

EXPERIENCIA DE APRENDIZAJE 2: TRABAJO INTEGRADOR

Documento

Presentado al Dr. Javier Gómez Marrero

Del

Seminario Teológico de Puerto Rico

En Cumplimiento Parcial

De los Requerimientos del Curso

DML811: Formación Espiritual Para Liderazgo Global

Julio César Quiles Beauchamp

23 de diciembre de 2021

Parte 1: Plan de crecimiento

Luego de haber dado lectura a los 7 principios del cuidado del alma he podido identificarme con dos de ellos y éstos fueron los que más me afectaron. Me refiero en el sentido de qué debo erradicar de mi vida para poder tener un crecimiento saludable en el Señor. Estos son:

- Principio número 4: El Perdón
- Principio número 6: Vencer los temores

Como parte de mi plan de crecimiento para mi vida me he comprometido con Dios y conmigo mismo a ser honesto y a no guardar secretos. Lo que procuro es una verdadera y eficaz transformación interior, por ello me niego a engañarme a mí mismo. Por lo tanto, me he propuesto a caminar en la luz con Dios y con mi prójimo, perdonándome a mí mismo y a mis ofensores y con la ayuda de mis profesores, mi mentor y sobre todo con la ayuda de Dios erradicar todo temor de mi vida

Para lograrlo he seleccionado un tiempo para estar a solas con Dios a fin de ser sensibilizado por el Espíritu Santo y buscar la dirección y ministerio que tiene Dios para mi vida. No se me hace difícil perdonar, pero he descubierto que muchas veces lo pienso mucho para hacerlo. En otras ocasiones perdono, pero en mi mente discuto con la persona como si estuviera reprochando su ofensa. Esto me dura unos días y luego continuo como si nada hubiera pasado. Creo que esto está mal... Necesito que el Señor quite ese obstáculo de mi vida. En cuanto a mí respecta, haré todo el esfuerzo que haya que hacer para lograrlo.

Durante el transcurso del curso he aprendido que los tres requisitos para el perdón son:

- La restauración de una actitud de amor en mi vida.
- Que el perjuicio no sea motivo válido para no amar al que me ofende.
- Orar por quien me ofende y superar poco a poco el dolor y la ira hasta que la paz de Dios reine en mí corazón

Lo veo desde esta perspectiva porque nuestra naturaleza humana (adámica) tiene la tendencia a la venganza y el rencor. Creo que toda vez que perdonamos Dios hace un milagro en nuestras vidas para que nos parezcamos más a Jesucristo y reine su paz entre sus hijos. A estos efectos concluyo que lograr la restauración en la hermandad cristiana y/o no cristiana es una actitud de amor que emana del corazón del creyente y que se hace manifiesto por la obra del Espíritu Santo. Durante esta lectura he aprendido, además, que perdonar es un acto de obediencia y es responsabilidad directa de mi persona como creyente y que no es responsabilidad de Dios si no mía.

También he internalizado como parte de mi vida cuatro consejos que aprendí de mi profesor Javier Gómez Marrero, que me están ayudando a lograr perdonar y perdonarme a mí mismo sin reproches, estos son:

- Bajar mis escudos.
- Arrepentimiento en el acto.
- Matar el falso yo.
- Que el pecado tiene que ser confesado no importa cuánto tiempo haya pasado.
- Y ayudar a las personas a experimentar el perdón.

Rob Reimer, autor del libro *El cuidado del alma: siete principios transformadores*, dice que: "...no hay transformación sin confesión. No hay victoria en la clandestinidad. No hay

avance en el secreto.” Para ser libre de la condición que me aqueja debo confesar y caminar en la luz con Dios y los demás practicando estos extraordinarios consejos. Por lo tanto, me presento delante de Dios sin secretos escudriñando mi conciencia para confesar mis pecados y para poder identificar mis miedos.

