Formación Espiritual de los pastores. Algo que ilustra esta triste realidad es que el año pasado con la ayuda de un consejero cristiano aplicamos una encuesta para identificar trauma en su infancia o adolescencia a aproximadamente 50 pastores y sus esposas y se identificó que la gran mayoría ha sufrido traumas severos en su pasado. Algo muy entendible para pastores que en su mayoría son primera generación de cristianos o sea que no proceden de hogares cristianos. Entendemos que la formación de los pastores debe ir más allá de impartir conocimiento y entregar recursos y herramientas para el ministerio. Se requiere un trabajo más intencionado en el corazón y la salud emocional de los que cuidan de la grey.

El programa del curso sería:

Objetivos:

Este curso busca ayudar a los pastores a lograr un entendimiento más profundo de la Formación Espiritual. Por medio de las conferencias, trabajos grupales, las lecturas recomendadas, y las experiencias de aprendizajes se pretender que:

- Los estudiantes tengan un entendimiento bíblico y teológico del cuidado del Alma y la importancia de la espiritualidad cristiana para su vida y ministerio.
- Los estudiantes entiendan el poder de su historia familiar en quienes son, logren discernir la manera en que en el pasado se manifiesta en su presente, específicamente en el ministerio y puedan tomar las acciones necesarias para lograr sanidad espiritual.

- Los estudiantes puedan identificar aquellas áreas de vulnerabilidad que el enemigo usa para atacarles y puedan conectarlo con su historia y desarrollar sus propias estrategias para vencer en la batalla espiritual por sus propias almas.
- Los estudiantes puedan moverse hacia los propósitos de Dios para sus vidas de una forma más saludable y coherente con los valores del evangelio.

Lecturas sugeridas para el curso:

Scazzero, Peter. *El líder Emocionalmente Sano*. Editorial Vida, 2016

Reimer, Rob. *El cuidado del Alma: 7 Principios Transformad..* Carpenter's Son Publishing, 2016

Tepstra, Bruce. *Tres Pasiones del Alma. Una Reorientación profunda y transformadora del Alma*. Consentia Group Publishing, 2018

Willard Dallas, *El Espíritu de las Disciplinas*. Editorial Vida, 2010

Nouwen Henry, *Formación Espiritual*. Editorial Sal Terrae, 2010

Contenido del Curso

- I. Formación Espiritual
 - a. Objetivos de la Formación Espiritual
 - b. El problema de tener un corazón enfermo. Identificando los síntomas.
 - c. Importancia del Cuidado del Alma para ser transformados. El "Iceberg".
 - d. Formación Espiritual y Discipulado en tu experiencia.
 - e. Movimientos de la Formación Espiritual a través de la vida.
 - f. Ser radicalmente honestos

Experiencias de Aprendizaje:

Aplicación del Avalúo: Escala de Bienestar Espiritual. Y Resumen de un Libro.

- II. Conociendo el pasado (Retroceder para avanzar)
 - a. El poder de la familia y de tu historia.
 - b. Teología de la soberanía y providencia de Dios en tu vida.
 - c. Roles y Reglas familiares en tu familia de origen.
 - d. Patrones Familiares de bendición y disfunción y secretos familiares.
 - e. Identificando privaciones, asuntos sin resolver y traumas.

- f. Arrepentimiento y Confesión. Dar y recibir perdón.
- g. Procesando el dolor por las pérdidas, y recibiendo una nueva luz.

Experiencia de Aprendizaje:

Ejercicio: Genograma y Diario de Duelo

- III. Entendiendo el presente (Mi verdadera Identidad y el falso yo)
 - a. Identidad. Identificando las mentiras y rompiendo con ellas. ¿Cómo el pasado afecta tu presente? Ser renovados en la mente.
 - b. ¿Qué motiva tu corazón? / Tres necesidades emocionales (Aceptación, Significado y Seguridad)
 - c. Extendiendo las expectativas y el efecto en tus relaciones
 - d. Experimentando sanidad del temor.
 - e. Siendo libre de la ansiedad.
 - f. Renunciando al control y el orgullo.
 - g. Batalla Espiritual y la unción del Espíritu Santo

Experiencia de Aprendizaje:

Ejercicio: Aplicación del DISC y Encuesta a familia, amigos y personas cercanas en el ministerio.

- IV. Moviéndote hacia el futuro.
 - a. Moviéndote hacia los propósitos de Dios para tu vida. Declaración de visión.
 - b. Entendiendo y viviendo el Evangelio.
 - c. Viviendo y ministrando desde el autoconocimiento, la sanidad y el poder de Dios.
 - d. Reconociendo y aceptando tus límites
 - e. Desarrollando un plan de crecimiento.
 - f. Ritmo de Vida saludable
 - Disciplinas Espirituales Fundamentales para la Vida Espiritual.
 - Bajando el Ritmo

Experiencia de Aprendizaje:

Trabajo Grupal: Simulacro de Dirección Espiritual. Reporte de conclusiones personales: