

Inteligencia Emocional Bíblica

Un manual Cristiano para la Transformación Emocional

Por John Edmiston

Este libro contestará tus más íntimas preguntas sobre las emociones en la vida Cristiana – desde un punto de vista bíblico y una perspectiva Cristo céntrica.

¿Puedo controlar mis emociones? ¿Jesús tenía emociones? ¿Son mis emociones importantes para Dios? ¿Es realmente posible conocer la verdadera paz? ¿Cómo es que ciertos cristianos tienen un brillo especial sobre ellos? ¿Por qué siempre tengo miedo? Algunas personas parecen ser tan maduros, ¿Cómo lo hacen? ¿Por qué Jesús lloró? ¿De donde vienen las emociones? ¿Cómo puedo expresar mis emociones de manera correcta y sabia? ¿Cuál es la diferencia entre mi mente y mi cerebro? ¿Por qué es importante el amor? ¿Cómo puede el Espíritu Santo ayudarme a crecer emocionalmente? ¿Puedo realmente ser como Jesús?

Inteligencia Emocional Bíblica

Un Manual Cristiano para la Transformación
Emocional

Indice

Como Entender y Usar este Libro - 4

PARTE 1 – Jesús el modelo de como trabajan nuestras emociones - 6

Comenzando El viaje - 7

Preguntas Comunes Sobre Emociones - 10

¿Puede Ser Jesús Nuestro Modelo Para La Inteligencia Emocional Bíblica? - 15

El Espíritu Santo y La Vida Emocional De Jesús -23

La Vida Emocional De Los Apóstoles, Profetas y Grandes Lideres Cristianos - 33

La Vida Emocional Del Cristiano Carnal -40

PARTE 2 – Nuestro Ser Interior y Nuestro Mundo Emocional - 47

Percepción - 43

Percepción En y Por el Espíritu - 63

Los Pensamientos y Las Intenciones Del Corazón - 83

Una Comunidad de Aprendizaje - 99

Emociones y Nuestra Fisiología - 108

PART 3 – Aplicaciones Prácticas Para el Dominio de las Emociones y la Expresión - 122

La Mente Diestra - 123

Ejerciendo Dominio sobre nuestras Emociones - 137

Actuando y Reaccionando a Nuestras Emociones Fuertes - 143

Reconociendo y Entendiendo las Emociones en los Demás - 153

La expresión Adecuada de las Emociones - 164

El amor es una cosa esplendorosa - 171

Indice - 182

Apéndice 1 – Guía del Maestro - 187

Referencias Adicionales - 188

Sobre el Autor - 192

Como Entender y Usar Este Libro

Este es un panfleto cristiano que trata sobre transformación emocional. El Inteligencia Emocional Bíblica, o el Coeficiente Bíblico trata sobre ser competente emocionalmente, sobre ser capaz de manejar y discernir las emociones y expresarlas con sabiduría. El énfasis del libro es hacia crecimiento continuo en lugar de una sanidad. El libro no asume que el lector tiene “problemas” emocionales que deben ser “arreglados”. Este no es un libro para personas con altos niveles de dolor emocional, que al leer este libro puedan sentirse mejor - aunque puede ocurrir. Inteligencia Emocional Bíblica es un manual de salud, en lugar de un manual de diagnóstico. Su enfoque es la fortaleza, la salud y la madurez.

El propósito de este libro es equipar a los cristianos, y aquellos en el ministerio, al ponerlos en contacto con la base de su ser emocional, haciendo que se comprometan a ser cristianos maduros y parecidos a Cristo, ayudándoles a corregir áreas que están desbalanceadas y e inmaduras, entonces finalmente mostrándoles como expresar emociones con claridad, integridad y sensibilidad en el contexto en que se encuentran. Eso es mucho para un libro, así que Inteligencia Emocional Bíblica comienza con fundamentos bastante sólidos y construye sobre ellos por que no estamos atacando una emoción a la vez, sino que tratamos de reconstruir la comprensión Cristiana total de la vida emocional del creyente desde sus raíces.

La primera sección, Jesús como nuestro modelo, trata con parte de la teológica bíblica básica sobre emociones y es fundamental para el resto del libro. Esta escrito desde un punto de vista evangélico y a un nivel que sirve a muchos cristianos comprometidos. Su premisa central es que Jesucristo es el modelo para nuestra vida emocional y que la santificación de nuestras emociones es un trabajo de la gracia y el poder del Espíritu Santo obrando en el cristiano comprometido. Presenta una imagen del cristiano ideal teniendo poderosas y fuertes emociones santas y buenas y que son sabias y adecuadamente expresadas en el tiempo de Dios y para su Gloria.

La segunda sección, el hombre interior y el mundo emocional, es tal vez la parte del libro que tiene la mayoría de las enseñanzas nuevas para muchos lectores. Vemos detenidamente como las emociones se levantan en nuestro espíritu, en nuestra alma y en nuestro cuerpo y como estas interacciones complejas crean nuestras emociones y nuestro carácter. Contiene muchas técnicas de conserjería y revelación Escritural. Debe dirigir al lector a una profunda comprensión del yo y de como otros llegan al estado emocional donde se encuentran. Esta fundamentado en un tratamiento literal y exhaustivo de las escrituras y trata de trabajar desde la data bíblica construyendo cuidadosamente una comprensión adecuada del ser humano. Es una premisa central que nuestro ser interior no es inmutable sino que esta “siendo renovado día a día” y que podemos colaborar con Dios en este proceso de renovación interior.

La sección práctica esta fundamentada en sabiduría general parecida a los Proverbios y en el sentido común y gran parte será territorio familiar para algunos lectores, sin embargo es bueno que nuestro conocimiento sea “avivado al recordar”. Trata con nuestra experiencia de dominio propio, emociones y asuntos de regulación emocional, cómo podemos ver las emociones de otras personas y cómo expresar esas emociones adecuadamente en amor. También trata con la manera en que comprendemos el amor de Dios para poder ministrar a otros. La premisa central es que Dios nos une por la fe, que trabaja por el amor, que usa sabiduría y conocimiento específicamente enfocado, para hacer buenas obras y que en nuestro lado de la ecuación facilitamos este proceso al poner nuestras mentes firmemente en Cristo y dominar nuestras respuestas personales.

Este libro trata de proveer ambos aspectos relacionales y específicos de sabiduría y conocimiento del Inteligencia Emocional Bíblica. Referencias de lectura adicional, una guía para el maestro y un índice exhaustivo ha sido provisto para aquellos que quieran profundizar en el libro y estudiar un asunto en particular. Un manual de seminario esta disponible como una publicación aparte.

Parte Uno

Jesús como nuestro modelo

La primera parte del libro establece bases bíblicas. Ve la vida emocional de Jesús y entonces desarrolla un modelo de como funcionan nuestras emociones, y como pueden ser redimidas, para al final mirar la vida emocional de Jesucristo. El cambio necesita un agente de cambio y vemos como el Espíritu Santo está tras las emociones de Jesús; cooperar con El es en gran parte el secreto del desarrollo emocional. Primeramente echamos un vistazo a preguntas comunes sobre las emociones y establecemos si debemos o no ocuparnos de ellas. Entonces debemos investigar si podemos usar o no a Jesús como modelo para la vida emocional del Cristiano. Habiendo establecido esto nos moveremos a ver como el Espíritu Santo capacitó Su vida emocional. En este punto se presentará un modelo de cinco pasos sobre como comienzan las emociones santas y divinas. Entonces debemos probar este modelo viendo si predice como se desarrolla la vida emocional de los apóstoles, profetas y grandes líderes cristianos. Entones debemos probar nuevamente si tiene alguna “predicción negativa” sobre como puede ser la vida emocional del cristiano. Al final de esta sección, tendremos un modelo sobre la importancia del Espíritu Santo en la vida emocional, firmemente establecido y bien probado, que será investigado mas profundamente en la segunda parte de este libro.

Comenzando el Viaje

Proverbios 4:23 LBLA Con toda diligencia guarda tu corazón, porque de él brotan los manantiales de la vida.

El buen manejo emocional es una utilidad de gran necesidad en la obra cristiana. Sin el podemos hacer un completo desastre del servicio a Dios, sin intención. Una explosión emocional en el momento equivocado puede estar en nuestra contra por mucho tiempo y usualmente somos juzgados por otros en relación a la manera en que manejamos nuestras emociones. Muchos obreros cristianos han tenido que dejar el ministerio simplemente porque no podían manejar bien sus emociones y esto afectó todas sus relaciones. Así que debemos hacer algo - ¿pero que debemos hacer? Los buenos materiales seculares disponibles no usan los recursos que el Espíritu Santo puede ofrecer para una transformación emocional y pocos recursos cristianos existen que combinen el punto de vista bíblico con buena data clínica. Este libro trata de hacer esto.

Para esto he comenzado con principios primarios para luego trabajar una clase de paradigmas con Jesús como su centro y la vida emocional de Jesús como nuestro modelo. El Espíritu Santo se ve como el poder principal tras la transformación emocional. También han sido incorporados claves y técnicas de autores seculares y su data cuando este material es “cristiano – compatible”, por decirlo así. Así que este libro se divide en tres secciones, la base bíblica, discusión del ser interior y las emociones, y claves prácticas de auto-dominio y expresión emocional. Cada una de estas secciones tiene cinco o seis capítulos cada una. La sección bíblica discute algunas enseñanzas fundamentales sobre la vida emocional del cristiano, la sección del “ser interior” ve como las emociones nacen de nuestro espíritu y alma y son influenciadas por nuestro cuerpo y como está formada nuestra vida emocional interior, finalmente la sección práctica trata sobre nuestras experiencias y comprensión de las emociones y como deben ser expresadas de la mejor manera posible.

¿Que es Inteligencia Emocional?

Inteligencia Emocional es el término que usamos para describir un complejo grupo de habilidades humanas relacionadas al manejo de las emociones. Los cuatro aspectos claves de la inteligencia emocional como las describiera Mayer y Salovey (los pioneros investigadores en el área) son:

1. Identificación emocional, percepción y expresión
2. Facilidad emocional del pensamiento
3. Comprensión Emocional
4. Manejo Emocional

Varios otros investigadores, el mas notable Daniel Goleman, ha detallado esto en varios subfactores que continuamente son revisados. Descubrimientos recientes en neurología han contribuido grandemente a comprender de donde surgen las emociones en el cerebro. El campo es fluido y una decisión final en relación a lo que finalmente constituye el Inteligencia Emocional aún no ha sido investigado en su totalidad y existen dos o tres escuelas principales. Sin embargo, hay mucho en de estos estudios que es muy interesante desde una perspectiva cristiana, como veremos en el camino.

¿Que es Inteligencia Emocional Bíblica?

Es la perspectiva bíblica sobre las cuatro áreas claves de habilidad mencionadas. No niega los descubrimientos de las neurociencia, pero añade el poder transformador del Espíritu Santo y la sabiduría de los Proverbios. Tiene como modelo la vida emocional a Jesucristo incluyendo su presencia personal, dominio-propio, expresividad emocional y discernimiento de las situaciones. Entonces contiene un patrón claro, un plan maestro que puede ser usado para analizar teorías y

determinar lo que es cierto, falso, sabio y no sabio. Las teorías seculares no tienen una “persona ideal” para usar como base – meramente forman ideas de sus propias teorías y del punto de vista global. En Jesús tenemos un modelo, una guía, una referencia donde basar nuestras enseñanzas, y esto es invaluable.

El creyente cristiano debe aspirar a tener la vida emocional de Jesús pues esto es parte de ser “a su imagen”. Sobre todo, la Inteligencia Emocional Bíblica, es bíblico – fundamentado en la fe en la inspirada, inequívoca y autoritaria Escritura.

El fracaso de los modelos seculares de Inteligencia Emocional

Después de leer varios libros de Inteligencia Emocional aprendemos que las emociones son importantes, que debes manejarlas mejor, y se dice mucho sobre como surgen dentro de nosotros, pero no se enseña como conquistarlas. De hecho muchos programas de Inteligencia Emocional basados en esta clase de investigación han tenido resultados a medias. El sector corporativo se aleja de ellos, en parte por la recesión y en parte por que no resultan como se esperaba. ¿Por qué esto es así? ¿Por qué el avance secular a la inteligencia emocional ha fracasado?

Primero, tienen una base psicológica que no tiene dirección definitiva. No hay nada intrínseco sobre la teoría que les dice a que referirse cuando ayudan a una persona a lograr un mas alto nivel de inteligencia emocional. Aparte de estar en contacto con las emociones personales y ser capaces de expresarlas correcta, adecuada y responsablemente, no hay una “imagen clara” sobre lo que una persona emocionalmente inteligente debe ser. Las personas terminan confundidas y perplejas. Las teorías varían unas de otras y algunos practicantes son casi Zen Budistas mientras que otros son negociantes, manipuladores y pragmáticos. Sin haber un acuerdo sobre lo que es la persona ideal, realmente no habrá progreso alguno.

Segundo, gran parte del trabajo de Goleman y otros incluye un modelo basado en un esquema medico y neurológico que ve nuestras respuestas como condicionadas en su totalidad por la biología, genética y el ambiente. La alteración de las repuestas se logra mediante medicamentos, educación y modificación de comportamientos. Después de un tiempo con este método las personas sienten que pierden la personalidad y reaccionan en contra de la disminución de responsabilidad humana que parece ser el resultado. Es tan reductor y materialista, que después de un entusiasmo inicial, las personas son repelidas.

Tercero, la oración y las disciplinas espirituales son marginadas en la literatura, a pesar de su utilidad. Por ejemplo, en la pagina 75 del primer libro de Goleman *Inteligencia emocional*, dice “ Finalmente, algunas personas son capaces de encontrar alivio a su melancolía al tornarse a un poder trascendental. Tice (un investigador de depresión) me dijo “ Orar, si eres muy religioso, trabaja para todos los estados de ánimos , especialmente la depresión”. A pesar del obvio valor terapéutico de orar, nunca se hace otra referencia a la oración en el libro de Goleman. La gente sabe que la religión funciona – solo rehúsan admitirlo por escrito.

¿Debemos entonces desechar sus trabajos por completo? Absolutamente no. Hay una enorme cantidad de buen trabajo y sabia información en la literatura actual de Inteligencia Emocional. Puede ser, y es de gran ayuda para dejarnos ver como funcionan nuestras emociones. Sin embargo no ofrece mucho poder para transformarlas. El poder para vencer profundas y difíciles emociones viene de Dios e incluye que el espíritu humano tenga contacto con el Espíritu de Dios. Así que en este libro tendemos a buscar recursos seculares para explicar gran parte de la fisiología y los mecanismos de las emociones y recursos cristianos para el poder de trabajar con ellas.

Conceptos Centrales

Para tener respuestas que genuinamente ayuden a las personas, necesitamos dos cosas, un destino claro, y el poder para llegar allí en un tiempo razonable. Nuestro destino es la imagen de Jesucristo, nuestro poder para llegar allí es la plenitud y la obra transformadora del Espíritu Santo. Estas son solo algunas de las grandes ventajas del evangelio, tenemos esperanza, ¡tenemos montones de esperanza!

Entonces, la premisa central del libro es que los Cristianos pueden tener su vida emocional redimida para que sea transformada e imite la vida emocional de Jesucristo y que el poder y la gracia del Espíritu Santo son la clave para este proceso. Esto incluye siete aspectos renovadores claves que serán discutidos detalladamente mas adelante:

1. Renovar nuestras percepciones básicas de la realidad y nuestra perspectiva de la vida.
2. Renovar nuestro sistema individual de creencias.
3. Renovar el propósito y las intenciones del corazón.
4. Renovar nuestros cuerpos físicos y su influencia en nuestras emociones
5. Renovar nuestra habilidad de reconocer y entender nuestras emociones.
6. Renovar nuestra habilidad de entender las emociones de otras personas.
7. Renovar nuestra habilidad de expresar adecuadamente las emociones de acuerdo al deseo del Espíritu Santo.

Los primeros son un trabajo muy profundo. Requiere esfuerzo, valor y tiempo para cambiar las perspectivas personales en la vida o revisar y cambiar creencias básicas, pensamientos e intenciones. Sin embargo, sin este trabajo, el fundamento no es fuerte y cualquier cambio emocional será como mucho temporero. Entonces, es importante que trabajes los capítulos fundamentales y los entiendas. Estos son capítulos que te darán la sabiduría profunda para ayudarte en tu crecimiento emocional. Antes de continuar necesitamos contestar ciertas preguntas comunes sobre emociones y ese es el tema del próximo capítulo.

Preguntas de discusión

1. ¿Que quieres sacar de este libro?
2. ¿Estas preparado para el cambio?
3. ¿Cómo podemos combinar verdades bíblicas con verdades seculares?
4. ¿Cuales son algunas de las razones por las que los modelos seculares de Inteligencia Emocional no obtienen los resultados esperados?
5. ¿Que ventajas nos da la revelación de las Escrituras?
6. ¿Que ventajas obtenemos al tener a Jesús como nuestro modelo?

Preguntas Comunes Sobre Las Emociones

(Proverbios 29:11 LBLA) El necio da rienda suelta a su ira, pero el sabio la reprime.

¿Que clase de emociones debe tener un Cristiano?

Aunque Dios es emocional hay emociones que Dios nunca tiene. Dios nunca es envidioso, lujurioso, avaro, amargo, egoísta, terco o lastimoso. Tampoco está ansioso o enojado, sino que habita en perfecta paz. Sus emociones son positivas, santas, nobles y apropiadas. Dios es luz y en El no hay tinieblas. Ya que somos llamados a ser “a la imagen de Dios”, entonces lo que sea que eso signifique, quiere decir que ese es el final de nuestra madurez cristiana, nuestras emociones deben de alguna manera compartir estas cualidades divinas. Debemos estar “caminando en la luz”.

Así que la santidad significa dejar algunas emociones y seguir otras. Debemos ser totalmente libres de emociones carnales y no santas y movernos hacia respuestas emocionales y santas. El cristiano maduro de Dios esta lleno con amor y es libre de la envidia, ambiciones egoístas. (Santiago 3:15-18). Los miserables y mundanos deseos carnales deben ser reemplazados por el amor del Padre (1 Juan 2:15-17) y el perfecto amor hecha fuera el temor para que vivamos en quietud, paz y seguridad (1 Juan 4:18, Isaías 26:3). La gente Santa no se deja llevar fácilmente de la ira o se enfrasca en discusiones y griterías, ellas son personas centradas, llenas de amor, gozo y paz (Gálatas 5:19-23). Hay entonces una gran y santa autenticidad emocional que acompaña la madurez en Cristo.

Como guía general, nuestras emociones pueden ser clasificadas en tres:

Emociones Santas – las experimentadas por Dios como compasión, gozo, e indignación santa y aquellas que acompañaron la vida en el Espíritu como la alabanza, adoración y exaltación. Estas emociones se derivan de reino de la luz y el Espíritu (Efesios 5:18-21, Colosenses 3:16-17, Gálatas 5:22,23) y están de acuerdo con la sabiduría (Santiago 3:17,18) Estas son las emociones de Cristo en nosotros. Ellas no son necesariamente emociones pías o religiosas. Admirar un a flor o deleitarse en una música hermosa o enfocarte en la belleza y el bien, puede ser tan santo como ir a la iglesia. (Filipenses 4:8)

Emociones Humanas – basadas en nuestra situación humana y el orden creado y compartido por Jesús durante su tiempo en la tierra. Esto incluye emociones como la pena, el dolor, miedo, abandono, tristeza y vulnerabilidad. Estas emociones están bien documentadas en los Salmos. Para los cristianos estas son temporeras y en la eternidad no habrá mas llanto ni dolor (Apocalipsis 21.4). Mientras estas emociones pueden sentirse mal, no son malignas ni tóxicas. Ellas pueden ser dolorosas, pero no son venenosas.

Emociones Carnales – son venenosas y destructivas e incluyen emociones tóxicas como la malicia, la envidia, ambición egoísta, sensualidad, amargura, lujuria dominante y el odio homicida. Ellas están atadas con las obras de la carne y los deseos malvados. Su resultado es la muerte espiritual. Estas emociones no son parte de la humanidad en la Creación y no son “reacciones humanas naturales” (Por ejemplo la pena es una reacción natural pero la amargura es carnal. Uno puede tener una “pena buena” sin amargura. La amargura no es natural a la condición humana). Estas emociones se derivan del reino de la oscuridad y tienen su fuente en la sabiduría oscura. (Santiago 3:14-16).

Esta clasificación nos ayuda a ver el valor relativo de nuestras respuestas emocionales y a usar técnicas descritas en los próximos capítulos para ayudarnos en nuestra santificación. También expone como mentira el antiguo dicho humanista “no hay emociones buenas ni malas”. Todas las emociones no son iguales. Algunas tienen mas valor que otros y algunas emociones e impulsos

son positivamente malos. Esta clasificación va un poco mas allá de la clasificación de blanco y negro como emociones “espirituales” o “no espirituales” que causan tanto dolor en los círculos misioneros tradicionales. Cuando el dolor y la decepción se ven como “no espiritual” simplemente añadimos cargas a las personas. El dolor, la decepción y la frustración son emociones humanas validas que surgen de nuestra naturaleza al encontrarse con un mundo caído. Los seres humanos fueron creados buenos pero mortales y al explorar esta mortalidad es que encontramos muchas cosas útiles para nosotros. Esta clasificación simple también nos guarda del error de detenernos con nuestras emociones humanas estando satisfechos con solo explorarnos a ese nivel. Nos dice que hay algo mas alto, algo mas allá de nuestra mortalidad y que al enfocarnos en nuestra inmortalidad en Cristo es que desarrollamos esta parte mas sublime y noble de nuestro ser.

Entonces somos llamados a participar en las emociones santas para trascender las emociones humanas sobrellevar las emociones carnales. Con esto quiero decir que debemos escoger nuestro nivel de emociones y cuáles emociones nos dominarán. Cuando la decepción nos golpea podemos elegir responder con emociones santas y orar hasta que confiemos en Dios y podamos adorarle como hizo el salmista, o podemos responder al nivel humano y sentarnos desconsolados en nuestra miseria humana y gradualmente irla pasando o podemos responder en la carne y responder en ira, amargura, desconfianza y venganza. Considera a Pablo en la cárcel de Filipos en Hechos 16. El alabó a Dios, cantó salmos y se regocijó trascendiendo así las emociones humanas de dolor e incomodidad y efectivamente desvaneciendo cualquier emoción carnal como la amargura o el sentimiento de venganza. Así que Pablo participó en emociones santas para que trascendieran las emociones carnales. Las emociones humanas no se niegan o se ven como mal sino que son reconocidas pero no se pone enfoque en ellas. Ellas son trascendidas. El santo se enfoca y deliberadamente elije moverse hacia las emociones santas. La oración, el ayuno y la adoración, la lectura Bíblica, meditación en las buenas enseñanzas y hacer buenas obras nos ayudan en este proceso. Sin embargo, sobre esto y mas allá de esto, estas cosas debemos trabajarlas con el Espíritu Santo.

El Espíritu Santo responde diferente a cada una de estas categorías de emociones. El Espíritu Santo se regocija y nos ayuda cuando decidimos respuestas santas. El las produce en nosotros para que puedan ser llamadas justamente “los frutos del espíritu” (Romanos 8 & 12, y Gálatas 5) por otro lado el Espíritu Santo nos consuela cuando las emociones humanas como el dolor nos sobrecogen (vea 2 Corintios 1). Finalmente El esta determinado a romper la atadura de las emociones carnales como el odio, la lujuria y la venganza. De hecho el Espíritu Santo lucha contra estos impulsos para que no podamos totalmente ceder a nuestros perores deseos. (Gálatas 5:16-18). Entonces el Espíritu Santo produce emociones santas, conforta las emociones humanas sobrecogedoras y lucha contra las emociones carnales. Pero tenemos opción en el asunto. Podemos escuchar el llamado del Espíritu o podemos descartarlas en una rebelión carnal. Esto lleva a Pablo a decir que la mente puesta en la carne y sus emociones engañosas son “muerte” pero la mente puesta en el Espíritu con sus emociones Santas es “vida y paz (Romanos 8:5,6).

Como veremos en otros capítulos, el Espíritu renueva nuestras mentes con su perspectiva personal y estructura de creencia. La mente renovada se centra en Dios y puede ser llamada con validez “la mente de Cristo” (1 Corintios 2:14-16). Así que al ser redimida la mente y renovada y puesta en el Espíritu, resulta en vida y paz. Esta vida y paz que resulta de una buena y disciplinada mente renovada es el propósito de este libro. Esta clasificación de emociones será bastante explicada y las complejidades y sutilezas de la vida emocional del Cristiano serán exploradas. Nuestras emociones necesitan redención si van a ser salvas y el enfoque de nuestra redención total, es Cristo Jesús quien será nuestro modelo y patrón para la Inteligencia Emocional Bíblica.

¿Como es que los Cristianos Dejan de Cambiar Emocionalmente – Después de algunos años?

Una transformación temprana masiva seguida por un acomodo en las normas religiosas sub-culturales es un patrón común entre los cristianos de niñez emocionalmente dañada. La vida de Iglesia provee muchos escondites y madrigueras donde podemos escondernos del Espíritu Santo y del duro trabajo emocional de la transformación. En muchos casos las emociones dolorosas no son comprendidas por el clérigo y por algunos consejeros cristianos y se hace mucho daño. Este libro busca traer sabiduría y balance al manejo cristiano de las emociones. Sin embargo no toda es la culpa de clérigo, la iglesia o el manejo inadecuado teológico y concejal. Mucho es nuestra culpa. Cada uno de nosotros tiene mecanismos de defensa contra los cambios, tales como la racionalización, la proyección y negación. Evitamos tratar con Dios y enterramos el cambio.

Aun así creo que uno de los mayores obstáculos en la salud cristiana emocional es que simplemente no entendemos nuestras emociones o nos faltan mecanismos para tratar con ellas. Muchos cristianos ignoran enseñanzas Escriturales sobre la vida emocional y así se pierden con algunas técnicas básicas que solo raspan la superficie del problema. En forma paradójica, también tomamos nuestras emociones demasiado en serio y las hacemos la fuente de nuestra auto estima espiritual. Cuando nos sentimos santos y positivos nos juzgamos como “arriba” espiritualmente y cuando nos sentimos distantes o deprimidos nos juzgamos “abajo” espiritualmente. De hecho la conexión entre las emociones y la espiritualidad es muy leve. Algunas personas muy felices y optimistas son carnales y mundanos, mientras que otros serios y sobrios son profundamente espirituales – y lo contrario aplica también. Mientras que es ciertamente preferible sentirse bien y “regocijarse en el Señor siempre” aun el Apóstol Pablo tuvo tiempos de intensa presión y desmotivación. Vemos esto particularmente en sus cartas a los Corintios. Y, De hecho, Jesús fue conocido como “un hombre de penas y que conocía el dolor” Aun las emociones que nos tientan no son pecaminosas. Jesús fue “tentado en todo, pero sin pecado” aunque hay una profunda conexión entre nuestras emociones y nuestro carácter.

¿Son importantes las emociones? ¿Forman parte del Carácter Cristiano y las Éticas?

La observación común de filósofos y teólogos tan diversos como Aristóteles y C.S.Lewis ha sido que las afecciones correctas y las emociones forman la base para la moralidad correcta. Si amamos lo bueno y aborrecemos lo malo seguramente seremos buenos. Y si odiamos el cohecho y valoramos la integridad, seguramente seremos honestos.

Las Éticas no son un simple ejercicio emocional. Desde la antigüedad han involucrado sentir, pensar y actuar correctamente. El amor ágape tiene emociones que son éticas. “El amor no se goza en la injusticia, sino que se regocija en la verdad (1 Corintios 13:6). Sentirse horrorizado por ciertos pecados es algo bueno y moral. Gozarse de la verdad es una buena respuesta para el discípulo. Nuestra evaluación moral de la vida puede estar de acuerdo con nuestra postura ética. En términos bíblicos la persona que esta bien emocionalmente ama lo bueno y odia el mal. En sus emociones valorizan lo que Dios valoriza. El Cristiano que ha sido perfeccionado emocionalmente no solo esta “de acuerdo” o integrado en el sentido secular de que son justos y juiciosos y santos y perfeccionados en el amor. Sus emociones están de acuerdo con sus éticas que están de acuerdo con las Escrituras que están de acuerdo con Dios.

Lo que nos agrada o desagrada gradualmente forma el curso de nuestra vida y el carácter. Es por esto que la TV y los anuncios tienen un efecto tan profundo. Nos enseñan que nos agraden ciertos estilos de vida llenos de cosas materiales y que valoremos ser sexy y atractivos. Nos enseña, gradualmente a que no nos moleste la fornicación ni el adulterio. Rara vez nos dice claramente “el adulterio es bueno” - solo nos enseñan la idea de ser atractivos a tantas personas y

a emocionarnos con tan solo la noción de tal vez tener muchos compañeros sexuales. Así, con el tiempo su decisión ética se debilita, las emociones que conducen a la santidad son erogadas y miles de cristianos caen en el pecado que jamás habrían contemplado algunos años atrás. Lo que nos gusta o disgusta, lo que valoramos y estimamos, es crítico para lo que eventualmente seremos.

Desafortunadamente hemos divorciado las emociones de la ética. Vemos la ética como “nuestra opinión” sobre las cosas y no como nuestra reacción a las cosas. En ocasiones nos entrenamos a pensar de una forma y sentir de otra. Le pedimos a la gente que sean justos y bíblicos y aun así nos sentimos avergonzados de aquellos compañeros cristianos que se molestan genuinamente por el pecado y la decadencia moral. Al hacer esto decimos que esta bien tener nociones y no emociones. Que el cristianismo esta mejor guardado en la cabeza y no en el corazón. ¡Entonces nos preguntamos porque no aportan ni se comprometen con el discipulado! Les enseñamos a los jóvenes cristianos a ser sexy, sofisticados, y emocionalmente difíciles de impresionar y esperamos que le den valor a la castidad. Estamos pidiendo lo imposible.

Nuestras emociones reflejan lo que valoramos y cuidamos, admiramos y amamos y también reflejan lo que no nos gusta abiertamente y rechazamos. Nuestras emociones guían nuestras decisiones y nuestras decisiones forman las bases para nuestro carácter y destino. Si nuestras emociones están torcidas, nuestras elecciones y destino también lo estarán. Durante mis años universitarios usualmente daba tutoría a estudiantes en cálculo. El mayor obstáculo usualmente era emocional en lugar de intelectual. Tenía que mover al estudiante de evaluaciones emocionales tales como “odio las matemáticas” y “las tareas son horribles”. Porque fueron enseñados por padres y compañeros que las matemáticas eran odiosas y repugnantes y que las tareas eran estúpidas, no hacían su trabajo. Porque no hacían su trabajo, fallaban en las matemáticas. Si fallaban en las matemáticas no entrarían a la universidad en Australia o a una profesión decente. Su actitud emocional, aprendida de otros, afectaba su futuro totalmente.

La habilidad de retrasar la gratificación es fundamental para el desarrollo del buen carácter. Un experimento se hizo donde niños pequeños se les daba una elección: un malvavisco ahora, o dos en diez minutos. Para tener dos malvaviscos, deberían atrasar la gratificación – una habilidad básica para manejar y disciplinar las emociones. Cuando los niños fueron seguidos en un estudio longitudinal, la diferencia entre los “rápidos” y los “pacientes” era increíble. Los más impacientes e impulsivos lograron menos y tuvieron menos problemas mientras que los pacientes eran exitosos en prácticamente todas las áreas de la vida. De hecho esto probó un éxito más predecible en la escuela y en la vida que los exámenes de Inteligencia Emocional que cualquier otra variable social. El simple acto del manejo emocional fue una clave para el éxito en la vida más adelante.

Así que las emociones correctas con una parte importante del carácter correcto y las éticas correctas y las emociones correctas que están tras las elecciones correctas y el destino correcto. Regocijarse emocionalmente en la verdad, para celebrar la justicia, para deleitarse en las acciones nobles y elegir la compasión y la misericordia es tener emociones que complementan nuestra fe. Por otro lado las emociones confusas pueden desestabilizarnos y crear conflictos. Finalmente la presencia de fuertes emociones lujuriosas y malvadas puede llevarnos al pecado y cegarnos de la verdad. Así que conocernos emocionalmente es mucho más que solo actuar. Es poner nuestro corazón en línea con nuestra fe y con nuestro Dios. ¿Pero cual es el camino hacia arriba? ¿Cómo saber qué emociones son correctas, cuáles incorrectas y cuáles neutrales? ¿Cómo tener idea de como es un cristiano que está emocionalmente bien y vive en santidad? Como en todo lo demás Jesús es nuestro modelo y el tema del próximo capítulo.

Preguntas de discusión

1. ¿Qué aprendiste de este capítulo?
2. ¿Cuáles son las diferencias entre emociones santas, humanas y carnales?
3. ¿Cómo encajan las emociones en la Vida Cristiana?
4. ¿Cómo sería la vida cristiana sin emociones?
5. ¿Son las personas en las iglesias generalmente amenazadas por el cambio emocional o generalmente cómodas con el cambio emocional?
6. ¿Son los extrovertidos mas espirituales que los introvertidos o viceversa, o realmente no tiene importancia?

¿Puede Jesús ser nuestro modelo de Inteligencia Emocional Bíblica?

(Hebreos 12:1-2 LBLA) Por tanto, puesto que tenemos en derredor nuestro tan gran nube de testigos, despojémonos también de todo peso y del pecado que tan fácilmente nos envuelve, y corramos con paciencia la carrera que tenemos por delante, (2) puestos los ojos en Jesús, el autor y consumidor de la fe, quien por el gozo puesto delante de El soportó la cruz, menospreciando la vergüenza, y se ha sentado a la diestra del trono de Dios.

Es una de nuestras enseñanzas claves del cristianismo que nuestro Maestro y Modelo es Jesucristo y que debemos formarnos a su imagen y ser como El en todo aspecto. Veamos dos versos conocidos al respecto:

(Romanos 8:29 LBLA) Porque a los que de antemano conoció, también los predestinó a ser hechos conforme a la imagen de su Hijo, para que El sea el primogénito entre muchos hermanos;

(Efesios 4:15 LBLA) sino que hablando la verdad en amor, crezcamos en todos los aspectos en aquel que es la cabeza, es decir, Cristo,

El plan de Dios para nuestras vidas es que seamos conformados a la imagen de su Hijo. Ahora “crecer en todos los aspectos como el” incluye el aspecto emocional de la naturaleza de Jesús. Ser emocionalmente maduro y hábil es parte de nuestra santificación – pero es solo parte. Hay muchos otros aspectos de la santificación como la fe, el conocimiento y la pureza. Crecer emocionalmente es importante y es la parte de la santificación que este libro enfatizará pero no tenga la impresión de que creo que el Inteligencia Emocional Bíblica es todo lo que existe para la santificación.

¿Es Jesucristo un Modelo adecuado para la Madurez Emocional?

Hay un número de objeciones por las que las personas pensarían no usar a Jesús como nuestro modelo de Inteligencia Emocional:

1. El estándar es muy malo, la idea aterradora, me da un ataque de pánico el solo pensarlo. Nunca podré ser como Jesús.
2. El era Dios y sin pecado, yo no soy ninguna de las dos. Su ventaja es injusta. Lo que es posible para el no es posible para mi.
3. No ha suficiente información en las Escrituras para hacer este juicio. Es un argumento del silencio. Puedes hacer que Jesús sea lo que quieras para que cumpla tus propósitos.
4. El era judío y vivió en el Tercer Mundo 2000 años atrás y solo andaba por ahí sanando leprosos. ¿Qué sabría el sobre las presiones de la vida corporativa y la jungla emocional que es mi oficina? O soy una mujer, el era un hombre y totalmente diferente emocionalmente. Es tonto que me pidan que sea como Jesús.
5. Jesús era un profeta y tenía emociones de profeta. No me gustan los enfrentamientos – no es mi don espiritual
6. ¿Jesús? ¿Inteligencia Emocional? ¡Falta de habilidad social yo diría! Yo tengo mas tacto que el. No me pidas que actúe de manera que termine clavado en una cruz.

Veamos algunas formas en las que podemos contestar estas asunciones y desmentirlas.

Objeción 1: *El estándar es Muy Alto*

Solución: *Saltar de las Escalera de Jacob - eliminar el legalismo sobre las emociones*

Muchos evangélicos ven la vida espiritual como la “Escalera de Jacob” donde Jesús está arriba, ángeles en medio y los cristianos subiendo escalón tras doloroso escalón. La idea es ascender a la perfección, tratar de llegar. Un resbalón y caes al final para comenzar nuevamente. Aquellos que se adhieren a este punto de espiritualidad están siempre envidiando los que están delante de ellos, agarrándose a la escalera por la vida, no teniendo mucho que ver con los que están “abajo” a menos que se resbalen.

Esta visión de la vida es totalmente no bíblica. En Efesios 2:6 nos dice que todos los que estamos en Cristo estamos sentados con El en lugares celestes y Hebreos 12 nos dice que *hemos venido* (pasado) a la Sión celestial. En Cristo ya hemos llegado en lo que respecta a nuestro estatus espiritual. No hay ninguna escalera, si hay una persona nacida de nuestro estamos parados hombro a hombro arriba, como hermanos de Jesucristo (Hebreos 2:10-15). Hemos sido salvos por gracia y no por nuestras luchas espirituales (Efe 2:8-10) y no hay condenación para los que están en Cristo Jesús (Romanos 8:1) incluyendo condenación sobre nuestra vida emocional.

Aspirar ser como Jesús no es asunto de estatus o ascendencia espiritual. Es un viaje, un destino, y un arribo gozoso. Es para lo que fuimos hechos desde la eternidad. Si vemos nuestra vida emocional como un indicador de estatus espiritual entonces nos aterraremos al ver a Jesús como nuestro modelo. Cada inseguridad emocional será vista como “pecado” y cada pensamiento lujurioso como camino al infierno. Si juzgamos y clasificamos nuestra vida espiritual por la diferencia entre nuestra vida emocional y la vida de Cristo, por lo lejos que todavía debemos ir en nuestra imaginaria escalera de Jacob, entonces todo lo que sentiremos es culpa e inseguridad. Tratando de subir, caerás.

Si reconoces que estas en la escalera imaginaria de Jacob – entonces es tiempo de saltar. Dejar ir este esfuerzo de logros personales. Dejar de compararse con los que te rodean. Quitar la carga de la santificación y en su lugar aprender a recibir la gracia para que crezcas más rápido de lo que puedes crecer con tus fuerzas.

Cuando digo “consideremos a Jesús como nuestro modelo para la vida emocional del Cristiano”. No estoy poniendo un nuevo estándar de “vida” por disciplina y auto-control. Tu disciplina y auto-control se gastarán ¡antes de alcanzar el estándar! Ser como Jesús es nuestra visión y destino. Fijamos nuestros ojos en Jesús, buscamos crecer para ser como El, El es nuestro patrón de vida. Es una explicación y una aventura, un tiempo de crecimiento y aprendizaje, recibir por gracia sobre gracia al aprender a ser como El. Es un crecimiento en gracia – no un ascenso aterrador.

Objeción 2 - *El era Dios y ¡eso es trampa!*

Solución: *El también era humano. Jesús era el prototipo del Cristiano Perfecto, el mayor entre los hermanos. Somos de la misma clase que el.*

Jesús no era un maharajá retraído que flotaba seis pulgadas sobre el suelo, otra categoría de ser, completamente diferente a ti y a mí. Jesús es Dios pero también era totalmente humano y tentado en cada cosa y aun así retiene esa humanidad en el Cielo como nuestro sumo sacerdote.

(Hebreos 2:10-18 LBLA) Porque convenía que aquel para quien son todas las cosas y por quien son todas las cosas, llevando muchos hijos a la gloria, hiciera perfecto por medio de los padecimientos al autor de la salvación de ellos. (11) Porque tanto el que santifica como los que son santificados, son todos de un Padre; por lo cual El no se avergüenza de llamarlos hermanos, (12) diciendo: ANUNCIARE TU NOMBRE A MIS HERMANOS, EN MEDIO DE LA CONGREGACION TE CANTARE HIMNOS. (13) Y otra vez: YO EN EL

CONFIARE. Y otra vez: HE AQUÍ, YO Y LOS HIJOS QUE DIOS ME HA DADO. (14) Así que, por cuanto los hijos participan de carne y sangre, El igualmente participó también de lo mismo, para anular mediante la muerte el poder de aquel que tenía el poder de la muerte, es decir, el diablo, (15) y librar a los que por el temor a la muerte, estaban sujetos a esclavitud durante toda la vida. (16) Porque ciertamente no ayuda a los ángeles, sino que ayuda a la descendencia de Abraham. (17) Por tanto, tenía que ser hecho semejante a sus hermanos en todo, a fin de que llegara a ser un misericordioso y fiel sumo sacerdote en las cosas que a Dios atañen, para hacer propiciación por los pecados del pueblo. (18) Pues por cuanto El mismo fue tentado en el sufrimiento, es poderoso para socorrer a los que son tentados.

Este pasaje y otros como en Hebreos (4:14-16, 5:7-10) enfatizan que la vida de Jesús fue difícil. Fue tan difícil que fue justamente descrita como sufrida y tuvo todas las marcas del sufrimiento. ¡No fue un sufrimiento liviano, pues este tenía el propósito de perfeccionarlo! Fue sufrimiento que lo hizo madurar en obediencia al probarlo en condiciones muy estresantes. Como podremos ver, Jesús fue presionado una y otra vez, al punto del quebrantamiento, pero nunca pecó. Aunque era Dios, dejó a un lado esos privilegios (Filipenses 2:5-11) para hacerse totalmente humano y siervo y fue *“Hecho como sus hermanos en todas las cosas para que fuera un misericordioso y fiel sumo sacerdote”*.

Fue hecho como nosotros en sus experiencias de hambre, sed, cansancio, frustración, mal entendidos, traición y aún de trato injusto por otros. Una lectura de los evangelios te dirá que El no solo paseó sobre estas experiencias. El lloró, el reprendió, El se regocijó, El se molestó, El “se turbó en su espíritu”, el gimió en angustia y sudó gotas de sangre. La vida de Jesús fue difícil y emocionalmente intensa. Esto lo hizo misericordioso en su papel como sumo sacerdote porque el estuvo totalmente donde nosotros estamos.

De hecho, la razón por la que podemos ser como Jesús es porque el fue muy similar a nosotros. El nos llama “hermanos” (Hebreos 2:11) lo que significa que somos lo suficientemente parecidos a El como para que nos considere familia y para tener una cercana “relación genética” que carga un sentido de igualdad. Las Escrituras también dice que compartimos el ámbito celeste con Cristo Jesús, y que somos miembros de la Sión celestial (Efesios 2:6, Hebreos 12:22-24). Entonces estamos literalmente “en el mismo ámbito” con Cristo Jesús. Romanos 8:29 no dice que seremos transformados a su imagen como si alguien presionara sobre un molde. Nuestra forma será su forma. Seremos como El. Va a existir un parecido. Podemos parecernos a El porque el eligió parecerse a nosotros. Finalmente Efesios 4:15, que cito muy seguido en este libro, dice que seremos hechos como El “en todos los aspectos”. Este es un parecido muy cercano.

Dramaticemos esto con un poco de humor – imagina que compare una trucha con un caballo usando este mismo criterio. ¿Puede una trucha ocupar el mismo ambiente que un caballo? No, la trucha nada en el río y el caballo galopa en el campo. ¿Puede una trucha ser llamada hermana de un caballo en relación a un parecido genético? ¡claro que no! ¿Puede una trucha ser hecha a la imagen de un caballo o esperar ser como un caballo en todas las cosas? Es ridículo. Para habitar en el mismo ambiente, ser hermanos y ser capaces de ser transformados como Jesús debemos ser entonces BIEN parecidos a Jesús. De hecho somos como Jesús porque somos totalmente humanos y El se hizo totalmente humano. El se hizo como nosotros para que nosotros pudiéramos ser como El. Jesús tomó nuestra vida emocional para que fuera redimida y se convirtiera en SU vida emocional.

Finalmente compartimos un mismo destino con Jesucristo en un hogar común.

(Juan 14:1-4 LBLA) No se turbe vuestro corazón; creed en Dios, creed también en mí. (2) En la casa de mi Padre hay muchas moradas; si no fuera así, os lo hubiera dicho; porque voy a preparar un lugar para vosotros. (3) Y si me voy y preparo un lugar para vosotros, vendré otra vez y os tomaré conmigo; para que donde yo estoy, allí estéis también vosotros. (4) Y conocéis el camino adonde voy.

"Para que donde yo este vosotros también estéis". Esto no es solo la oferta de calles de oro. Es la oferta de un hermano mayor a su Hermano menor. Es compañerismo, es amor y es familia. Debemos ser lo suficientemente parecidos a Jesús para ser considerados como familia. El como el Hijo de Dios y nosotros como hijos de Dios. Cuando somos hechos en todos los aspectos como El, transformados en su imagen compartiremos Sus habitaciones y tendremos un compañerismo significativo con nuestro Señor y Dios. Regresando a la trucha y el caballo – no hay posibilidad de un compañerismo significativo entre ellos. Es solo en el parecido y la comunicación que podemos tener compañerismo con Dios. Jesús no es un extra terrestre para nosotros sino un compañero para que seamos como El. *Nuestras emociones, al final, nos servirán para la eternidad con Dios.* La meta del Inteligencia Emocional Bíblica no es tener éxito comercial o popularidad social sino una relación con Dios y armonía en el Cielo.

Objeción 3: *No hay suficiente información sobre Su vida emocional para basar una teoría de Inteligencia Emocional.*

Solución: *Hay suficiente para tener puntos de referencia con los que podemos obtener una impresión razonable sobre lo que significa tener una vida emocional redimida y parecida a Cristo.*

La información sobre la vida emocional de Jesús esta contenida en referencias directas a su humanidad como “Jesús lloro” en Juan 11 y referencias teológicas mas amplias que implican su humanidad completa y su total bondad. Por ejemplo Juan lo llama “la luz de vida” y establece que las tinieblas no tiene lugar en el y no pueden contra El. El no tener “oscuridad” en el espíritu de la persona es tener emociones que no son engañosas, falsas, envidiosas, rencorosas, mal humoradas o limitada. Todas sus emociones eran “luz” no en el sentido liviano sino en el sentido positivo, real e iluminador, justo, adecuado y genuino. Nunca hubo una risita o un gruñido, nunca una preocupación oscura, o emoción violenta. Aún en lagrimas o triunfo, las emociones de Jesús fueron nobles, sabias, buenas y perfectamente justas. Estas son referencias directas.

Una evaluación de cualquier teología sistemática como la de Erickson o Grudem tiene una buena cantidad de información bajo el tema “la humanidad de Jesús” al igual que una buena discusión sobre las complejidades que incluye (por ejemplo, como la humanidad y la divinidad se combinaron en una persona). Dejaré estos detalles intrínsecos a los teólogos y solo combinaré referencias bíblicas que muestran como era su completa humanidad y vida emocional: Jesús experimentó hambre (Mateo 4:2, 21:18), sed (Juan 19:28) , fatiga (Juan 4:6) , Se regocijó al enviar los setenta y dos (Lucas 10:21), se maravilló de la fe del centurión (Mateo 8:10) y sintió amor por el gobernador joven rico (Marcos 10:21) . Su mas frecuente emoción fue la compasión que se registra 11 veces en los evangelios (ej. Mateo 9:36). El enojo también formó parte de la vida de Jesús cuando se molestó con los fariseos por su dura crueldad. (Marcos 3:5) . El celo por el honor de Dios causó que El limpiara el templo (Juan 2:17) . El creció en sabiduría y estatura y en favor con Dios y los hombres (Lucas 2:52) fue sometido a tentación de alto poder (Mateo 4:1-11) , y aprendió obediencia sin pecado (Hebreos 5:8-9) . El tuvo algunas de las emociones mas dolorosas de la vida también. Por ejemplo El lloró (Lucas 19:41, Juan 11:35) , Su alma se turbó (Juan 12:27) y luego se turbó en “su espíritu” (Juan 13:21). El pasó extrema angustia emocional al punto de la muerte (Mateo

26:36-41) y oro con gemidos audibles y lágrimas (Hebreos 5:7) . Finalmente experimentó la agonizante muerte en la cruz. (Mateo 27:34-54) con sentimientos de abandono (Mateo 27:46) .

La forma en que Jesús procesó su vida emocional también puede ser deducida de algunos incidentes en su vida. Por ejemplo El fue extraordinariamente tranquilo frente a tormentas y autoritativo aun en su arresto. Era una persona accesible quien era “amigo de los pecadores” y parecía disfrutar una vida social razonable con amistades estables como la de Sus discípulos y los de la Casa de Lázaro, María y Marta y Marta de Betania. El tenía un círculo cercano con Pedro, Santiago y Juan el apóstol Juan parecía haber sido un verdadero amigo y fue conocido como “el discípulo a quien Jesús amo”. Así que hay suficiente evidencia de referencias directas, incidentes en los evangelios e inferencia teológica adecuada para construir un marco razonable de la vida emocional de Jesús – al menos uno que nos informe sobre nuestra discusión de Inteligencia Emocional Bíblica.

Objeción 4: *Jesús no es un modelo de importancia cultural ni de su género para la vida emocional que vivo. Pedirme que modele mi vida emocional con la de Jesús no es apropiado.*

Solución: *Los detalles culturales de la vida de Jesús son leves. Dios parece haber preservado solo aquellos detalles sobre Jesús que eran relevantes para todos los lugares y tiempos.*

El mensaje central de quien es Jesús ha sido percibido por judíos y gentiles, esclavos y libres, hombres y mujeres a través de los siglos. Encontraremos que Jesús nos muestra como lidiar con la presión, expresar la ira, establecer límites y participar en el dolor y sentir por el perdido, el enfermo y el caído. Nadie discute que Jesús nos muestra como tener compasión y amor como nuestras realidades primordiales. Estos son la clase de principios que sobreviven a las diferencias culturales y de género. Cada habilidad de Inteligencia Emocional que Jesús mostró está en las Escrituras para nuestra instrucción. Muchos detalles sobre su personalidad quedan fuera – aun detalles vitales como su edad o sus preferencias personales. Esto significa que aquellos detalles incluidos (ej. Como registrar 9 veces dar gracias en las comidas) son a las que el Espíritu Santo quería llamar la atención y son independientes de la personalidad. [En el caso de “dar gracias” ” es el valor de ser agradecido y cultivar una vida de gratitud y provisión diaria] Millones de personas en docenas de culturas encuentran los relatos de los evangelios relevantes a su situación. Usar a Jesús como nuestro modelo significa seguir lo que dicen las Escrituras no lo que presentan cuadros medievales. No hay indicación de que Jesús usara barba o el pelo largo o que pareciera afeminado. Todos estos detalles culturales están ausentes de los evangelios. Lo que está presente es el relato de una persona con una impresionante comprensión de la humanidad y un enorme deseo de sanarla y redimirla. Si moldeamos nuestras pasiones en Sus pasiones seremos personas muy relevantes en mundo muy necesitado.

Objeción 5: *Jesús tuvo un don espiritual totalmente diferente. Yo nunca podría ser tan cortante, confiado y tener confrontaciones tal como se ve en la narrativas del Nuevo Testamento.*

Solución: *Ser como Jesús no es convertirse en un clon de un profeta es un viaje individual al descubrimiento personal.*

Dios nos hace muy diferentes y ciertamente no nos pide que todos seamos evangelistas o profetas. De hecho está bastante claro que no existe una personalidad cristiana “correcta”. Algunos son como Pedro o Pablo, mientras que otros se parecen a Moisés o Daniel o Elías. Aun así tan diferentes como estas personas son o fueron, cada una se

parecía a Cristo. Hay casi un truco para esto. Si imito a otro ser humano, ej. Billy Graham., termino no siendo yo mismo, pero si imito a Jesús ocurre lo contrario – me encuentro a mi mismo. Esto se debe a que Jesús es el centro de la humanidad y la corona de la humanidad y todos fuimos creado por El en El y en El están todas las cosas sostenidas, incluyendo nuestras personalidades (Colosenses 1:15-20). Así que ser como Jesús es como un viaje al centro del Universo, lleno de aventuras y sorpresas donde terminamos donde comenzamos, pero maravillosamente transformados. Cuando la persona tímida decide ser como Jesús encuentra nuevo valor. Cuando el sarcástico decide ser como Jesús, encuentra nueva gentileza y tacto. Cuando la persona confundida y aturdida decide ser como Jesús, aparece la claridad como de la nada. El evangelio habla sobre perderte para encontrarte y así lo hacemos. Una persona sale y otra regresa siendo similar pero totalmente diferente. La persona tímida pierde el temor que había cultivado por largo tiempo, el sarcástico pierde la crueldad, la persona desordenada pierde la libertad para ser torpe. Nadie que viene a ser como Jesús es un clon. No es un viaje a un punto en particular, un “punto” al que debemos todos acercarnos. No todos terminamos en Jerusalén usando sandalias. Tal vez es como un hoyo negro espiritual en el que parece que nos desvanecemos , pero realmente terminamos en un viaje a otro lado del universo viajando mas rápido que la velocidad de la luz.

Objeción 6: *Jesús no tenía tacto y su “alta Inteligencia Emocional” solo lo llevó a la crucifixión. No es algo que una persona normal debe imitar, debemos tener tacto y ser cuidadosos.*

Solución: *Jesús no faltaba de tacto. El era un agente de cambio efectivo y un brillante comunicador que tenía fuerte oposición. Su habilidades de Inteligencia Emocional lo hicieron efectivo y poderoso y digno de emular..*

El ministerio de Jesús y su habilidades de Inteligencia Emocional parecen haber pasado tres etapas:

Favor: Primero Jesús crece en favor con Dios y con el hombre (Lucas 2:52). Segundo Su ministerio temprano estaba caracterizado por personas que se asombraban de las palabras llenas de gracia que salían de su boca. (Lucas 4:22). En esta etapa Sus habilidades de Inteligencia Emocional lo hacen perceptivo y lleno de gracia y de tacto.

Efectividad: Donde enseñó con autoridad y reto las enseñanzas de los escribas y fariseos. Algunos se le opusieron, muchos escucharon y sus seguidores crecieron. Sus oponentes se molestaron por causa de el, pero en esta etapa todavía no le temían. A esta etapa Sus habilidades de Inteligencia Emocional lo hicieron autoritativo y efectivo como conferenciante público y maestro profeta.

Poder: Jesús eventualmente vino a ser una figura política y religiosa y muchos querían hacerlo Rey. El era capaz de retar las mas grandes autoridades en la tierra y crear temor genuino en Sus oponentes. Sus enemigos le tenían verdadero temor y planificaron su muerte como la de un enemigo político. En esta etapa sus habilidades de Inteligencia Emocional lo hicieron un maestro hábil de un movimiento en masa y alguien capaz de soportar tremenda presión y persecución.

Para los cristianos el desarrollo de un alto nivel de Inteligencia Emocional Bíblica pasa por estas tres etapas de favor, efectividad y poder. La etapa uno es “crecer en favor” donde las habilidades de Inteligencia Emocional son probadas y refinadas y se descartan las estrategias pobres. La etapa dos de efectividad es donde las habilidades de Inteligencia Emocional son probadas en el pueblo natal y distrito y donde un ministerio efectivo y autoritativo se desarrolla. La Etapa Tres es poder cuando la habilidades de Inteligencia Emocional se usan para efectuar cambios a grandes escalas un la comunidad,

como ser un organizador comunitario, político, escritor, luchador moral, predicador o evangelista.

Estas grandes etapas generalmente provocan una reacción del maligno quien lanza su ataque contra el ahora altamente efectivo cristiano. Dos escrituras son relevantes aquí:

2 Timoteo 3:12 LBLA Y en verdad, todos los que quieren vivir piadosamente en Cristo Jesús, serán perseguidos.

Mateo 16:24-28 LBLA Entonces Jesús dijo a sus discípulos: Si alguno quiere venir en pos de mí, niéguese a sí mismo, tome su cruz y sígame. (25) Porque el que quiera salvar su vida, la perderá; pero el que pierda su vida por causa de mí, la hallará. (26) Pues ¿qué provecho obtendrá un hombre si gana el mundo entero, pero pierde su alma? O ¿qué dará un hombre a cambio de su alma? (27) Porque el Hijo del Hombre ha de venir en la gloria de su Padre con sus ángeles, y ENTONCES RECOMPENSARA A CADA UNO SEGUN SU CONDUCTA. (28) En verdad os digo que hay algunos de los que están aquí que no probarán la muerte hasta que vean al Hijo del Hombre venir en su reino.

La santidad atraerá el escarnio de algunos y el odio de otros. Si esos pocos ocupan lugares de poder, la persecución puede ser agotadora. Sin embargo, somos llamados a ser luz en las tinieblas y ovejas en medio de lobos; astutos como serpientes e inocentes como palomas. Un alto nivel de Inteligencia Emocional nos capacitará para hábilmente manejar los altos niveles de asuntos políticos y sociales y ser una verdadera influencia para el bien de tu sociedad. Sin embargo, esto atraerá atención, envidia, rivalidades y en algunos casos, el ser ridiculizado, el escarnio y el odio.

El profeta Daniel es un mayor ejemplo de Esto. Su alto nivel de Inteligencia Emocional Bíblica, sabiduría y madurez lo hizo efectivo y de influencia, pero hizo a otros envidiosos y lo hicieron llegar a la jaula de los leones, entre otros lugares. ¡Pero Dios lo libertó! Mi experiencia al involucrarme como cristiano en la política es que la persecución es mayor de la que deseaba pero mucho menor que la que temía. Si deseas obtener la Inteligencia Emocional de Jesucristo eventualmente serás tan lleno de gracia, balance, y autoridad que tendrás una verdadera presencia que hará la diferencia a niveles nacionales e internacionales. Desafortunadamente también tendrás enemigos reales oponiéndose a cambios justos que estés buscando. Entonces es tiempo de !tomar tu cruz y seguirle!

Conclusión

Así que vemos que Jesús si era muy adecuado, y de hecho un modelo ideal para el desarrollo de la vida emocional del cristiano. Este es un alto llamado y en alguna forma uno muy abrumador. ¿Cómo Jesús funcionó? ¿Qué le dio la fuerza? O como decían sus vecinos en Nazaret cuando regreso del desierto “ ¿De donde saco esta sabiduría?” !del Espíritu Santo! Y el trabajo del Espíritu en la Vida de Jesús – particularmente en sus emociones, alma y espíritu, este es el tema del próximo fascinante capítulo.

Preguntas de Discusión

1. ¿Cuán temible es tener a Jesús como el modelo para tu vida emocional? ¿Es aventurero o te asusta te causa terror?
2. ¿Hasta que nivel deseamos ser como Jesús?
3. ¿Que es lo mejor de tener a Jesús como nuestro modelo espiritual?
4. ¿Como podemos saltar de la escalera de Jacob?

5. Nombre las tres etapas que Jesús paso para desarrollar sus habilidades de Inteligencia Emocional.
6. ¿En que etapa de desarrollo de tus habilidades de Inteligencia Emocional te encuentras?
7. Nombre seis emociones que sintió Jesús ¿Como crees que fue esto para el?

El Espíritu Santo, La vida emocional de Jesús, y La vida emocional del Creyente lleno del Espíritu Santo.

(Isaías 11:1-2 LBLA) Y brotará un retoño del tronco de Isaí, y un vástago de sus raíces dará fruto. (2) Y reposará sobre El, el Espíritu del SEÑOR, espíritu de sabiduría y de inteligencia, espíritu de consejo y de poder, espíritu de conocimiento y de temor del SEÑOR.

La enseñanza central de este libro es que como parte de la redención, los cristianos debemos tomar la vida emocional de nuestro Salvador, y esto ocurre por medio del poder del Espíritu Santo que nos transforma a la imagen del Hijo de Dios. Si el Espíritu Santo es la fuerza dinámica y el agente de cambio de la profunda transformación emocional debemos ver evidencia de esta labor en la vida de Jesús. Se levantan preguntas que investigaremos como ¿Su bautismo y el Poder del espíritu Santo cambiaron a Jesús o se quedó igual? ¿Existen claves que muestren que habían impresiones del Espíritu Santo detrás de la personalidad de Jesús? ¿Podemos apropiarnos de este poder que movía a Jesús?

El bautismo de Jesús y su Inteligencia Emocional

Mientras que Jesús crecía en conocimiento y favor con Dios y el hombre hubo un rompimiento en su vida, un cambio radical en Sus emociones y autoridad personal, que los que lo conocían decían “de donde saca esta sabiduría...”

(Mateo 13:54-58 LBLA) Y llegando a su pueblo, les enseñaba en su sinagoga, de tal manera que se maravillaban y decían: ¿Dónde obtuvo éste esta sabiduría y estos poderes milagrosos? (55) ¿No es éste el hijo del carpintero? ¿No se llama su madre María, y sus hermanos Jacobo, José, Simón y Judas? (56) ¿No están todas sus hermanas con nosotros? ¿Dónde, pues, obtuvo éste todas estas cosas? (57) Y se escandalizaban a causa de El. Pero Jesús les dijo: No hay profeta sin honra, sino en su propia tierra y en su casa. (58) Y no hizo muchos milagros allí a causa de la incredulidad de ellos.

¡El había cambiado! Mientras que Lucas nos muestra que Jesús era un niño prodigio (Lucas 2:42-50), nadie esperaba que se convirtiera en un profeta hacedor de milagros. La transición de una juventud prometedora a un poderoso profeta parece haber ocurrido en su bautismo. Hubo un trabajo masivo de Poder de parte del Espíritu Santo que cambió a Jesús, tal como el Pentecostés cambió los discípulos.

Las habilidades mas altas de Inteligencia Emocional como el valor, denuedo, la habilidad de sanar y proclamación son dadas por el Espíritu Santo. La iglesia primitiva realizó esto cuando oró por denuedo !y el cuarto tembló! (Hechos 4:29-31). El cambio de Inteligencia Emocional causado por el Espíritu Santo puede ser impresionante y repentino y puede dejar a otros asombrados. Puedo testificar personalmente de un cambio impresionante en una reunión en Septiembre de 1978 donde cambie de ser un secreto y tímido cristiano a ser tan valiente como un león y un ardiente evangelista.

El cuerpo de Jesús y el Espíritu Santo

Como todos sabemos, nuestro estado físico y emocional están ligados. Estamos mas dispuestos a molestarnos cuando estamos cansados y hambrientos. Podemos heredar ciertas disposiciones emocionales de nuestros padres. Estamos “conectados” de nacimientos a ciertas disposiciones emocionales (aunque estas pueden ser alteradas, como veremos). Esto puede ser tan tóxico como un problema con la rabia o tan benéfico como la habilidad de involucrarse en una tonada musical. El Espíritu Santo puso la estructura genética en Jesús al momento de la concepción para que estuviese inclinado de manera inusual hacia amar la justicia y odiar la maldad (Hebreos 1.9). Un

pasaje de Hebreos indica que su cuerpo fue preparado para el por Dios, para que Jesús amara hacer la voluntad de Dios. (énfasis personal).

(Hebreos 10:5-7 LBLA) **Por lo cual, al entrar El en el mundo**, dice: SACRIFICIO Y OFRENDA NO HAS QUERIDO, **PERO UN CUERPO HAS PREPARADO PARA MI**; (6) EN HOLOCAUSTOS Y sacrificios POR EL PECADO NO TE HAS COMPLACIDO. (7) ENTONCES DIJE: "**HE AQUI, YO HE VENIDO** (EN EL ROLLO DEL LIBRO ESTA ESCRITO DE MI) **PARA HACER, OH DIOS, TU VOLUNTAD.**"

Aquí vemos que Jesús vino al mundo y que tenía un cuerpo preparado para El por el Padre y que la intensión específica de su venida era “hacer tu voluntad, Oh Dios”. Jesús tenía un cuerpo libre de predisposiciones genéticas pecaminosas, hacia la ira, alcoholismo, adicción a drogas o cualquier característica negativa que fuera pasada genéticamente. Básicamente Jesús fue nacido sin disposiciones pecaminosas. Su cuerpo y sistema nervioso fue formado para hacer la voluntad de Dios por del trabajo creativo, restaurador del cuerpo y formativo del Espíritu Santo.

Si el trabajo creativo del Espíritu Santo fue capaz de hacer el cuerpo de Jesús de tal manera que fuera libre de tendencias pecaminosas, entonces obviamente esta labor puede tomar lugar en nuestros cuerpos de igual forma. Esto nos da esperanza en relación a esas urgencias biológicas que prevalecen en nuestros cuerpos, que pueden ser borradas por el ministerio sanador y renovador del Espíritu Santo y muchos programas de recuperación Cristianos atestiguan que este es el caso. Los alcohólicos pueden y en verdad pierden el deseo biológico de beber, se corrige la desorientación sexual de los homosexuales, los adictos pueden perder completamente sus deseos, los adictos al sexo pueden y son libres del tormento de la lujuria 24 horas al día. Pero, ¿es esto una expectativa bíblica real? Veamos Romanos 8.11

Pero si el Espíritu de aquel que resucitó a Jesús de entre los muertos habita en vosotros, el mismo que resucitó a Cristo Jesús de entre los muertos, también dará vida a vuestros cuerpos mortales por medio de su Espíritu que habita en vosotros.

El Espíritu Santo puede dar vida a nuestros cuerpos mortales – no solo la resurrección de nuestros cuerpos – sino a los cuerpos que tenemos ahora, nuestros cuerpos mortales. Su vida renovadora puede pulsar a través de nosotros y lavarnos de pecados y adicciones de la misma manera que puede sanar una persona de enfermedades o dolencias. Como un divino electricista el puede arreglar la caja de fusibles para que los circuitos funcionen como debían funcionar - para la Gloria de Dios.

La base biológica del pecado no esta separada de la base espiritual del pecado. Cuando Dios nos libera del pecado, El puede liberarnos del pecado en nuestro espíritu, el pecado en nuestra alma y el pecado en nuestros miembros. El puede arreglar la base física y médica de la ira, lujuria, adicciones y comportamiento anti-social. La disfunción mínima del cerebro, ADHD, desorden de estrés pos-traumático y cualquier otra cosa grabada en nuestra membrana neural - puede ser sanada por el Espíritu Santo.

Veamos lo que le pasó a los cristianos en Corintos

(1 Corintios 6:9-11 LBLA) ¿O no sabéis que los injustos no heredarán el reino de Dios? No os dejéis engañar: ni los inmorales, ni los idólatras, ni los adúlteros, ni los afeminados, ni los homosexuales, (10) ni los ladrones, ni los avaros, ni los borrachos, ni los difamadores, ni los estafadores heredarán el reino de Dios. (11) **Y esto erais algunos de vosotros; pero fuisteis lavados, pero fuisteis santificados, pero fuisteis justificados** en el nombre del Señor Jesucristo y en el Espíritu de nuestro Dios.

Los cristianos en Corintos venían de pasados bastante terribles, incluyendo fornicación y adulterio (adicción sexual), homosexualismo y sodomía (probablemente pedófilos en este caso), y

bebedores (alcohólicos). Estos comportamientos están generalmente reconocidos por tener un fuerte y persistente componente biológico y neurológico.

Sin embargo estos son ahora, comportamientos PASADOS, se han arrepentido y han sido abandonados por los Corintios y ahora son lavados y hechos santos! “así ERAN algunos de ustedes” - se terminó, esta acabado arreglado. Y esta transformación tomo lugar “en el nombre del Señor Jesucristo y por el Espíritu de nuestro Dios” Pablo lo dice de esta manera...

(Romanos 8:13 LBLA) porque si vivís conforme a la carne, habréis de morir; pero si por el Espíritu hacéis morir las obras de la carne, viviréis.

(Gálatas 5:16-18 LBLA) Digo, pues: Andad por el Espíritu, y no cumpliréis el deseo de la carne. (17) Porque el deseo de la carne es contra el Espíritu, y el del Espíritu es contra la carne, pues éstos se oponen el uno al otro, de manera que no podéis hacer lo que deseáis. (18) Pero si sois guiados por el Espíritu, no estáis bajo la ley.

El espíritu puede trabajar con la carne en ambos aspectos espirituales y biológicos. No estamos al servicio de nuestra genética o nuestras adicciones. ¡El Espíritu Santo nos puede hacer libres! Lo que el hizo al construir el cuerpo de Jesús para que fuera preparado para hacer al voluntad de Dios, puede ser hecho por ti para que nada sea “imposible para aquel que cree”.

El alma y Espíritu de Jesús

Aquí hay una lista de las referencia directas en el evangelio sobre el alma y el espíritu de Jesucristo.

Mateo 26:38 LBLA Entonces les dijo*: Mi alma está muy afligida, hasta el punto de la muerte; quedaos aquí y velad conmigo.

Mateo 27:50 LBLA Entonces Jesús, clamando otra vez a gran voz, exhaló el espíritu.

Marcos 2:8 LBLA Y al instante Jesús, conociendo en su espíritu que pensaban de esa manera dentro de sí mismos, les dijo*: ¿Por qué pensáis estas cosas en vuestros corazones?

Marcos 8:12 LBLA Suspirando profundamente en su espíritu, dijo*: ¿Por qué pide señal esta generación? En verdad os digo que no se le dará señal a esta generación.

Marcos 14:34 LBLA Y les dijo*: Mi alma está muy afligida, hasta el punto de la muerte; quedaos aquí y velad.

Lucas 10:21 LBLA En aquella misma hora El se regocijó mucho en el Espíritu Santo, y dijo: Te alabo, Padre, Señor del cielo y de la tierra, porque ocultaste estas cosas a sabios y a inteligentes, y las revelaste a niños. Sí, Padre, porque así fue de tu agrado.

Lucas 23:46 LBLA Y Jesús, clamando a gran voz, dijo: Padre, EN TUS MANOS ENCOMIENDO MI ESPIRITU. Y habiendo dicho esto, expiró.

Juan 11:33 LBLA Y cuando Jesús la vio llorando, y a los judíos que vinieron con ella llorando también, se conmovió profundamente en el espíritu, y se entristeció,

Juan 12:27 LBLA Ahora mi alma se ha angustiado; y ¿qué diré: "Padre, sálvame de esta hora"? Pero para esto he llegado a esta hora.

Juan 13:21 LBLA Habiendo dicho Jesús esto, se angustió en espíritu, y testificó y dijo: En verdad, en verdad os digo que uno de vosotros me entregará.

Juan 19:30 LBLA Entonces Jesús, cuando hubo tomado el vinagre, dijo: ¡Consumado es! E inclinando la cabeza, entregó el espíritu.

Tres cosas sobresalen:

- Jesús percibía las situaciones de la vida con su Espíritu.
- Jesús era movido en base a esas percepciones.

➤ Jesús cándidamente expresaba sus emociones a aquellos que estaban cerca de él. [También noten la habilidad de rendir su espíritu a Dios y al rendir su espíritu su vida terminó.] Note el poder y profundidad de la reacciones de Jesús. El grita con voz audible, se turba hasta la muerte, se regocija grandemente. Sus emociones llenas del Espíritu eran poderosas y estaban presentes. El no era un escéptico, calmado mas allá de lo real, pluralmente lógico y mental. Los triunfos y las tragedias de la fe lo movían grandemente - como han movido a grandes hombres y mujeres de Dios.

Jesús y la percepción

En Marcos 2.8 Jesús “percibió en su espíritu”. El Espíritu es el verdadero órgano con que Jesús percibía la realidad, como Isaías declara en uno de los pasajes mas conocidos de la Biblia

(Isaías 11:1-5 LBLA) Y brotará un retoño del tronco de Isaí, y un vástago de sus raíces dará fruto. (2) Y reposará sobre El el Espíritu del SEÑOR, espíritu de sabiduría y de inteligencia, espíritu de consejo y de poder, espíritu de conocimiento y de temor del SEÑOR. (3) Se deleitará en el temor del SEÑOR, y no juzgará por lo que vean sus ojos, ni sentenciará por lo que oigan sus oídos; (4) sino que juzgará al pobre con justicia, y fallará con equidad por los afligidos de la tierra; herirá la tierra con la vara de su boca, y con el soplo de sus labios matará al impio. (5) La justicia será ceñidor de sus lomos, y la fidelidad ceñidor de su cintura.

La presencia del Espíritu Santo en Jesús le dio conocimiento extraordinario y sabiduría con la que juzgaba las situaciones con justicia , con verdad y hacia el interior. El no juzgaba las situaciones de acuerdo a sus ojos y oídos y a lo que la percepción sensorial le decía (verso 3 arriba). El juzgaba las situaciones de la vida con un espíritu de sabiduría y entendimiento, consejo y conocimiento que miraba al corazón de las cosas. Esta percepción especial que Jesús tenía se muestra en muchos de los encuentros del evangelio y se resume nítidamente por el Apóstol Juan que escribe: ***(Juan 2:24 LBLA Pero Jesús, por su parte, no se confiaba a ellos, porque conocía a todos.*** (vea también Mateo 9:4, 12:25, Marcos 5:30, 12:15 Lucas 11;17, Juan 5:6, 6:61, 64 , 13:1-3, 18:4)

Las percepciones de Jesús sobre las situaciones lo llevaban a reaccionar emocionalmente a ellas. Al sentir su muerte, su Alma estaba turbada hasta la muerte, al ver el dolor en la tumba de Lázaro el gimió en su espíritu y se turbó, cuando los discípulos regresaron victoriosos se regocijó, cuando El percibía la dureza del corazón de los Fariseos, se enojaba y cuando las masas de gente venían buscando sanidad y su enseñanzas, El era movido por la compasión. Jesús expresó estas emociones con poder pero adecuadamente. Había siempre dignidad en las reacciones de Jesús. Sus emociones eran profundas y expresivas – nunca triviales, sentimentales o caóticas. Esto nos da un proceso para nuestra vida emocional

1. **Percibe** la vida espiritualmente, justamente, verdaderamente y con una perspectiva de Reino.
2. **Reaccionar** en nuestra alma y espíritu. Ser movido por la vida, no desconectado, frío o duro.
3. **Expresa** las reacciones con dignidad, poder y equilibrio. Emocionalmente es expresivo, pero esta expresión debe ser llevada con sabiduría.

En el próximo capítulo veremos que los apóstoles y grandes hombres y mujeres de Dios han hecho esto – llevado sus emociones bajo el control y el poder del Espíritu de Dios para así reaccionar, no desde una perspectiva meramente humana con sus cinco sentidos e intereses personales, pero de una perspectiva dividida con percepción e intereses verdaderos del Reino. Esto hace la biografía de un cristiano impresionante - sentimos una manera diferente de mirar al mundo – un corazón controlado por Dios y viendo sus intereses en todas las cosas. En ese capítulo argüiré que una perspectiva de Reino no es solo Buena para nuestra santificación, es también crítica para la Buena salud emocional y alto nivel de Inteligencia Emocional. Pero tengo mas que decir sobre la vida emocional de Jesús primero.

Las creencias de Jesucristo

Las emociones fluyen de las creencias. Cuando era un joven estaba jugando en el arroyo donde encontré un grupo de piritas de hierro (Oro de Tontos) y era pesado y suave y parecía oro. Se lo mostré a mi hermano Peter y fuimos a casa silenciosamente para que nadie nos viera con nuestro importante descubrimiento. Cuando le mostramos a papa dijimos “!somos ricos! !ricos!” Encontramos esta gran piedra de oro y hay mas abajo en el arroyo!” Papa solo se rió y nos explico del oro de los tontos. Aunque nuestra creencia no era real, nos hizo felices mientras duró. Estábamos tan emocionados, no por haber encontrado oro, porque realmente no encontramos oro, pero por haber creído que lo habíamos encontrado. Cuando esta creencia fue corregida, nuestra emoción de gozo no era poyada por una creencia adecuada y se desvaneció. Pasamos de estar emocionados a estar decepcionados. Cuando la creencia se desvaneció , la emoción se desvaneció. Bajo las emociones hay creencias, si quitas las creencia, la emoción se desvanece, si cambias tus creencias los suficiente, la emoción cambia.

La forma de creencia tiene un efecto directo en como nos sentimos. Esto aplica a cosas espirituales también. Así que si piensas, como Jesús, que robar casas de las viudas pobres está mal, tu reaccionarás a esto con la intensidad con la que Jesús lo hizo. La diferencia entre una cámara de video que graba un evento y una persona viendo el evento es que la persona tiene creencias anteriores. Estas creencias hacen que la persona reaccione a lo que ve. Miremos tres incidentes en la vida de Jesús para ver como sus creencias dieron información a sus reacciones emocionales y lo hicieron diferente a aquellos llamados “personas normales”. Primero veamos la limpieza del templo:

(Marcos 11:15-17 LBLA) Llegaron a Jerusalén; y entrando Jesús en el templo comenzó a echar fuera a los que vendían y compraban en el templo, volcó las mesas de los cambistas y los asientos de los que vendían las palomas; (16) y no permitía que nadie transportara objeto alguno a través del templo. (17) Y les enseñaba, diciendo: ¿No está escrito: "MI CASA SERA LLAMADA CASA DE ORACION PARA TODAS LAS NACIONES"? Pero vosotros la habéis hecho CUEVA DE LADRONES.

(Juan 2:13-17 LBLA)La Pascua de los judíos estaba cerca, y Jesús subió a Jerusalén, (14) y encontró en el templo a los que vendían bueyes, ovejas y palomas, y a los que cambiaban dinero allí sentados. (15) Y haciendo un azote de cuerdas, echó a todos fuera del templo, con las ovejas y los bueyes; desparramó las monedas de los cambistas y volcó las mesas; (16) y dijo a los que vendían palomas: Quitad esto de aquí; no hagáis de la casa de mi Padre una casa de comercio. (17) Sus discípulos se acordaron de que estaba escrito: EL CELO POR TU CASA ME CONSUMIRA.

¿Que creencias de Jesús están tras esta reacción? En el evangelio de Marcos vemos que Jesús creía:

- a) Que el propósito del Templo era ser casa de oración para las naciones.
- b) Pero había sido convertida en cueva de ladrones.

En el evangelio de Juan se muestra la creencia de que :

- c) Es la casa de Mi Padre.
- b) Pero se ha convertido en casa de mercaderes (con la implicación de que había deshonestidad) [Las narraciones no son contradictorias sino que reflejan diferentes ejemplos de las reacciones de Jesús en ese momento. Es probable que Jesús haya dicho muchas otras cosas mientras tiraba las mesas]

Veamos la secuencia de eventos. Jesús creía que debía ser A, pero percibía que de hecho era B esto causa una reacción emocional C que es expresada en un comportamiento verbal y físico D. Para Jesús sus creencias incluían el honor debido a su Padre, era que el uso correcto del templo era para la oración y que las naciones debían tener acceso a ellas. También incluían que los negocios, especialmente el deshonesto era inadecuado en este lugar. No habían creencias sostenidas amplia y profundamente en relación a los mercaderes, sino no hubieran estado allí en

primer lugar. Sus creencias únicas lo llevaron a esta única reacción basada en su percepción espiritual de la naturaleza de la situación.

Veamos otra enigmática reacción de Jesús – durante una tormenta en el lago de Galilea.

(Mateo 8:24-26 LBLA) Y de pronto se desató una gran tormenta en el mar, de modo que las olas cubrían la barca; pero Jesús estaba dormido. (25) Y llegándose a Él, le despertaron, diciendo: ¡Señor, sálvanos, que perecemos! (26) Y Él les dijo: ¿Por qué estáis amedrentados, hombres de poca fe? Entonces se levantó, reprendió a los vientos y al mar, y sobrevino una gran calma.

Aquí parece que la creencia de Jesús era de que nada podía tocarle ni dañarlo porque Su Padre le protegía a él y sus discípulos. Su creencia incluía el hecho de que era algo razonable y normal hablarle a las olas y el viento y esperar que estas lo obedecieran. Aun más él parecía creer que los discípulos debían compartir estas creencias y que no se justificaba el que tuvieran temor en medio de una tormenta de esta naturaleza.

Basado en estas creencias, la percepción de Jesús de la situación era “¡No hay problema!” . Simplemente no era la gran cosa. Decir que esto es "contradictorio" y desafía todo el sentido común no es ninguna subestimación. Sin embargo sus creencias fueron justificadas ya que Él calmó la tormenta con una palabra. Esto realmente no era un problema para Él en absoluto.

La gente de gran fe tiene gran serenidad en situaciones de crisis. En un próximo capítulo aprenderemos a manejar situaciones que tememos desde una posición de fe y dominio. Aquí las creencias de Jesús lo llevaron a tener emociones de calma y dominio en una situación de crisis y le permitieron tomar acción efectiva para remediar la situación.

Para nuestra tercera ilustración de las creencias de Jesús iremos unos versos atrás en Mateo 8 para ver la única ocasión donde se registra que Jesús se “maravillo de algo”

(Mateo 8:7-14 LBLA) Y Jesús le dijo*: Yo iré y lo sanaré. (8) Pero el centurión respondió y dijo: Señor, no soy digno de que entres bajo mi techo; mas solamente di la palabra y mi criado quedará sano. (9) Porque yo también soy hombre bajo autoridad, con soldados a mis órdenes; y digo a éste: "Ve", y va; y al otro: "Ven", y viene; y a mi siervo: "Haz esto", y lo hace. (10) Al oírlo Jesús, se maravilló y dijo a los que le seguían: En verdad os digo que en Israel no he hallado en nadie una fe tan grande. (11) Y os digo que vendrán muchos del oriente y del occidente, y se sentarán a la mesa con Abraham, Isaac y Jacob en el reino de los cielos. (12) Pero los hijos del reino serán arrojados a las tinieblas de afuera; allí será el llanto y el crujir de dientes. (13) Entonces Jesús dijo al centurión: Vete; así como has creído, te sea hecho. Y el criado fue sanado en esa misma hora. (14) Al llegar Jesús a casa de Pedro, vio a la suegra de éste que yacía en cama con fiebre.

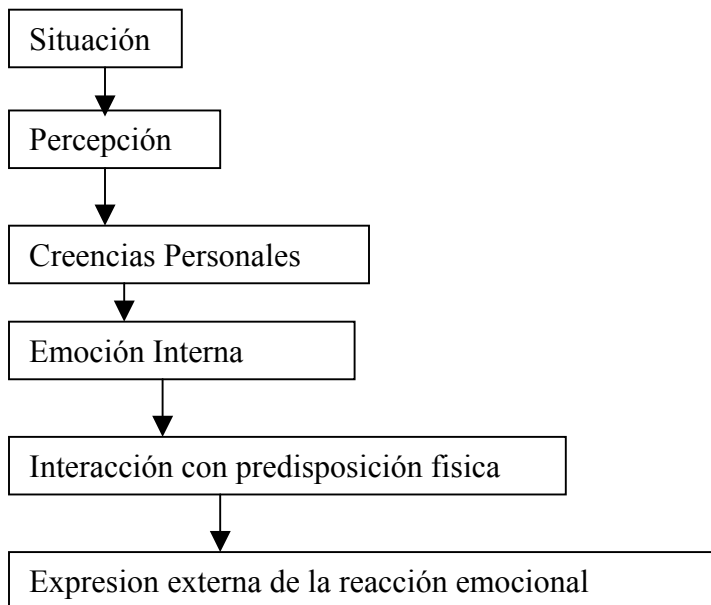
Aquí Jesús se maravilla de la “gran fe” del centurión romano. Hay muchas creencias de Jesús registradas aquí, como la dureza de Israel, la salvación de los gentiles y el poder de su mandato para que un enfermo sanara, pero ninguna de estas creencias son la base de su impresión del centurión. Jesús está reaccionando a la presencia de gran fe donde no la esperaba – un gentil y un soldado, un hombre que estaba fuera de pacto y cuyo trabajo era matar personas y que en parte era responsable de la ocupación de Su nación.