El segundo principio, de los siete que presenta Rob Reimer, que más me afectó y que pude identificarme, fue el principio número seis: vencer los temores. Reimer dice que: “El pueblo de Dios comete más errores en tiempos de temor que en cualquier otro momento.” Señala que esta es la razón por la cual la orden número uno de las Escrituras es «No temas» y, a su vez, me aconseja a superar mis miedos para estar espiritualmente sano.

La raíz de mis temores recuerdo que comenzaron en mi niñez. Mi madre para que me estuviera quieto cuando me acostaba a dormir me infundía miedo cuando me decía: “El Cuco te va a comer esta noche si no te duermes”. También me decía: “Los muertos te van a halar por los pies”. Esto me ponía nervioso, miraba a mi alrededor en la oscuridad y veía como personas que venían a atacarme. Lloraba para que mi mamá prendiera la luz porque no podía dormir en la oscuridad. Estos miedos me produjeron otros miedos tales como el miedo al fracaso. Esto me duró por mucho tiempo, pero desde que conocí al Señor el 95% de estos miedos han desaparecido. Todavía me queda un 5% de esa desagradable experiencia. Desde luego cuando conocí al Señor perdoné a mi mamá también me perdoné a mí y en poco tiempo me la gané para Jesucristo.

Para combatir esos miedos he decidido actuar con fe y en el nombre de Jesucristo rechazo el miedo desde ahora y para siempre, porque el gran Emanuel está conmigo. Su verdadero amor echará afuera los miedos y los temores de mi vida.

A través de este curso y sus lecturas he reconocido que el miedo es producto de la caída del hombre en el Edén: “Mas Jehová Dios llamó al hombre, y le dijo: ¿Dónde estás tú? Y él respondió: Oí tu voz en el huerto, y tuve miedo, porque estaba desnudo; y me escondí.” (Gn 3:9-10). El miedo no proviene de Dios hasta ahora lo veía como algo normal, pero cuan equivocado estaba, el miedo me puede echar a perder el ministerio y los propósitos de Dios con mi vida, inclusive, la salvación. Esto es más serio de lo que pensaba, tengo que ser más cauteloso y estar más alerta de ahora en adelante.

Aprendí que el miedo se oculta y se protege con los escudos de la ira, control, manipulación, asume una actitud defensiva, abstinencia y silencio, entre otros. Creo que el factor principal es combatir el miedo y todo lo demás desaparecerá. Estos miedos impiden que Dios me cure por completo.

Mí plan diario para perdonar es:

- Perdonaré y oraré por los que me ofenden y pecan contra mi y pediré para ellos la bendición de Dios.
- No iré al descanso nocturno sin orar por mis ofensores.
- Oraré para que el Espíritu Santo borre de mi corazón todo resentimiento hasta olvidar las ofensas y sentir amor por mis ofensores.
- Daré gracias a Dios porque me ayuda a perdonar como él me perdonó.
- Estableceré un diálogo con mis ofensores para aclarar algún malentendido.
- Compartiré con ellos luego de perdonarles como si nada hubiera pasado.
- Realizaré diversas lecturas bíblicas tales como:

- Pero yo te digo, ama a tus enemigos y ora por aquellos que te persiguen, para que sean hijos de tu Padre en el Cielo”» (Mateo 5:43–45).
- Jesús nos enseñó a orar: «Perdónanos nuestras deudas, como también nosotros perdonamos a nuestros deudores» (Mateo 6:12).
- Porque si perdonas a otros cuando pecan contra ti, tu Padre celestial también te perdonará. Pero si no perdonas a los demás sus pecados, tu Padre no perdonará tus pecados. (Mateo 6:14, 15).
- Si se enojan, no pequen. No permitan que el enojo les dure hasta la puesta del sol, ni den cabida al diablo. (Efesios 4:26, 27)
- Sean amables y compasivos unos con otros, perdonándose unos a otros, como en Cristo Dios los perdonó. (Efesios 4:32)
- Jesús dice: «Si tu hermano peca, repréndelo; y, si se arrepiente, perdónalo. Aun si peca contra ti siete veces en un día, y siete veces regresa a decirte “Me arrepiento”, perdónalo». (Lucas 17:3, 4)

