

Seminario Teológico de Puerto Rico
DML811: Formación Espiritual para Liderazgo Global
Profesores Dr. Javier Gómez / Dr. Mike Plunket

TRABAJO INTEGRADOR

23 de diciembre de 2021

Parte 1: Plan de crecimiento

Tras leer, discutir en clase y tener una reflexión del tema sobre los siete principios transformadores del cuidado del alma, debo señalar que tuve la gran satisfacción de saber que varias de las áreas mencionadas, ya las había trabajado y sanado. Pero también reconocí que hubo otras áreas en las que me sentí identificado y que era necesario trabajar con ellas. Para propósito de este trabajo solo voy a seleccionar dos.

El primer principio con el que me identifiqué fue con el de identidad. Me impactó mucho el tema sobre cómo debemos aprender a identificar las mentiras que se forman en nosotros como el resultado de cosas que nos dijeron, nos sucedieron, dolores que hemos sufrido, la cultura, nuestro pecado y el trabajo de Satanás. De las tres mentiras señaladas en el libro: la mentira del desempeño, la mentira de complacer a los demás y la mentira del control, pude distinguir que la mentira con la que más he luchado es la mentira del desempeño.

Al buscar recuerdos específicos que estuvieran relacionados con esta mentira encontré varios sucesos que la fortalecieron. De los muchos que puedo mencionar solo voy a seleccionar tres. El primero es que desde muy temprana edad descubrí que era malísimo para los deportes. Intenté con varios de ellos, el baloncesto, el voleibol, la pelota, correr, pero rápidamente me di cuenta de que no encajaba en ningún deporte. Era tan malo que mis compañeros se burlaban de mí y nadie quería que fuera parte de su equipo. Incluso llegué a tener un maestro de educación física que nos daba una bola

a un grupito que no funcionábamos en los deportes para que nos fuéramos a jugar aparte en el tiempo de la clase. Percibía que estaba fuera de grupo porque no sabía casi nada de deportes, y no era mi tema de conversación con los demás en la escuela y otros lugares. Me sentía rechazado, triste y todo esto me llevó a pensar que no hacía nada bien.

El segundo recuerdo es de cuando tenía unos diez o doce años, yo me crie con mis abuelos maternos y no veía a mi madre biológica con frecuencia. Uno de esos días que mi madre fue a mi casa, no recuerdo bien lo que yo estaba haciendo, solo sé que me equivoqué en algo y ella me gritó con enojo diciéndome: ¡Tú eres una jodi... y tres pende...! Esa expresión vulgar lo que significa es que de cada cuatro cosas que yo podía hacer, una la hacía bien y las otras tres las hacía mal. Eso me llevó a reafirmar ese pensamiento de que no hacía nada bien.

La tercera experiencia fue cuando iba a entrar a la universidad. La mamá de una novia que tenía en aquel tiempo me preguntó que yo pensaba estudiar. Le contesté que iba a hacer un bachillerato en arte. Ella conocía que siempre me había dedicado a las artes, pero ella no consideraba eso como una profesión. A lo que me preguntó tajantemente frente a mi novia: ¿Y de qué se vive del arte? En ese momento me sentí profundamente humillado, sobre todo al ver que mi novia solo inclinó la cabeza y no dijo nada. Me armé de valor y le respondí que estamos rodeados de arte donde quiera que vayamos. Ella me miró fijamente y me dijo: "Tú no llegarás a ningún lado, del arte no se vive." Yo le respondí "El tiempo dirá, el tiempo dirá. Esas experiencias y otras más como esas me llevaron a adoptar la mentira del desempeño, a pensar que mi valor depende de lo que yo hago.

El segundo principio con el que me identifiqué está muy relacionado con el anterior, y es el vencer los temores. Al creer la mentira del desempeño, no me lancé a realizar proyectos que quería hacer por temor a cometer errores, a la crítica, a no tener un buen desempeño. En otros momentos no me atreví a tomar decisiones o arriesgarme por temor al rechazo. En ocasiones fracasé por temor al fracaso. En algunos momentos esos temores me llevaron a reaccionar de manera defensiva y agresiva. En otros, mi confianza se vio afectada por sentirme incapaz.

En el año 2019, tuve que renunciar a mi trabajo por casi 24 años en la universidad del Sagrado Corazón en Santurce. Allí dirigía un grupo artístico educativo que era muy conocido en Puerto Rico y sumamente exitoso. Era el sueño de todo artista el trabajar a tiempo completo con un grupo como este. Esto fue un golpe muy duro para mí tanto a nivel emocional como económico. Tomé la decisión de perdonar a personas que me hicieron daño en ese proceso y cada día continué reafirmando. He pasado por un proceso de duelo tras la pérdida de mi trabajo, mis estudiantes y compañeros.

Tras mi renuncia, seis meses después vino la pandemia del Covid-19. Durante todo este tiempo he continuado sin un trabajo estable por casi dos años y medio, sin ganar ni siquiera una cuarta parte de lo que ganaba, y llegar a tener mis cuentas en negativo. Comenzaron a venir pensamientos de frustración, sentimientos de impotencia, de ansiedad. Regresaron a mí, ideas con las que no lidiaba hace muchos años y comenzaron a hacer eco: No sabes hacer nada bien, del arte no se vive, no llegarás a ningún lado, pero hubo una con la que he tenido que luchar mucho, eres un fracasado.

Algo que me ha ayudado a combatir esos pensamientos recurrentes, es afirmar mis pensamientos con la palabra de Dios. Cada vez que algunas de esas mentiras o el

temor quieren apoderarse lo contrarresto con lo que Dios dice acerca de Su amor, su cuidado, provisión y dirección. Lo recito, lo canto, lo medito. Observo la provisión del Señor en todas las áreas de mi vida y pongo mi confianza en el que sabe todas las cosas y tiene todo el poder, mi Señor Jesús.

Al comenzar a leer los libros asignados para el curso, luego, tras la discusión en clase y compartir las experiencias en los grupos pequeños con mis compañeros, me di cuenta de que no estaba solo, que otras personas que estaban en el ministerio también estaban luchando con situaciones distintas o similares a las mías. Los momentos de reuniones grupales fueron muy significativos para mí, me permitieron verbalizar lo que sentía sin miedo a ser juzgado o rechazado y a orar juntos por esas situaciones para enfrentarlas adecuadamente de la mano del Sanador. Algo que disfruté del proceso del curso es el que pudiéramos ser transparentes en reconocer aquellas áreas con las que todavía estamos combatiendo para ser sanados y poder ayudar a sanar a otros. Por medio de este curso he reafirmado que mi valor no está determinado por mi desempeño, que Dios no me ama más cuando hago las cosas bien, y no me ama menos cuando me equivoco. He aprendido que podemos actuar con miedo o podemos actuar con fe, pero no podemos actuar en ambos. Que el Señor no quiere que vivamos con nuestros miedos y que seamos vencidos por ellos porque Él nos ha prometido la paz. Solo debemos rendirnos a Dios y confiar en Él... y eso es suficiente.

Parte 2: Ritmo de vida

Durante el proceso del curso una de las cosas que más he valorado es la importancia de cuidarnos para poder cuidar a otros. El estar sanos y balanceados para llevar a otras personas a vivir de la misma manera, porque no podemos llevar a nadie a un lugar al que no hemos ido. También aprecio el que nos motiven para que desarrollemos un plan intencional y estructurado para fortalecer nuestra relación con Dios. Es por esa razón que presento mi plan de trabajo anual para ayudarme a crecer en mi intimidad con Dios y cultivar un alma saludable.

Comenzaré mencionando el área de la oración, aunque tengo mis momentos regulares de oración personal quiero incorporar tres momentos de oración al día: uno en la mañana, otro a mediodía y otro en la noche. Serían momentos de oración de 10 a 15 minutos con el propósito de mantenerme en una actitud de comunicación con el Señor durante todo el día. En relación con el ayuno, estaré realizando 12 ayunos de un día durante el año, es decir, uno por mes, pero durante el mes de enero estaré llevando a cabo el ayuno de Daniel que será un proceso de 21 días con una dieta específica. Todos estos ayunos serán acompañados por momentos de oración, alabanza, lectura bíblica y reflexión.

Para mi desarrollo personal y espiritual estaré leyendo un libro por mes. Ya tengo la selección de libros a leer en mi casa. Eso aparte de mi lectura bíblica diaria, en la que pienso incorporar planes de lectura con temas bíblicos variados utilizando la aplicación de YouVersion.

Otra área importante en mi vida espiritual es separar momentos de retiro y vigilia personal. Por eso ya separé tres fechas para retirarme durante el año: el sábado 30 de abril, sábado 27 de agosto y sábado 17 de diciembre. Además, cada dos meses voy a tener una vigilia.

Estaré cada semana separando un momento de tres a cuatro horas que será el momento de descanso y distracción. Será un momento para tener un espacio de recreación, ya sea salir a dar un paseo, ver una película, tener una conversación amena, etc. Algo que considero también importante para realizar es que voy a hacer una lista de 6 personas con las que quiero compartir este año. Personas con las que disfruto compartir pero que no veo regularmente para pasar un tiempo juntos.