Esta fue la reacción de un sistema de creencia hacia otro sistema de creencia. El centurión expresó sus creencias sobre a) el no ser digno como Gentil (aunque era un hombre poderoso) de que Jesús le visitara y b) Su creencia en la autoridad de Jesús y el poder de Sus palabras de autoridad. Cuando el centurión expresó estas creencias, Jesús a su vez razonó con ellas. Como la dureza del Corazón de los fariseos lo molestaban, como la poca fe de los discípulos lo decepcionaba, la gran fe del centurión le motivó y lo asombró. Fue un “descubrimiento raro” *en verdad les digo, que no he encontrado fe tan grande, ni en Israel.* .

Aquí vemos que estructuras de creencias reaccionan unas a otras y se evalúan unas a otras. Cuando vemos a alguien que está lleno de una fe impresionando, no regocijamos. Cuando encontramos a alguien duro y cínico, nos desmotivamos o molestamos. Como Jesús buscamos a aquellos que razonen con nosotros. Son un descubrimiento raro y un tesoro. La forma de interactuar con otros dependerá grandemente en lo que creemos sobre lo que ellos creen. Muchos malos entendidos inter-denominacionales se revuelven al rededor de “lo que creemos sobre lo que ellos creen” y las fuertes reacciones emocionales que resultan. Es un área crítica de salud mental y es por la razón de que algunas clase de fundamentalismo, aunque fuertes en muchas áreas son increíblemente dañinas psicológicamente.

Uniando los pedazos

Vimos que las percepciones nos llevan a tener emociones internas que entonces son expresadas adecuadamente. También vimos que nuestras percepciones trabajan con nuestras creencias para producir reacciones emocionales sorprendentes que son únicas para el creyente lleno-del-Espíritu que se parece-a-Jesús. Sobre esto tenemos una predisposición física a ciertos tipos de reacciones emocionales y comportamientos – cubierto en la primera parte del capítulo. Entonces podemos decir que para Jesús y el creyente lleno del Espíritu los pasos son: 1. Percepción de la persona o situación - idealmente en el espíritu. 2. Interacción de percepción con los sistemas de creencia 3. Emociones internas generadas. 4. Interacción de emociones internas con predisposición física. 5. Expresión externa de la emoción.



Debes estarte preguntando sobre el título de este capítulo "El Espíritu Santo y La Vida Emocional de Jesús" donde esta el Espíritu Santo en las creencias de Jesús, percepciones, etc... ¡veamos!.

- **Percepción:** Jesús percibía tanto con su Espíritu y con el Espíritu Santo para que le mostrara las realidades.
- **Creencias:** El Espíritu Santo escribe la ley de Dios en nuestras mentes y corazones y forma nuestras creencias y es nuestro maestro, el que nos enseña las cosas que Dios tiene preparadas para lo que creen en el y nos revela las cosas profundas de Dios. Aquí hay

algunas referencias directas a este ministerio de enseñanza. (Juan 6:45, 14:26, Gálatas 1:11,12, 1 Corintios 2:9-16, Efesios 4:21, 1 Tesalonicenses 4:9, Hebreos 8;10-11, 1 Juan 2:20,27)

- **Emociones internas:** Las emociones pueden venir directamente de nuestro espíritu bajo la influencia del Espíritu Santo “y Jesús se regocijó en su espíritu” y emociones como amor, gozo, y paz son llamados frutos del Espíritu. (Gálatas 5:22,23).
- **Interacción con disposiciones físicas:** El Espíritu que habita en nosotros da vida a nuestros cuerpos mortales para que seamos renovados y clamemos “¡Abba Padre!” (Romanos 8:11-15) a nuestro Padre Celestial. Vea también la primera sección de este capítulo en relación a como el Espíritu rompe el dominio del pecado y las adicciones en nuestra vida.
- **Expresión externa de reacciones emocionales:** La base espiritual de la revelación que culmina en enseñanza esta en 1 de Corintios.

(1 Corintios 2:9-13 LBLA) sino como está escrito: COSAS QUE OJO NO VIO, NI OIDO OYO, NI HAN ENTRADO AL CORAZON DEL HOMBRE, son LAS COSAS QUE DIOS HA PREPARADO PARA LOS QUE LE AMAN. (10) Pero Dios nos las reveló por medio del Espíritu, porque el Espíritu todo lo escudriña, aun las profundidades de Dios. (11) Porque entre los hombres, ¿quién conoce los pensamientos de un hombre, sino el espíritu del hombre que está en él? Asimismo, nadie conoce los pensamientos de Dios, sino el Espíritu de Dios. (12) Y nosotros hemos recibido, no el espíritu del mundo, sino el Espíritu que viene de Dios, para que conozcamos lo que Dios nos ha dado gratuitamente, (13) **de lo cual también hablamos, no con palabras enseñadas por sabiduría humana, sino con las enseñadas por el Espíritu, combinando pensamientos espirituales con palabras espirituales.**

El verso 13 es la culminación de una larga secuencia. Primeramente lo que ojo no vio ni oído oyó es revelado a nosotros por medio del Espíritu Santo (versos 9-11). Entonces los recibimos por medio del Espíritu que nos enseña e integra a nuestro sistema de creencia. Esto es dado por gracia (verso 12). Finalmente hablamos y no hablamos lo humano, sino sabiduría divina no en palabras humanas y sabiduría, sino en palabras que el Espíritu Santo nos da.

Así que la escritura no es la Palabra de Dios en Palabras Humanas; es la Palabra de Dios en las Palabras del Espíritu. Veamos como esto trabajo en Jesús:

(Juan 8:28-29 LBLA) Por eso Jesús dijo: Cuando levantéis al Hijo del Hombre, entonces sabréis que yo soy y que no hago nada por mi cuenta, **sino que hablo estas cosas como el Padre me enseñó.** (29) Y El que me envió está conmigo; no me ha dejado solo, porque yo siempre hago lo que le agrada.

Las respuestas, reacciones, palabras y expresiones son enseñadas por Dios y son de categoría espiritual. “comparando lo espiritual a los espiritual”.

Esto nos lleva a la última sección del capítulo – símbolos, metáforas y arquetipos – como el espíritu nos enseña a expresar las cosas espirituales – nuestras emociones.

El lenguaje del Espíritu y el Ámbito emocional – símbolos, metáforas y arquetipos.

Al escribir “Tal como soy” esta en la radio y el coro canta “Oh Cordero de Dios yo vengo...” “Este es el lenguaje del Espíritu que no hace sentido al hombre carnal, pero abunda en las escrituras y el los grandes momentos de la fe, incluyendo himnos que nos acercan a Dios. Para seguir en el pasaje de 1 de Corintios:

(1 Corintios 2:13-16 LBLA) de lo cual también hablamos, no con palabras enseñadas por sabiduría humana, sino con las enseñadas por el Espíritu, combinando pensamientos espirituales con palabras espirituales. (14) Pero el hombre natural no acepta las cosas del Espíritu de Dios, porque para él son necedad; y no las puede entender, porque se disciernen espiritualmente. (15) En cambio, el que es espiritual juzga todas las cosas; pero él no es juzgado por nadie. (16) Porque ¿QUIEN HA CONOCIDO LA MENTE DEL SEÑOR, PARA QUE LE INSTRUYA? Mas nosotros tenemos la mente de Cristo.

Hay algo que se llama “la mente de Cristo” que permite al creyente entender el lenguaje simbólico como “el Codero de Dios que quita el pecado del mundo” y rápidamente entender el sentido de la palabra y sentir la maravilla de esta estampa en Revelación. El Espíritu Santo nos capacita para percibir y creer correctamente, renovando nuestra para ser como la mente de Cristo. Es el nuestro maestro e instructor y lo hace en el idioma espiritual – sueños, visiones, símbolos, parábolas y metáforas – usando analogías de la fe para explicarlas claramente como en el libro de Romanos.

En el lenguaje del espíritu bestias con siete cabezas y diez cuernos son yuxtapuestos con mujeres de escarlata y símbolos del trono de Dios. Estos pueden ser símbolos visuales y verbales y realidades de ángeles, demonios, querubines y serafines vistos por profetas. Para la mente material y “científica” esto es ofensivo y muchos teólogos liberales han tropezado con esto. Mientras mas pensamos sobre el poder de nuestro intelecto, menos pensamos en la palabra de Dios ¡y mientras mas pensamos en Dios menos pensamos del poder de nuestro intelecto!

Jesús fue enseñado por Dios y era un maestro del ámbito simbólico, la Inteligencia Emocional se expresaba hábilmente con parábolas, aforismos, sermones e historias. Su enseñanza no era como la de los Escribas y Fariseos porque El enseñaba con autoridad de tal manera que los que buscaban a Dios le entendían, mientras que los curiosos se alejaban confundidos y frustrados con Sus enseñanzas. El lenguaje del Espíritu no es “simple” pero es extrañamente simbólico. Si has visto algún “Anuncio de la Nueva Era” que utiliza estos símbolos comunes y universales, entenderás lo que quiero decir.

Símbolos o arquetipos tales como una mujer vestida en una túnica blanca con una antorcha encendida, o una paloma que contrasta con el cielo azul, un arco iris o un hombre en un caballo blanco vestido de guerra y una brillante espada o un dragón rojo; tienen un significado universal y su contenido es independiente de la cultura. El psicólogo Carl Jung paso su vida explorándolos y Hitler era un maestro explotándolos. La psicología transpersonal y varias escuelas de psicoanálisis los toman con mucha seriedad. Mitos, sagas, música, canciones y operas todos usan estos tesoros emocionales y simbólicos como lo hacen las fabulas e historias y símbolos nacionales.

Interactuamos con un lenguaje espiritual en su totalidad o si el. La frase “El Codero de Dios” puede tener un gran significado o ser un enigma total. Es una forma binaria de comunicación que literalmente separa los “ovejas de las cabras” y los creyentes de los incrédulos”

(Juan 10:25-27 LBLA) Jesús les respondió: Os lo he dicho, y no creéis; las obras que yo hago en el nombre de mi Padre, éstas dan testimonio de mí. (26) Pero vosotros no creéis porque no sois de mis ovejas. (27) Mis ovejas oyen mi voz, y yo las conozco y me siguen;

Al comenzar Jesús dijo “pero ustedes no creen porque no son de mis ovejas”. en otras palabras ustedes deben ser de Dios para entender estas enseñanzas. Es lo opuesto de lo mas usual “porque no creen no son de Dios”. Aquí dice “Porque no son de Dios – no creen”. Algunos creen y pueden entender el idioma del Espíritu mientras que otros son solo endurecidos por el. (Juan 12:40).

Así que las personas espirituales entienden las cosas del Espíritu, incluyendo símbolos, parábolas y sueños; aprende las cosas espirituales por Dios, tiene una respuesta emocional a ellas que encuentran su expresión mas profunda en el lenguaje del Espíritu, hablando verdades espirituales, en palabras enseñadas por Dios comparando lo espiritual a lo espiritual.

Resumen

Para Jesús e idealmente para el creyente lleno del espíritu, el modelo del proceso para el desarrollo de la vida emocional es como sigue:

1. Las cosas son percibidas en y por el Espíritu, para los creyentes con la mente de Cristo y con comprensión de símbolos y metáforas. Estos creyentes ven la vida desde la perspectiva de Reino.
2. Esta percepción es entonces pasada por varias creencias enseñadas al creyente por Dios.
3. Esto resulta en un estado emocional en el creyente – de regocijo, reverencia, maravilla, arrepentimiento, carga por los perdidos, etc.
4. Esto es mediado por la vida renovada – el templo lleno del Espíritu Santo que es el cuerpo del creyente y trasladado por medio de su temperamento natural – dado por Dios.
5. Finalmente la respuesta emocional es expresada en palabras enseñadas por el Espíritu edificando el cuerpo de Cristo y reflejando la mente de Cristo en el asunto.

Esto debe resultar en una profunda y poderosa vida emocional que esta alineada a las realidades del Reino y que puede expresar asuntos de Justicia y verdad tan bien como el cuidado y la compasión. Este Espíritu Santo produce vida emocional que clama por el perdido, se duele por el pobre y celebra el arrepentimiento de un solo pecador. Como Jesús debemos tener el valor que nos da el Espíritu Santo para que nos haga brillar como una personal radiante y llena de gracia para que las personas sientan el amor y la paz que esta en nosotros y conozcan en vasos terrenales habita un tesoro invaluable.

Los próximos dos capítulos prueban los cinco pasos anteriores antes de ponerlos en práctica en nuestra vida. Primeramente miramos a la vida emocional de los apóstoles, profetas y grandes líderes cristianos. Entonces examinamos la vida de cristianos carnales. En el caminar veremos si el modelo que hemos desarrollado funciona.

Preguntas para discusión:

1. ¿Cuales son los cinco pasos en el modelo de cinco pasos?
2. ¿Que había de especial en el cuerpo de Cristo?
3. ¿Que diferencia hizo el Espíritu Santo en la vida de Jesús?
4. ¿Como Jesús percibía la realidad diferente a otros?
5. ¿Como las creencia de Jesús afectaban o determinaban su comportamiento?
6. ¿Como es el lenguaje simbólico diferente del lenguaje que usamos normalmente? ¿Por que funciona?

La Vida Emocional de los Apóstoles, Profetas y Grandes Líderes Cristianos

(Hechos 13:22 LBLA) ... "HE HALLADO A DAVID, hijo de Isaí, UN HOMBRE CONFORME A MI CORAZON, que hará toda mi voluntad."

Si el resumen del capítulo anterior de la vida emocional del Cristiano parecido a Cristo es correcta, entonces esta predecirá la vida de muchos Cristianos parecidos a Cristo – y predecirá, en forma negativa, la vida de las personas carnales.

En este capítulo evaluaremos si la teoría de la Inteligencia Emocional Bíblica tiene validez al predecir la vida de grandes líderes Cristianos al ser aplicada, y en el próximo capítulo evaluaremos si predice la vida emocional de los cristianos carnales.

De acuerdo a nuestro modelo, las siguientes doce cosas deben ser reales para los apóstoles, profetas y grandes líderes cristianos.

Percepción

1. Deben ver el mundo diferente al resto de nosotros. Para ellos la perspectiva de reino es la única perspectiva.
2. Deben ser capaces de tiempo en tiempo ver los Corazones de los hombres y mujeres y hablar adecuadamente a su condición.
3. Deben hablar con sueños, visiones, y lenguaje simbólico. Deben estar listos para percibir lo profético y estar emocionados con las escrituras.

Creencias

4. Deben tener creencias que la cultura que los rodea no les enseñó o que oponen vehementemente, creencias que solo Dios les pudo haber enseñado.
5. Esas creencias deben darles un sentido de lo que es justo e injusto, como las que tuvo Jesús cuando limpió el templo, y crea un celo poco usual que los consume.
6. Estas creencias deben darles una serenidad y poder inusuales en situaciones de Crisis como Jesús en la tormenta.
7. Como resultado esas creencias deben razonar y ser atraídos hacia otras personas de gran fe, como Jesús con el centurión romano.

Emociones

8. Deben tener emociones profundas y vividas como las de Jesucristo.
9. Deben sentir que sus emociones son las emociones de Dios y estar alertas sobre lo que sienten y ser capaces de nombrarlas como Jesús hizo con Sus emociones. Deben ser personas de expresiones emocionales auténticas y poderosas – clamores, lagrimas, llanto, regocijo.

Naturaleza Física

10. Deben demostrar victoria sobre adicciones y tentaciones sexuales y tener una naturaleza física renovada con la que pueden expresar sus emociones en forma piadosa por medio de su cuerpo físico.

Expresión emocional

11. Estas emociones Justas deben llevarnos a tomar acciones como cuando Jesús fue movido por la compasión y esta lo hizo actuar. Las respuestas emocionales deben ser parte integral de una persona justa. No una vida desconectada, como las acciones de un actor o un hipócrita.
12. El curso de sus vidas deben demostrar una sabiduría creciente en la expresión de las emociones como si fueran enseñados por Dios en relación a como decir las cosas.

¿Estas doce predicciones pasan la prueba de las escrituras y el testimonio de los santos por las edades? ¿Son los grandes hombres y mujeres de Dios profundos y vividos emocionalmente? ¿Demuestran un sentido poco usual de justicia? ¿Ven la vida diferente? ¿Tienen creencias contra-culturales o tienen un poder y serenidad poco usual en las situaciones de crisis? ¡La respuesta es Si! De hecho, grandes hombres y mujeres de Dios son tan genuinos emocionalmente que los acusan de ser demasiado emotivos – desde Jeremías con sus lagrimas hasta John Wesley con sus predicaciones. ¡Lutero vio la vida tan diferente que la lanzo el pote de tinta de escribir al Diablo! ¡Isaías fue tan contra-cultural que estuvo tres años enseñando con su trasero al descubierto! (Isaías 20:1-3).

