

SEMINARIO TEOLOGICO DE PUERTO RICO

REGLA DE VIDA

(Experiencia de Aprendizaje 2)

Liz I. Vale Maldonado

117963

SF 503 – Iniciación en Dirección Espiritual

Profesor Javier Gómez Marrero

4 de abril de 2023

MI REGLA DE VIDA

ORACIÓN

Biblia – Mi estudio no había sido hasta ahora personal. Mas bien era por asignación. Y aunque lo he disfrutado, he aprendido y he cambiado, esta clase de formación espiritual me reta a llegar al estudio personal. Ya estoy sacando un tiempo a diario, de una manera diferente, para leer la Biblia a un paso lento y dejando que la palabra de Dios me siga transformando. Meditando, reflexionando, confesando, pidiendo perdón a Dios en oración, en cada momento que me confronta. Estoy leyendo Mateo y continuaré con este libro.

Silencio y soledad – Tengo mis momentos con Dios a diario en soledad y reflexión. Procuraré mejorar el estar atenta a la voz de Dios y no pensar demasiado. No temo quedar en silencio, por el contrario, le pido a El que me revele y que pueda darme cuenta en qué estoy fallando y tener la determinación de corregirme. Y eso lo descubro también cuando leo su palabra.

Contemplación/Meditación – En las mañanas leo siempre una reflexión, en muchas ocasiones me detengo a meditar en lo leído. Me fascina la naturaleza, los paisajes, el arco iris, atardeceres, etc. Y cada vez que veo uno, exclamo: ¡que belleza Dios y todo eso lo has hecho tú!

Estudio – Me gusta estudiar y escudriñar la Biblia. Reconozco que es la fuente única para conocer a Dios, a Jesús y al Espíritu Santo. Aun así, participo en los cursos de la Academia de Liderazgo de la Iglesia (ALI), que tenemos en nuestra congregación. Participo en la Escuela Bíblica. Recién entré en el Seminario Teológico de P.R.

Quiero seguir creciendo y madurando espiritual y emocionalmente; y seguir siendo transformada. Voy aprendiendo.

DESCANSO

Sabbath – Estoy retirada hace varios años, por tanto, mi tiempo es más flexible. Disfruto lo que hago. El ir de compras se ha convertido en un sabbat para mi, voy sin prisa. Me gusta la fotografía y cada tiempo planifico con unas amigas visitar un pueblo. La mayoría del tiempo elijo disfrutar lo tengo que hacer, después de todo, lo tengo que hacer. No siempre he sido así, Dios me va transformando. Esto ha sido parte de mi forma de vida.

Simplicidad – Sé que todo le pertenece a Dios. Doy para su obra. Le doy gracias a EL por su fidelidad y provisión en mis momentos difíciles y que continúan, pero sin faltarme lo esencial. Por tal razón los gastos innecesarios no son mi preocupación. Y esto me ha llevado a una mayordomía responsable ante Dios. Tengo lo necesario. Aun así, estoy tomando un curso de planificación financiera. Siempre tengo espacio para aprender.

Juego y recreación – Esta parte la puedo unir a la de Sabbath. Disfruto de actividades, pero no soy persona de salir mucho. Me gusta estar en casa y no me causa tensión.

TRABAJO/ACTIVIDAD

Servicio y Misión – Lo que sí quiero seguir desarrollando es el ayudar a otros en su necesidad. Sirvo y seguiré sirviendo en la congregación donde estoy, con respeto y dedicación. Reconociendo mis límites. Respetando a mis hermanos. Mi mayor anhelo es prepararme como consejera para poder servir a otros con la total dependencia y dirección del Espíritu Santo. Por eso también estoy estudiando en el Seminario Teológico de P.R.

Cuidar nuestro cuerpo físico – Debido a que tengo mis problemas de salud, esto es una prioridad de años para mí. Estoy consciente de Cristo como mi sanador, a Él le pido y en Él espero.

RELACIONES

Salud emocional – Como un todo y ser integral mi salud emocional la estoy atendiendo ahora con más conciencia por entender que es vital para mi crecimiento y madurez espiritual. El reflexionar antes de dormir sobre mi día y lo que hice en él, ha sido un buen ejercicio. Evaluarme, confesar mis pecados y pensar que lo pude haber hecho mejor me ayuda a estar pendiente para mejorar. Esto necesito seguir haciéndolo. También el entender que no todos somos iguales y que no deben ser como yo, sino como Cristo, me ha ayudado a amar y aceptar un poco más a mi prójimo. Voy aprendiendo y aplicando.

Familia – Mi familia es importante para mí. Seguiré intentando llevarme bien con ellos y respetar su espacio de vida. Procuraré con énfasis escucharlos con atención antes de opinar. Ser paciente y receptiva ante sus opiniones. Ser más paciente y amorosa con ellos, por el solo hecho de ser mi familia, la que Dios me ha dado. Voy aprendiendo y aplicando.

Comunidad – Seguiré practicando y mejorando el ser intencional de ver a mi prójimo como Dios lo ve. Hecho a la imagen de Dios y por quien Cristo murió. Respetaré su forma de ser, aceptándolo como Cristo lo acepta. Sin acepción de personas, sin prejuicios, sin barreras racial, cultural, económica y sexual. Procuraré atender las diferencias primero en oración, para que sean dignas del reino de Dios. Seguiré

viviendo en mi comunidad de Iglesia con respeto y amor. Reconociéndolos como cuerpo de Cristo, unidos en amor.

REFLEXION

Para ser sincera, fue nuevo esto de Regla de Vida, por lo tanto, se me hizo difícil primero, aceptar el termino y luego adaptarme al formato. Si bien ya tenía y practicaba mi forma de vida para cultivar mi relación con Cristo, otras áreas de esta Regla me hicieron estar más consciente de otras formas de acercarme a Dios y estar conectada a Él, como trabajo y descanso. Por lo tanto, lo considero de una gran ayuda y bendición para mi crecimiento y madurez o formación espiritual. Me llamó la atención las palabras de Peter Scazzero “Una regla de vida, simplemente, es un plan intencional y consciente para mantener a Dios en el centro de todo lo que hacemos. Nos da una guía para ayudarnos a recordarlo continuamente como la fuente de vida”. (Scazzero, 2008, p. 216)¹

1

Scazzero, P. (2008). *Espiritualidad Emocionalmente Sana*. Miami: Editorial Vida.