Mí plan para vencer los temores

- Comenzaré realizando las siguientes lecturas como parte del cuidado que me corresponde darle a mi alma:
 - Salmo 91, identificare en este Salmo y haré una lista de todos los temores de los cuales el Señor me ha de librar.
 - El Salmo 23 me ayudará a tener absoluta confianza en el Señor.
 - Entraré a la presencia de Dios con adoración siguiendo el consejo del apóstol Pablo que nos dice: “Regocijaos en el Señor siempre. Otra vez digo: ¡Regocijaos! Vuestra gentileza sea conocida de todos los hombres.

El Señor está cerca. Por nada estéis afanosos, sino sean conocidas vuestras peticiones delante de Dios en toda oración y ruego, con acción de gracias. Y la paz de Dios, que sobrepasa todo entendimiento, guardará vuestros corazones y vuestros pensamientos en Cristo Jesús”. (Fil 4:4-7)

Mi acción espiritual estará basada en seguir los pasos aquí señalados para facilitar y lograr que el Espíritu Santo trabaje en mi ser. Con la ayuda de Dios combatiré mis miedos y asumiré mi responsabilidad para perdonar y vencer esas batallas mentales incondicionalmente.

Este listado no se quedará plasmado en este trabajo para cumplir con un requisito académico si no que lo voy a poner en la puerta de mi cuarto y en la puerta de mi armario para leerlo todos los días y crearme conciencia de cuál es mi compromiso con el Señor.

Parte 2: Ritmo de vida

Prácticas espirituales que voy a abrazar para crecer más profundamente y tener más intimidad con Dios
• Desarrollar un plan para leer las Escrituras en forma sistemática que tenga relación directa con el perdón.
• Me retiraré cuatro veces al año para dedicar tiempo a la contemplación, la meditación y la reflexión.
• Me presentaré en oración y ayuno una vez a la semana.
• Prolongaré mi tiempo de oración diario.
• Entraré a la presencia de Dios mediante oración donde examinaré mi conciencia analizando todas las actividades que realicé durante el día y determinar si estas fueron del agrado de Dios.
Estructuras regulares que necesito en mi vida para ayudarme a ser un cristiano más maduro
• Compartir más a menudo con familiares, amigos y allegados.
• Tiempo a solas con Dios en un bosque. Donde el ambiente y la soledad sean favorables.
• Sacar semanalmente tiempo para el descanso físico y mental.
• En esos momentos a solas con Dios desconectarme de cualquier equipo electrónico y de todo quehacer para estar en absoluta comunión con Dios.

Avalúo del Ritmo de Vida

Esta lista de afirmaciones las usaré mensualmente para hacer una breve valoración de las prácticas espirituales y las estructuras regulares a ser implementadas en mi plan de crecimiento.

Junto a cada afirmación escribiré el número que mejor describa mi respuesta según la escala

siguiente: 5 = Siempre se logró / 4 = Muchas veces se logró / 3 = Ocasionalmente se logró

2 = Raras veces se logró / 1 = Nunca se logró

1. Cumplí con el plan de lectura de la Escritura sobre el perdón en forma sistemática.	
2. Puse en práctica los pasajes bíblicos relacionados al perdón.	
3. Planifiqué y me preparé para llevar a cabo mis retiros de tal forma que dediqué el tiempo suficiente a la contemplación, la meditación y la reflexión.	
4. Cumplí con el plan semanal para retirarme en ayuno.	
5. Los frutos del Espíritu Santo en mí se manifiestan con más frecuencia.	
6. Al examinar diariamente mi conciencia pude comprender cual es la voluntad de Dios en mi vida.	
7. No me siento culpable por detener mis responsabilidades ministeriales para dedicar un tiempo para compartir con familiares, amigos y allegados.	
8. En medio de la naturaleza pude conectarme en absoluta comunión con Dios contemplando las maravillas de su creación.	
9. En mi tiempo a solas con Dios recibo directrices provenientes del Espíritu Santo.	
10. Mejoré mi estado de ánimo y puedo coordinar con mayor efectividad mis ideas.	
11. Mi estado de salud físico ha mejorado.	
12. En los momentos de separación con el Señor me desconecté por completo de todo dispositivo electrónico.	