Probemos las predicciones de los héroes espirituales de Hebreos 11. Iré párrafo por párrafo comentando como ellos percibieron, creyeron y reaccionaron diferente. La versión Reina Valera .

(Hebreos 11:1-3 LBLA) Ahora bien, la fe es la certeza de lo que se espera, la convicción de lo que no se ve. (2) Porque por ella recibieron aprobación los antiguos. (3) Por la fe entendemos que el universo fue preparado por la palabra de Dios, de modo que lo que se ve no fue hecho de cosas visibles.

Estos héroes de fe vieron una realidad diferente que otros, tenían evidencia de cosas que no se veían y creían que el mundo visible se formaba de las percepciones de un mundo espiritual invisible.

(4) Por la fe Abel ofreció a Dios un mejor sacrificio que Caín, por lo cual alcanzó el testimonio de que era justo, dando Dios testimonio de sus ofrendas; y por la fe, estando muerto, todavía habla. (5) Por la fe Enoc fue trasladado al cielo para que no viera muerte; Y NO FUE HALLADO PORQUE DIOS LO TRASLADO; porque antes de ser trasladado recibió testimonio de haber agradado a Dios. (6) Y sin fe es imposible agradar a Dios; porque es necesario que el que se acerca a Dios crea que El existe, y que es remunerador de los que le buscan.

Los sistemas de creencia de estas personas eran diferentes y mas excelentes que los de sus contemporáneos fundados en las realidades espirituales que percibían.

(7) Por la fe Noé, siendo advertido por Dios acerca de cosas que aún no se veían, con temor preparó un arca para la salvación de su casa, por la cual condenó al mundo, y llegó a ser heredero de la justicia que es según la fe. (8) Por la fe Abraham, al ser llamado, obedeció, saliendo para un lugar que había de recibir como herencia; y salió sin saber adónde iba. (9) Por la fe habitó como extranjero en la tierra de la promesa como en tierra extraña, viviendo en tiendas como Isaac y Jacob, coherederos de la misma promesa, (10) porque esperaba la ciudad que tiene cimientos, cuyo arquitecto y constructor es Dios. (11) También por la fe Sara misma recibió fuerza para concebir, aun pasada ya la edad propicia, pues consideró fiel al que lo había prometido. (12) Por lo cual también nació de uno (y éste casi muerto con respecto a esto) una descendencia COMO LAS ESTRELLAS DEL CIELO EN NUMERO, E INNUMERABLE COMO LA ARENA QUE ESTA A LA ORILLA DEL MAR. (13) Todos éstos murieron en fe, sin haber recibido las promesas, pero habiéndolas visto y aceptado con gusto desde lejos, confesando que eran extranjeros y peregrinos sobre la tierra. (14) Porque los que dicen tales cosas, claramente dan a entender que buscan una patria propia. (15) Y si en verdad hubieran estado pensando en aquella patria de donde salieron, habrían tenido oportunidad de volver. (16) Pero en realidad, anhelan una patria mejor, es decir, celestial. Por lo cual, Dios no se avergüenza de ser llamado Dios de ellos, pues les ha preparado una ciudad.

Los grandes hombres y mujeres de Dios tenían creencias que les daban un sentido de justicia inusual que condenaban su generación. (ej. Noe) Sus creencias les dieron valor para estar contra la culture para buscar un reino celestial y ver la vida desde una perspectiva de reino.

(17) Por la fe Abraham, cuando fue probado, ofreció a Isaac; y el que había recibido las promesas ofrecía a su único hijo; (18) fue a él a quien se le dijo: EN ISAAC TE SERA LLAMADA DESCENDENCIA. (19) El consideró que Dios era poderoso para levantar aun de entre los muertos, de donde también, en sentido figurado, lo volvió a recibir. (20) Por la fe bendijo Isaac a Jacob y a Esaú, aun respecto a cosas futuras. (21) Por la fe Jacob, al morir, bendijo a cada uno de los hijos de José, y adoró, apoyándose sobre el extremo de su bastón. (22) Por la fe José, al morir, mencionó el éxodo de los hijos de Israel, y dio instrucciones acerca de sus huesos. (23) Por la fe Moisés, cuando nació, fue escondido por sus padres durante tres meses, porque vieron que era un niño hermoso y no temieron el edicto del rey. (24) Por la fe Moisés, cuando era ya grande, rehusó ser llamado hijo de la hija de Faraón, (25) escogiendo antes ser maltratado con

el pueblo de Dios, que gozar de los placeres temporales del pecado, (26) considerando como mayores riquezas el oprobio de Cristo que los tesoros de Egipto; porque tenía la mirada puesta en la recompensa. (27) Por la fe salió de Egipto sin temer la ira del rey, porque se mantuvo firme como viendo al Invisible. (28) Por la fe celebró la Pascua y el rociamiento de la sangre, para que el exterminador de los primogénitos no los tocara. (29) Por la fe pasaron el mar Rojo como por tierra seca, y cuando los egipcios lo intentaron hacer, se ahogaron.

Sus únicas creencias los llevaron a tener emociones como las de Jacob, adorando sobre su bastón. Con una inusual serenidad y valentía ante la presencia de un faraón enfurecido. Le dio la habilidad de ir contra las emociones humanas normales en el caso de Abraham sacrificando a su hijo Isaac.

(30) Por la fe cayeron los muros de Jericó, después de ser rodeados por siete días. (31) Por la fe la ramera Rahab no pereció con los desobedientes, por haber recibido a los espías en paz. (32) ¿Y qué más diré? Pues el tiempo me faltaría para contar de Gedeón, Barac, Sansón, Jefté, David, Samuel y los profetas; (33) quienes por la fe conquistaron reinos, hicieron justicia, obtuvieron promesas, cerraron bocas de leones, (34) apagaron la violencia del fuego, escaparon del filo de la espada; siendo débiles, fueron hechos fuertes, se hicieron poderosos en la guerra, pusieron en fuga a ejércitos extranjeros. (35) Las mujeres recibieron a sus muertos mediante la resurrección; y otros fueron torturados, no aceptando su liberación, a fin de obtener una mejor resurrección. (36) Otros experimentaron vituperios y azotes, y hasta cadenas y prisiones. (37) Fueron apedreados, aserrados, tentados, muertos a espada; anduvieron de aquí para allá cubiertos con pieles de ovejas y de cabras; destituidos, afligidos, maltratados (38) (de los cuales el mundo no era digno), errantes por desiertos y montañas, por cuevas y cavernas de la tierra. (39) Y todos éstos, habiendo obtenido aprobación por su fe, no recibieron la promesa, (40) porque Dios había provisto algo mejor para nosotros, a fin de que ellos no fueran hechos perfectos sin nosotros.

¡Finalmente vemos una maestría emocional y perspectiva de Reino que hombres y mujeres de fe enfrentaron tortura con la esperanza de tener una mayor resurrección ! Equilibrio, poder y paz y emociones poco usuales caracterizan estos héroes de la fe. Sus emociones los hacían vivir vidas justas y llevar a cabo acciones justas. No estaban sometidos a deseos adicciones o a impulsos de la carne, en su lugar ellos tenían emociones fuertes, que no variaban y que eran parte de la vida de Jesús.

¿Cual es la diferencia entre las personas demasiado emotivas y las personas que tienen emociones Vividas de Jesús y los profetas?

¡Buena pregunta! Comencemos esta investigación mirando a este cronista de la vida emocional – David el Salmista. He tomado un Salmo “sin mirar” –Salmo 30.

(Salmos 30:1-12 LBLA) Salmo. Cántico para la dedicación de la Casa. Salmo de David. *Te ensalzaré*, oh SEÑOR, porque me has elevado, y no has permitido que mis enemigos se rían de mí. (2) Oh SEÑOR, Dios mío, **a ti pedí** auxilio y me sanaste. (3) Oh SEÑOR, has sacado mi alma del Seol; me has guardado con vida, para que no descienda al sepulcro. (4) **Cantad alabanzas** al SEÑOR, vosotros sus santos, **y alabad su santo nombre**. (5) Porque su ira es sólo por un momento, pero su favor es por toda una vida; **el llanto** puede durar toda la noche, pero a la mañana vendrá **el grito de alegría**. (6) Y en mi prosperidad yo dije: Jamás seré conmovido. (7) Oh SEÑOR, con tu favor has hecho que mi monte permanezca fuerte; tú escondiste tu rostro, **fui conturbado**. (8) **A ti, oh SEÑOR, clamé**, y al Señor dirigí **mi súplica**: (9) ¿Qué provecho hay en mi sangre si desciendo al sepulcro? ¿Acaso te alabaré el polvo? ¿Anunciará tu fidelidad? (10) Escucha, oh SEÑOR, y ten piedad de mí; oh SEÑOR, sé tú mi socorro. (11) Tú has cambiado mi **lamento** en **danza**; has desatado mi cilicio y me has ceñido de **alegría**; (12) para que mi alma te **cante alabanzas** y **no esté callada**. Oh SEÑOR, Dios mío, **te alabaré** por siempre.

Estos doce versos nos dan un buen ejemplo de la vida emocional de David. ¿Cual es la diferencia entre la vida emocional de David y la vida inconsistente de algunos cristianos?

- Las emociones negativas eran temporales "el lloro durará una noche , pero el gozo viene en la mañana”
- Hay una resolución justa de las emociones, un dar gracias al final.
- Las emociones son primeramente dirigidas por Dios en forma privada y adecuada.
- Hay una amplia gama de emociones de gozo hasta de un espíritu turbado. El termostato emocional no se quedaba en una sola posición. Ej. Profunda tristeza o alegría constante.

- Hay una habilidad de ver a Dios en medio de todas las cosas – cantar alabanzas y dar gracias. La perspectiva espiritual no se pierde.
- No hay emociones ahogadas, son expresadas en términos espirituales “que mi alma te cante alabanzas y no este callada” .
- Hay arrepentimiento de falsas perspectivas y creencias. “en mi prosperidad dije, no seré movido” Cuando Dios reta a David, ser arrepiente de su auto-suficiencia. Las personas que están desbalanceadas emocionalmente hacen lo puesto y permanecen en sus perspectivas auto-desmotivantes.
- En la expresión de las emociones hay dignidad genuina y belleza. ¡Este salmo es poesía!

[Si esta área te interesa toma algunos salmos y explora su contenido emocional. Los hombres y mujeres de Dios por lo siglos los han valorado por que nos muestran la vida emocional de un creyente.]

Así que vemos una vasta diferencia entre las profundas, poderosas y nobles emociones de los santos y las ruidosas y agudas emociones de cristianos neuróticos. Las emociones de los santos tienen a Dios en el centro. Las de los neuróticos tienen al YO en el centro.

¿Que sobre los diferentes temperamentos?

La pregunta “¿Con que personaje bíblico te relacionas?” es interesante. Soy un clon miniatura del Pablo el apóstol compartiendo la impaciencia y su acercamiento intelectual de la fe. Otros dicen que como Pedro o Moisés o David o Jeremías o Amós. Tim La Haye hizo una importante contribución en el libro Temperamentos Transformados donde identifica cuatro tipos de personalidad Sanguíneo, Colérico, Melancólico y Flemático. Los que están familiarizados con los exámenes de personalidad de Myers-Briggs sabrán que hay cuatro categorías divididas en dieciséis sub tipos. Cualquiera que sea tu esquema, algo es obvio – hay una amplia variedad de tipos de personalidad. Dios usa las personas de todos los temperamentos en Su reino y designa ministerio y lugares para cada uno de ellos. El los llama, el complejo Tomás, el recto Pedro, Simón el Celote y los Hijos de Trueno, el pragmático colector de impuestos Mateo, el sofisticado Daniel que le ministró a Nabucodonosor mientras que el granjero Amós fue enviado a profetizar al Reino del Norte. Tener un alto nivel de Inteligencia Emocional Bíblica no significa que te parecerás a los demás, que serás una persona dulce, siempre sonriente, sin un cabello fuera de lugar. Existe una vasta gama de individualidad y excentricidad en el reino de Dios.

¿excentricidad? ¡Bueno los profetas no eran muy “normales”! Juan el Bautista vestía con pieles de camello y comía miel y lo veían como “excéntrico” como Elías, Ezequiel y personas como Sansón. Estas personas eran culturalmente distintos, pero no eran locos – ellos Vivían de manera diferente pues una realidad mayor les consumía.

Los diferentes temperamentos tienen diferentes usos en el reino de Dios. Bernabé era un gran motivador de los hermanos, las emociones de Pedro lo hicieron un gran predicador y evangelista, La mente aguda de Pablo lo ayudó a atender los detalles operaciones la teología en la vida de la iglesia, el temperamento místico de Juan apuntaba a estar involucrado en las profundas realidades espirituales que resultaron en maravillosas enseñanzas sobre la oración. Tito parecía que arreglaba todo desde nacimiento mientras que Timoteo era el pastor sensitivo y cuidadoso.

Dios usará tu temperamento básico que ha construido en ti - y aún mas, tus debilidades pues cuando eres débil entonces **ieres fuerte!** ¡Tu yo básico y renovado por Dios esta OK! Dios puede y lo usará y ha sido aceptado en Cristo Jesús (Romanos 14:7).

Ser aceptado no significa no ser cambiado. El Espíritu Santo tomará ciertas partes de tu temperamento emocional y lo refinará para que se a imagen de Jesucristo. Pablo maduró en tolerancia y amor, Pedro se hizo estable y confiado. Timoteo tuvo que sobrellevar su timidez y aprender a sufrir adversidades como buen soldado de Jesucristo. Mientras el Espíritu Santo te convence y te enseña y te ministra. Una lenta pero segura transformación tomara lugar que aumentará tu madurez en Cristo y tu utilidad para el Maestro. Encuentro Hebreos especialmente motivador - el hecho de que tengo un misericordioso y fiel sumo Sacerdote en los cielos que comprende mi debilidad e intercede por mi y un trono de gracia al que puedo ir por fortaleza y que me ayuda en tiempo de necesidad (Hebreos 4:12-16).

Emociones en Tiempos de Avivamiento

Si el Espíritu Santo actúa para redimir nuestras emociones para que sean como las de Jesucristo ¿Qué causa el exceso emocional en tiempos de avivamiento? ¿Puede el Espíritu Santo quien desea balance, santidad, sabiduría y verdad causar estas bizarras manifestaciones? Esta es una pregunta sumamente discutida y en años recientes ha venido a ser un tema controversial así que trataré de ofrecer algún comentario y resolución.

Primeramente, las emociones SI aumentan cuando Dios se mueve poderosamente en tiempos de avivamiento genuino. Recomiendo el libro “ La naturaleza del Avivamiento” una colección de escritos sobre los diarios de John Wesley, Charles Wesley George Whitfield resumidos y cambiados al ingles moderno por mi amigo Clare G. Weakley Jr publicado por Bethany House Publishers. Las entradas en este diario dan luz sobre la vida emocional de estos grandes hombres de Dios y los extraordinarios eventos de sus tiempos. Aquí hay algunos extractos tomados aleatoriamente.

P 84. John Wesley.. "El viernes todo Newgate sonó con los gritos de aquellos a quienes la palabra de Dios había cortado su Corazón. Dos de estos fueron llenos con gozo en un momento, para la sorpresa de aquellos que los observaban.”

P 85 John Wesley en relación a aquellos que se opusieron al avivamiento: " mientras leía la ultima pagina el cambió de color, se cayo de la silla, y comenzó a gritar terriblemente al golpearse contra el piso.. entre las dos y tres de la mañana entre y lo encontré en el suelo. El cuarto estaba lleno de gente a las que la esposa trataba de mantener fuera. El grito “!no deja que entren todos! ¡Deja que el mundo vea el justo juicio de Dios!” Dos o tres hombres trataban de aguantarlo. El inmediatamente fijo sus ojos en mi, extendió su mano y dijo “ ¡Hay este el que yo dije que era un engañador de las personas! ¡Pero Dios me ha corregido! Dije que era una mentira, pero no es mentira! (El fue eventualmente liberado del tormento...)

P 87 "Al estar enfatizando estas palabras "Estad quietos y ved que yo soy Dios”(Salmo 46:10), Dios comenzó a mostrar su mano, no en privado, sino en el aire ante mas de dos mil testigos. Uno y luego otro, y otros caían a tierra, con gran temblor ante la presencia del Poder de Dios. Otros gritaban fuerte y amargamente ¿que debemos hacer para ser salvos?"

Pocos avivamientos han sido sin gran emoción y el avivador Jonathan Edwards escribió un famoso escrito sobre “Afecciones Religiosas...” que establecen que las emociones son un producto de la gracia y no su blanco primordial. El blanco de un evangelista santo no es una audiencia emocional, sino una arrepentida y creyente.