Una de las maneras que voy a utilizar para avalúo es reunirme mensualmente con mi esposa para tener unos diálogos sobre nuestra vida espiritual y saber si estamos creciendo o perdiendo la salud en ese aspecto. Además, voy llevar un registro por medio de un diario para describir brevemente el proceso y los resultados para revisarlo cada tres meses.

Parte 3: Plan para Reproducción de Formación Espiritual

Desde que comencé hace seis años como pastor de la Iglesia Cristiana Tierra Fértil en Río Piedras, Puerto Rico, he concentrado gran parte de mi ministerio en la enseñanza. Comenzamos estudiando sobre los orígenes de la Iglesia a través del estudio libro de los Hechos. Luego tuvimos una serie de estudios sobre las sectas para comprender mejor lo que son y cómo muchas de sus enseñanzas se diferencian de la

iglesia de Jesucristo. Después tuvimos una serie dirigida al discipulado para ser discípulos que hacen discípulos. Finalmente, tuvimos una serie que duró por espacio de dos años llamada “La Biblia” donde pudimos compartir un resumen de cada libro de la Biblia cada semana y su mensaje para nosotros hoy día. Esto acompañado cada semana por un video animado para hacerlo más entretenido y animado. Todas estas enseñanzas han sido de mucha bendición a la iglesia local, pero desde hace tiempo estaba buscando alguna manera de compartir una serie de enseñanzas dirigidas a profundizar en nuestra relación con Dios y tener un balance integral. Creo que el evangelio de Jesucristo trae consigo paz y orden en todas las áreas de nuestra vida, comenzando desde nuestro interior y extendiéndose a nuestras acciones y relaciones. Por eso, debo decir que este curso resultó ser una dirección a lo que el Señor ha venido poniendo en mi corazón.

Durante este nuevo año 2021 quiero compartir con la iglesia un proyecto titulado: **“Vive mejor: Encontrando el balance”**. Tomando como libros de texto el libro “Dreaming Big” de Bob Biehl y Paul Swets, el libro “El Cuidado del Alma” del Dr. Rob Reimer y el libro “Tres pasiones del alma” de Bruce Terpstr. También estaré utilizando el libro “Manual para consejeros de jóvenes” de Josh McDowell y Bob Hostetler que trata temas sobre la soledad, la ansiedad, sentimientos de culpa, ira, depresión, etc. Además, estaré buscando y revisando más libros para incorporarlos en el contenido del proyecto.

El proyecto será compartido a la iglesia en un período de seis meses por medio de charlas, estudios bíblicos, talleres, todos los miércoles en nuestra iglesia a partir del mes de marzo. Cada sesión será de una hora, con recursos audiovisuales, ejercicios y

preguntas a contestar, también será transmitido por zoom para las personas que se les haga difícil llegar. Durante esos meses los sermones de cada domingo serán en continuidad con la enseñanza de cada semana. Los recursos para compartir este proyecto serán cinco líderes de la iglesia, incluyéndome. Dos de estos recursos estarán encargados de trabajar el área de finanzas, otra estará encargada del área de cuidado físico y tres estaremos trabajando la enseñanza bíblica.

El propósito de este programa es que las personas puedan trabajar con la ayuda del Señor, 8 áreas de su vida para encontrar un balance integral. Los temas que vamos a tocar son los siguientes.

- I. Relación con Dios. (1 mes)**
 - A. Arrepentimiento.
 - B. Oración
 - C. Lectura bíblica
 - D. Ayuno
 - E. Retiro
- II. Mente (2 semanas)**
 - A. Identidad
 - B. Aprendizaje continuo
 - C. Metas
- III. Emociones (1 mes)**
 - A. Las necesidades del ser humano.
 - B. Perdón
 - C. Sanando heridas
 - D. Venciendo temores
- IV. Familia**
 - A. ¿Qué es la familia según la Biblia?
 - B. Familia inmediata y familia extendida
 - C. Herencia familiar
 - D. ¿Cuál es el legado familiar que queremos dejar?
- V. Relaciones sociales. (1 día)**
 - A. Amistades.

VI. Vocación. (1 día)

- A. Carrera
- B. Ministerio

VII. Finanzas (1 mes)

- A. Administración del dinero: Presupuesto
- B. Ahorro, inversiones, deudas
- C. Retiro
- D. Diezmos y ofrendas.

VIII. Condición física (1 mes)

- A. Ejercicio
- B. Alimentación
- C. Descanso
- D. Recreación

El avalúo, al finalizar cada tema será importante para llevar a los participantes a la reflexión, a la integración práctica de los temas ofrecidos y medir el nivel de satisfacción y aplicación de los temas. El mismo se va a llevar a cabo a través de Google Forms. Sé que este plan dirigido a tener una vida más balanceada será de gran bendición para la congregación.