Si la puntuación fue mayormente de uno y dos puntos, es probable que necesite dedicar más tiempo a mis prácticas espirituales. Si la puntuación fue mayormente de dos y tres puntos, es probable que haya comenzado este plan con un ritmo saludable en el cual haya un equilibrio entre el trabajo y el tiempo con el Señor, estoy comenzando a disfrutar de este tiempo. Si la puntuación fue mayormente de cuatro y cinco puntos, entonces me encuentro disfrutando de las riquezas que Dios me ofrece en estas prácticas espirituales de intimidad con Dios y las estructuras regulares que me ayudarán a ser un cristiano más maduro.

Los resultados de este avalúo me ayudarán a evaluar el estado de salud de mi alma. La acción del Espíritu Santo, quien estoy seguro anhela mi crecimiento espiritual, me ayudará a lograr los objetivos que me he propuesto y me encaminará para hacer lo correspondiente. De igual forma la participación de mi mentor y su consejo será indispensable.

Parte 3: Plan para reproducción de formación espiritual

Partiendo del principio de este llamado de Dios a Pablo, de Pablo a Timoteo y de Dios a nosotros. El ministerio de la enseñanza implica un llamado y por consiguiente es una tarea tan importante que Pablo en obediencia al mandato de la Gran Comisión le da este encargo a su discípulo amado Timoteo y le dice, “Lo que has oído de mí ante muchos testigos, esto encarga a hombres fieles que sean idóneos para enseñar también a otros”. (2 Timoteo 2:2).

El maestro como todo líder espiritual necesita ser formado, preparado y capacitado para toda buena obra. A estos efectos presento un Plan para reproducción de formación espiritual para maestros de Escuela Bíblica.

La mejor recomendación que le puedo dar a todo maestro es conocer a la mejor persona con la que nos podemos relacionar, nuestro Maestro por excelencia: el Señor Jesús, lo cual significa, mantener una lectura constante de la Escritura y nuestro respectivo devocional, donde el Señor me habla, y yo le respondo.

He sido maestro de escuela bíblica en mi congregación por más de cuarenta años y profesor por cinco años en la Universidad Pentecostal Mizpa y en la actualidad estudiante a nivel doctoral. De modo que la enseñanza siempre ha sido mi pasión, basado en esta experiencia como líder es que presento este plan para el maestro que consiste en:

- Pasar tiempo a solas con Dios
- Estudio de la Palabra
- Realizar un Diario
- Grupo pequeño

La orientación dirigida a explicar el Plan la llevaremos a cabo en el salón de conferencias de la Iglesia local. Los recursos serán colaboradores de la misma congregación capacitados en las diferentes disciplinas espirituales y utilizaremos equipos audiovisuales para proyectar la información a través de presentaciones en PowerPoint. Se distribuirá material impreso con el Plan propuesto y las lecturas pertinentes a los temas.

Explicaremos como llevar a cabo el Plan, además se abrirá una sección para que los maestros presenten sus ideas y aclaren dudas. Los maestros contestarán un avalúo antes de comenzar el Plan. Se dividirán en grupos de triadas para que cada grupo realice en conjunto el Estudio Bíblico y algunos momentos de oración. Cada triada se sumergirá en el Plan y al cabo de un mes todos los grupos se volverán a reunir con los recursos y compartirán sus experiencias y contestarán el mismo avalúo del comienzo para determinar si hubo progreso.

Plan para reproducir el Cuidado del Alma en los maestros de Escuela Bíblica

Tiempo a solas con Dios
Intente dedicar más de un día a la semana, que sea parte de su ritmo habitual de vida. Hágalo de forma intencional, una hora o más en un lugar tranquilo lejos de lo que lo mantiene preocupado y distraído. A continuación, le presentamos sugerencias para esos momentos de vínculo con Dios.
1. Pase de 5 a 10 minutos en silencio.
2. Exprese sus sentimientos y expectativas a Dios sobre este momento. ¿Qué deseas de Dios durante este tiempo?
3. Dialogue con Dios acerca de dónde ha sentido su presencia en la última semana o mes.
4. Pregúntale a Dios que quiere que recibas en este tiempo.
5. Si es posible, camine contemplando el amor de Dios revelado en la naturaleza.
6. Lea lentamente un salmo en voz alta, pueden ser el Salmo 16, 19, 23 o 42. ¿Qué te dice el Salmo? Ora buscando la respuesta de Dios.
7. Adora a Dios a través del canto.
8. Considera los nombres que revelan la naturaleza y el carácter de Dios: Buen Pastor, Sanador, Consolador, Señor, Padre, Dios fuerte, etc. Deje que los nombres de Dios lo lleven a la adoración.

9. Invita a Dios a que te mire íntimamente. Confiesa tus pecados. Confiesa usando estas preguntas: 1.¿Qué ocupa la mayor parte de mi tiempo y atención? 2.¿Dónde está mi primer amor en estos días? 3.¿Qué relaciones necesitan atención? 4.¿Qué tentaciones me atacan? 5.¿Pídele a Dios que te libere de la culpa?
10. Lee la confesión de David en el Salmo 51 o en el Salmo 32. Lea 1 Juan 1:9 y recibe el perdón de Dios.
11. Da gracias a Dios por vivir en tu corazón y haz tuyo el Salmo 139.
12. Ora por las ansiedades y sufrimientos que te agobian. Nómbralos delante del Señor.
13. Imagina a Jesús en la cruz. Derrama tus sufrimientos y preocupaciones en sus heridas. Pon todo tu dolor y preocupación en sus manos perforadas por los clavos. Utilice el Salmo 56 para expresar sus propios problemas.
14. Ora por las personas que amas y por el mundo y sus necesidades. Tómate tu tiempo y escucha la oración que Jesús puede estar orando por estas personas y situaciones. Entra en su oración. Deja estas preocupaciones con Jesús.
15. Reflexiona sobre cómo este tiempo con Dios ha sido diferente a lo que esperabas.
No te preocupes si sientes que no pasó nada. La vinculación con Dios producirá frutos a su debido tiempo.

Estudio de la Palabra

¿Qué tan dispuestos a aprender estamos? Jesús buscó constantemente personas susceptibles a la enseñanza, personas que mirarían más allá de las apariencias y no harían juicios bruscos. Se entusiasmó con aquellos que hacían preguntas honestas. El estudio de las Escrituras lo va a equipar, guiar y revelar cómo vivir de manera que profundice su amistad con Dios y con los demás.

- Estos pasajes te ayudarán a tener una mejor comprensión de la importancia de la Palabra. Úsalos en tu devocional antes de comenzar el estudio bíblico.
 - Salmo 119: 36, 97, 103, 111
 - Hebreos 4: 12-13
 - Deuteronomio 30:14
- Practica este método para estudiar la Palabra. Es sumamente efectivo que escribas en una libreta, esto te ayudará a retener mejor lo que lees.
 - Lee un breve pasaje narrativo de uno de los evangelios.
 - Imagina la escena.
 - Observa todos los hechos.
 - Pregunta: quién, cuándo, dónde
 - Una vez que tengas los hechos, interpreta los hechos.
 - Haz las preguntas de por qué y para qué.
 - ¿Qué significado tenían las acciones para los personajes?
 - ¿Qué significado tienen las acciones para ti?
 - Luego aplica el estudio a tu propia vida.
 - Pregunta ¿cómo cambiará esto mi vida?
 - ¿Qué sacas de la historia?

3. ¿Cómo te ha hablado Dios a través del estudio de su Palabra? ¿Cómo ha afectado tu vida el estudio de la Biblia?
4. ¿Qué buscas cuando lees la Escritura? Información, consuelo, comprensión, guía, una palabra de Dios, comunión con Dios.
5. ¿Cómo influye lo que estás buscando en tu forma de estudiar?
6. Experimente con diferentes formas de escuchar la Escritura, como: leer en voz alta, escucharla en audio (por aplicación del celular, YouTube, etc.) mientras conduce o hace ejercicios.
7. Para mejorar tu comprensión del contexto bíblico y el significado que el texto puede haber tenido para su audiencia original, invierte en un comentario bíblico, un diccionario bíblico o ingrese en línea y haga una búsqueda de lugares, culturas y pueblos sobre los que está leyendo en su Estudio Bíblico.
8. Estudia las preguntas que Jesús le hace a la gente en los Evangelios. ¿Qué aprendes sobre Jesús y la importancia de las preguntas?
9. Medita en oración en un pasaje de las Escrituras
Lee no para dominar el texto, sino dejarte dominar por él.

Diario Llevar un diario es una forma de prestar atención a nuestras vidas. En él derramamos el estado de nuestra alma. En esos momentos de privacidad, al escribir un diario, nos acercamos a la verdad y escudriñamos nuestros sentimientos, heridas, ideas y luchas ante Dios. No hay una forma o modelo específico de llevar un diario. No es necesario que lleves un diario todos los días o incluso todas las semanas. Hazlo de tal forma que lo adaptes a tu ritmo de vida. Si no te agrada escribir, haz un diario de fotos, dibujos o artículos. Revisa lo que escribes con regularidad. Al hacerlo, comenzarás a reconocer temas de tu vida que son recurrentes, deseos, frustraciones y patrones. Todo esto se convierte en temas de diálogo con Dios. En este diario puedes recoger lo que recibas de tu tiempo a solas con Dios y de tu estudio bíblico. Puedes dividirlo en partes y dedicarle una sección a cada uno de estos temas.
1. Mientras lees revistas y periódicos, recorta artículos o fotografías que te toquen el corazón. Pégalos en tu diario. Use estos recortes para ayudarlo a orar y unirse al cuidado de Dios por el mundo.
2. Desarrolla un diario de citas, poesía y Escritura que te hayan tocado. Reflexione sobre estas palabras y su significado para usted.
3. Si te gusta el arte, crea un diario de collage. Expresa tus pensamientos y sentimientos a Dios a través de imágenes, texturas y colores.
4. Utiliza tu diario para expresar tus pensamientos, sentimientos y reacciones sin editar. • De este desbordamiento sincero pide al Espíritu Santo que forme una respuesta piadosa en ti. Escribe la respuesta que escuchas de Dios. • Pide gracia para vivir en ese lugar de gracia.
5. Puedes resultar útil dividir tu diario en secciones específicas que reflejen • tu experiencia con Dios • eventos del día

• oraciones por tus alumnos • oraciones por tus seres queridos • estrategias para tus clases de escuela bíblica • deseos de tu corazón
Desarrolla un ritmo de vida en el que recuerdes a Dios durante todo el día. Así tendrás experiencias que escribir en tu diario.

Grupo Pequeño El ser humano fue creado para vivir en comunidad. La transformación espiritual no es algo para hacer en solitario. Dios obra en nosotros a través de otros. Todos necesitamos un círculo de amigos para animarnos, apoyarnos y decirnos la verdad. El mismo Jesús fue parte de un pequeño grupo a quienes les dio testimonio, experiencias de servicio y oración. Llevar a cabo esta transformación del alma en compañía es el modelo eficaz de Jesús para el discipulado. En este Plan procuraremos que los grupos sean en triadas y se pueden reunir para hacer un estudio bíblico, orar, apoyarse, una actividad de servicio, etc.
1. Dialoguen sobre cómo sería el grupo ideal. Escojan que tipo de actividades harán.
2. Desarrollen una amistad que se animen y desafíen a amar a Dios con todo su corazón, alma, fuerzas y mente.
3. La amistad espiritual implica cultivar un pacto de amistad en el que puedo compartir de forma natural mi vida con Dios. Se basa en la relación con Dios y en el compromiso de apoyar, animar y orar unos por otros.
4. Mediten en estos textos: Proverbios 17:17, Juan 15:15, Romanos 15:17 y Proverbios 27:17
5. Oren, dialoguen y jueguen juntos.
6. Conózcanse lo suficientemente bien como para ser un apoyo, un estímulo y pueda ofrecerles una palabra de Dios para él.
7. Desarrolle una amistad sana e interdependiente que aliente y haga crecer el alma.
8. Experimente el amor de Dios a través del amor de sus amigos.
9. Aprecie y esté agradecido por los dones de sus amigos espiritual
Desarrolla un ritmo de vida en el que recuerdes a Dios durante todo el día. Así tendrás experiencias que escribir en tu diario.

El presente Plan contempla actividades que se pueden desarrollar en su totalidad y de igual manera en forma parcial de acuerdo con la necesidad del momento. El avalúo se llevará a cabo una vez al mes, el mismo se encuentra en el Apéndice A.

Apéndice A

Junto a cada afirmación escriba el número que mejor describa su respuesta según la escala siguiente:

4 = Consistentemente cierto / 3 = La mayor parte del tiempo

2 = Necesito mejorar / 1 = No es cierto

1. Adorar con mis hermanos en la fe me da una profunda sensación de gozo y de la presencia de Dios.	
2. Me tomo un tiempo para celebrar a Dios y reconocer mis límites al entrar profundamente en un día de retiro semanal que es diferente a cualquier otro día.	
3. Soy una persona alegre y agradecida que expresa gratitud a Dios y a los demás con facilidad y frecuencia.	
4. Regular e intencionalmente hago un espacio en mi vida para escuchar a Dios en oración en casa, en el trabajo y con los demás.	
5. Disfruto del tiempo que paso a solas con Dios en una reflexión tranquila.	
6. Soy consciente de mi pecado y debilidades y de cómo lastiman a los demás. Me disculpo fácilmente con los demás y busco vivir de mi verdadero yo en Cristo.	
7. Puedo desconectarme de las distracciones que me proveen los dispositivos electrónicos a mi alcance, retirándome al silencio y la soledad con Dios y dejar que me restaure.	
8. Reconozco la voz y la actividad del Espíritu Santo en mi vida.	
9. Tengo una relación con alguien que me ayuda a crecer en mi caminar espiritual.	
10. Estoy creciendo en el conocimiento bíblico y sé cómo la verdad bíblica se cruza con mi vida.	
11. Regularmente me siento nutrido al pasar tiempo con Dios y su Palabra.	
12. Tengo un plan para leer las Escrituras.	
13. Conozco mis dones y los comparto con el reino de Dios. Me preocupa más construir el reino de Dios que el mío.	
14. El fruto del Espíritu es cada vez más evidente en mi vida.	
15. Me resulta fácil dedicarme a la oración.	
16. Mi vida de oración no se trata principalmente de mí y mis necesidades.	
17. Soy capaz de orar auténticamente por mis emociones, pérdidas, enfados, dudas y deseos. Me siento cómodo diciéndole a Dios todo lo "bueno, malo y feo" que hay en mí.	
18. Separo un tiempo de oración para presentar mis clases de escuela bíblica y a cada uno de mis estudiantes.	
19. Soy consciente de cómo Dios me habla y sé escuchar a Dios y reconocer su voz.	
20. Le pido al Señor en oración me dé estrategias para presentar de forma efectiva las clases.	

Bibliografía

Fee, Gordon. *Pablo, el Espíritu y el Pueblo de Dios*. Editorial Vida, 2007.

Foster, Richard J. *Celebración de la Disciplina*. Editorial Peniel, 2009.

Reimer, Rob. *El Cuidado del Alma: 7 Principios Transformadores*. Carpenter's Son Publishing, 2019.

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

Terpstra, Bruce. *Tres Pasiones del Alma: Una reorientación profunda y transformadora del Alma*. Consentia Group Publishing, 2018.