Si las emociones expresadas tan poderosamente indican que hay esta ocurriendo un arrepentimiento y que las personas se encuentran con Dios y al tener sus almas transformadas, entonces esta es una buena emoción. Si es simplemente emocionalismo, sentimentalismo

manipulado y cosas similares y no hay una obra de Dios en acción y si las personas no se tornan verdaderamente de la oscuridad a la luz, entonces no hay recompensa.

Un avivamiento donde no hay emociones es como una boda sin alegría. Momentos como estos le ocurren a muchas personas que seguramente esta acompañado por gran expresión de emoción. Sin embargo cuando el énfasis está en las manifestaciones – las lágrimas, la risa, el caerse, etc., entonces nos desviamos del camino. La boda debe enfocarse en la novia y el novio y el avivamiento en Cristo y la transformación del creyente. Las emociones son solo parte y sección del proceso que no termina en si misma. En un capítulo mas adelante sobre el manejo de las emociones fuertes entro en el asunto del discernimiento con bastante detalle. Sin embargo pienso que debemos concluir esta breve sección diciendo que poderosas y bizarras emociones de avivamiento son excesos temporales que permite Dios, pero no promueve. Después de las emociones y los cambios la persona que ha sido tan poderosamente afectada, debería seguir viviendo una vida normal, balanceada, sabia, santa y santificada. Ellos no deben permanecer teniendo experiencias bizarras. Eso es inmadurez. Las personas maduras expresan amor y profunda sabiduría y control emocional.

Madurez cristiana y Emociones

Tuve la impresión como Nuevo cristiano de que se esperaba que mi entusiasmo se desvaneciera y que cuando “fuera maduro” tuviera emociones aburridas y respetables que parecieran una avena fría lanzada sobre un traje de franela color gris. ¿Es esta la clase de madurez que habla en las escrituras a los Efesios?

Efesios 4:13-15 LBLA hasta que todos lleguemos a la unidad de la fe y del conocimiento pleno del Hijo de Dios, a la condición de un hombre maduro, a la medida de la estatura de la plenitud de Cristo; (14) para que ya no seamos niños, sacudidos por las olas y llevados de aquí para allá por todo viento de doctrina, por la astucia de los hombres, por las artimañas engañosas del error; (15) sino que hablando la verdad en amor, crezcamos en todos los aspectos en aquel que es la cabeza, es decir, Cristo,

La madurez emocional cristiana envuelve estabilidad emocional – no somos “llevados de acá para allá... por todo viento de doctrina.” También implica “crecer” en todas las cosas y ser una persona que participe de la estatura y plenitud de Cristo. Mientras esto envuelve la estabilidad de Cristo también la pasión y el celo de Cristo (Juan 2:17, Tito 2:14) y Su habilidad para bendecir y cuidar. De hecho parte del propósito de nuestra redención es ser “celosos de buenas obras”.

(Tito 2:14 LBLA) quien se dio a sí mismo por nosotros, para REDIMIRNOS DE TODA INIQUIDAD y PURIFICAR PARA SI UN PUEBLO PARA POSESION SUYA, celoso de buenas obras.

La madurez no es la pérdida de emociones sino la educación de las emociones para que sean como las de Cristo y la persona madura es estable y celosa.

Las emociones de los niños están fuera de la madurez del Cristiano pero las emociones de Cristo están DENTRO. En el próximo capítulo veremos que emociones carnales se parecen, como son contrarias al proceso de Inteligencia Emocional Bíblica y como podemos ir mas allá de ellas y comenzar el proceso de “crecer en todas las cosas en El que es la cabeza – en Cristo.”

Preguntas de Discusión

1. ¿Piensas que el Rey David era demasiado emocional? Si o no, ¿Por qué?
2. ¿Que es diferente sobre las emociones de los grandes lideres cristianos?

3. ¿Que del avivamiento? ¿Como manejamos las emociione fuertes en las reuniones cristianas?
4. Regresa a las doce predicciones con las que comenzamos este capitulo; ¿como te sientes al leerlas y que imagen captas sobre como debe ser la vida de un cristiano?
5. ¿Como nuestras personalidades diferentes y temperamentos se acomodan con una cisión de las emociones que esta centrada alrededor de una persona – Jesucristo?
6. ¿Como crees que es la madurez cristiana?

La Vida Emocional del Cristiano Carnal

(1 Corintios 3:1-5 LBLA) Así que yo, hermanos, no pude hablaros como a espirituales, sino como a carnales, como a niños en Cristo. (2) Os di a beber leche, no alimento sólido, porque todavía no podíais recibirlo. En verdad, ni aun ahora podéis, (3) porque todavía sois carnales. Pues habiendo celos y contiendas entre vosotros, ¿no sois carnales y andáis como hombres? (4) Porque cuando uno dice: Yo soy de Pablo, y otro: Yo soy de Apolos, ¿no sois simplemente hombres? (5) ¿Qué es, pues, Apolos? Y ¿qué es Pablo? Servidores mediante los cuales vosotros habéis creído, según el Señor dio oportunidad a cada uno.

Vimos como el modelo de cinco pasos de emociones predice bastante bien la vida emocional del hombre y la mujer de Dios que están llenos del Espíritu. Ahora el modelo tiene como tema central que la madurez emocional se alcanza al enfocarte en Jesús, y modelar las emociones en relación a Jesús por medio del poder del Espíritu Santo. Es el Espíritu Santo quien renueva nuestras percepciones, creencias, emociones y cuerpos físicos y quien nos da sabiduría para expresar nuestras emociones en formas que son “enseñadas por Dios”. Vemos una correlación positiva entre lo que la teoría predijo sobre los grandes santos de Dios, que cooperaron con el espíritu y cambiaron emocionalmente, para ser seres de grandeza emocional. Si nuestro modelo pasa la prueba, entonces quienes resisten el Espíritu Santo, que no son espirituales, no deben ser seres de grandeza emocional. Sino que no están emocionalmente formados y son inmaduros. Si como predice nuestra teoría, el Espíritu Santo es esencial para nuestra formación emocional total, el Cristiano no espiritual deben estar incapacitados emocionalmente, o al menos ser bastante superficiales e indiferentes. Estos Cristianos no espirituales se les llama “Cristianos carnales” y este capítulo verá si nuestro modelo puede predecir como son y que lecciones podemos aprender de eso.

El Cristiano carnal está caracterizado por una impresionante falta de madurez espiritual al punto de que ellos no se les puede llamar personas espirituales. Los cristianos carnales se comportan como “meros hombres” y no se distinguen de la cultura que les rodea con sus acciones y reacciones. Usando nuestro modelo podemos nuevamente hacer varias predicciones sobre la vida emocional de aquellos que no dan al Espíritu Santo total señorío de su vida. Nosotros solamente reversamos las predicciones del capítulo anterior.

Percepción

1. Ellos verán el mundo generalmente en los mismos términos que su cultura. Para ellos la perspectiva de Reino es extraña y está mayormente centrados en sí mismos.
2. Serán incapaces de ver los corazones de los hombres y las mujeres y aún la empatía es rara. Ellos no hablan con certeza a la condición humana.
3. Ellos se turban por los sueños, visiones y el lenguaje simbólico. Les aburre lo profético y luchan con las escrituras.

Creencias

4. Generalmente tienen creencias que les enseñó la cultura que les rodea. No tienen creencias que se oponen con vehemencia a la cultura, y tienen pocas creencias que solo Dios le pudo haber enseñado.
5. Tendrán un débil sentido de lo que es justicia y lo que es injusticia y rara vez reaccionan al mal social. Ellos toleran la venta de aves en el Templo. El Cielo no es usual para ellos y hasta indeseable. Ellos no se consumen por los intereses del Reino.
6. No tienen dominio y poder en las situaciones de Crisis como Jesús en la tormenta, ellos se inclinan a la ansiedad.

7. No se identifican ni son emocionalmente atraídos a aquellos de gran fe. Se sienten mas cómodos con el mundo y con otros cristianos carnales.

Emociones

8. No tienen emociones profundas, vividas y estables como las de Jesús. Se caracterizan por tener sentimientos espirituales superficiales que varían con cada viento de doctrina.
9. No entenderán realmente que sus emociones son las emociones de Dios. Y usualmente no están al tanto de lo que sienten y son incapaces de nombrar sus emociones claramente. No son personas de expresiones emocionales auténticas.

Naturaleza Física

10. No demuestran Victoria sobre adicciones y tentaciones sexuales. Ellos fallan en expresar sus emociones de manera santa por medio de sus cuerpos físicos.

Expresión Emocional

11. Su expresión emocional rara vez les llevará a acciones justas. La compasión por los perdidos o los pobres es experimentada con rareza y no los mueve a la acción. Su emocionalismo esta desconectado de la realidad y son como emociones de un actor o un hipócrita.
12. El curso de sus vidas no será demuestra una creciente en la expresión emocional. Ellos van de mal en peor y son cada vez mas discordantes como “metal que resuena o símbalo que retiñe”, si continúan su vida como cristianos carnales.

¿Como compara esto con tu experiencia con cristianos carnales? Desafortunadamente ¡se parece mucho a mi experiencia con ellos! Ellos no crecen, de hecho usualmente van en retroceso espiritualmente. Veamos lo que dice el Nuevo Testamento sobre ellos.

En la referencia que abre este capitulo vemos a Pablo refiriéndose a la iglesia en 1 de Corintios como “carnal” bien, ¿y como es esto? La carnalidad de la iglesia se refleja en una larga lista de pecados muy serios – los primeros cuatro capítulos detallan división, orgullo intelectual y espiritual, separación y luchas internas. Los capítulos cinco y seis muestran que visitaban prostitutas, y se enfrascaban en inmoralidad sexual, e incesto, el capítulo siete discute el matrimonio, el divorcio y las bases del adecuado comportamiento sexual, los capítulos ocho al once corrigen el desorden relacionado con estar borrachos en la Cena del Señor, sin esperar los unos por los otros para que unos se quede con hambre mientras otros están llenos, y la participación en las festividades en los templos paganos y comer alimentos sacrificados a ídolos. Los capítulos 12-14 revelan la paganización de los dones espirituales y su uso en forma competitiva, falta de amor y caótica. En el capítulo 15 los vemos negando la resurrección y andando en un mayor error en relación a las doctrinas básicas. La iglesia sobre la que escribió Santiago ¡pudo ser peor! Ellos se asesinaban unos a otros (Santiago 4:2) y trataban al pobre con desprecio (Santiago 2). Ambas iglesias eran consideradas iglesias y a los recipientes se les llamaba creyentes y se les refería como a santos o escogidos (1 corintios 1:2).

Varias epístolas son dirigidas a iglesia con un buen número de cristianos carnales, estas son: Gálatas, 1 y 2 de Corintios, Tito, Hebreos y Santiago. En estas epístolas el lenguaje es extremadamente sencillo y hay muchas alertas sobre las consecuencias del pecado y el juicio de Dios (ej. Gálatas 5, Hebreos 6, 1 Corintios 5, 2 Corintios 12, y 13, etc.). En los primeros seis capítulos de esta epístola el escritor a los Hebreos llama a su audiencia en varias ocasiones inactivos, infructuosos, tardos para oír, inmaduros, como niños, y dice que negaron la salvación, en peligro de alejarse de la fe y endurecer sus corazones a la Palabra de Dios y al punto de tener “corazones incrédulos y malos”. En el capítulo 10 el escritor dice que niegan reunirse al punto de renunciar a la fe, regresando al pecado y siendo juzgados por el Dios viviente. ¡Esto es una imagen aterradora en verdad!

Los Cristianos Carnales están tan cerca a ser incrédulos que difícilmente se les diferencia de ellos. Tales Cristianos son caracterizados por la apatía, división, alejarse continuamente ¡y un muy bajo nivel de Inteligencia Emocional! Los cristianos carnales se “muerden y devoran unos a otros” (Gálatas 5:15) los Cristianos Carnales necesitan largas instrucciones en relación a lo básico de las relaciones humanas y afortunadamente la respuesta apostólica a esta necesidad hace nacer algunas de las mejores literaturas en el mundo que trata el tema de las relaciones incluyendo el famoso “capítulo del amor” en ¡ Corintios 13. Esto contrasta directamente con otras iglesias mas llenas del Espíritu como la de Tesalónica de quien Pablo dijo (1 Tesalonicenses 4:9 LBLA) Mas en cuanto al amor fraternal, no tenéis necesidad de que nadie os escriba, porque vosotros mismos habéis sido enseñados por Dios a amaros unos a otros.)

¿Donde está entonces el Espíritu Santo?

Todos los cristianos que verdaderamente han nacido de Nuevo reciben el Espíritu Santo como parte de las dinámicas de conversión y la formación del nuevo hombre en ellos que es Cristo en ellos, la esperanza de gloria. Así que todos estos Cristianos en Corintos, llamados “santos” por Pablo, se presume que tienen el Espíritu Santo. Pero son un desastre. Algo estaba realmente mal. Parece que hubo un malfuncionamiento en el camino. Su santificación se caía en pedazos; simplemente no estaba trabajando. El Espíritu Santo no estaba produciendo madurez, el fruto del Espíritu no era evidente. ¿Era culpa de Dios? ¿Se había dado por vencido con ellos? ¡Seguro que no! Ellos estaban haciendo algo que detenía al Espíritu Santo de hacer su voluntad en sus vidas. Ellos pecaban contra la presencia del Espíritu en sus vidas.

Esto nos hace preguntar ¿que le pasa al Espíritu Santo en la vida de los Cristianos nacidos de Nuevo que son carnales? En las culturas tribales se piensa que el Espíritu Santo se desvanece de ti cuando pecas. Esto no es una enseñanza Nuevo Testamentaria. El Espíritu Santo permanece con el Cristiano, pero se peca contra el. Algunos términos son usados: Entristecer (Efesios 4:30), apagar (1 Tesalonicenses 5:19) mentido (Hechos 5:4), puesto a prueba (Hechos 5:9), insultado / hacer afrenta (Hebreos 10:29), llevado a celo (Santiago 4:5), blasfemado (Mateo 12:31) y resistido (Hechos 7:51). En Judas las personas divisivas se les llama "que no tienen el Espíritu" (Judas 1:19). Brevemente veremos cada término para obtener mayor comprensión sobre la dinámica espiritual que ocurre al pecar contra el Espíritu Santo y su efecto en nuestra vida emocional.

Entristecer (Efesios 4:30) – por conflictos interpersonales innecesarios e inmaduros tales como la amargura, ira, calumnia, y malicia. El Espíritu es un Espíritu de amor y es contristado por lo que es opuesto al amor. El comportamiento carnal tales como la división y las disputas son anti-amor, y trae pena al Espíritu Santo quien esta constantemente tratando de hacernos madurar en amor.

Apagar (1 Tesalonicenses 5:18-21) – al rechazar los dones del Espíritu, especialmente la profecía. Esto implica que su fuego – Su actividad inspiracional en la profecía y el avivamiento es resistida – tal vez en nombre del orden, y “agua fría” es echada sobre intentos de ministrar en el poder espiritual.

Mentido (Hechos 5:4) - Ananías y Safira conspiraron en un acto de mentira financiera a los apóstoles. Esto no fue visto como mentirle a los hombres, sino como mentir al Espíritu Santo (Hechos 5:4) y resultó en que fueron sacados muertos.

Puesto a Prueba (Hechos 5:9) - nuevamente nos referimos a Ananías y Safira y a su prueba de la omnisciencia del Espíritu Santo al pensar que podían engañar a aquellos que estaban llenos con el Poder y la Unción.

Llevado a celos (Santiago 4:4-5 LBLA) ¡Oh almas adúlteras! ¿No sabéis que la amistad del mundo es enemistad hacia Dios? Por tanto, el que quiere ser amigo del mundo, se constituye enemigo de Dios. (5) ¿O pensáis que la Escritura dice en vano: El celosamente anhela el Espíritu que ha hecho morar en nosotros?

Un verso difícil de traducir. Se refiere a la amistad con el mundo, que se ve como adulterio espiritual y hace al Espíritu Santo celoso. Los sistemas del mundo y del Reino son opuestos. Amar a uno es hacer causar celos al otro y si amamos al mundo (y lo mundano, no de la manera que se expresa en Juan 3.16) hacemos enfurecer al Espíritu Santo. La mundanalidad es característica de Cristianos carnales y hace mucho daño a su relación con Dios.

Insultado/Afrentado/Despreciado (Hebreos 10:29): Se refiere a alguien que ha regresado del Cristianismo al judaísmo (o a otra religión) y dice que la obra del Espíritu de gracia en su vida no tuvo valor para ellos. Estos son apóstatas.

Los que no tienen al Espíritu (Judas 1:19): Se refiere a los falsos maestros que se unieron a grupos Cristianos y crearon división llevando a las personas lejos de sus grupos. Estos probablemente ni tan siquiera eran creyentes.

Resistido (Hechos 7:51): Se refiere al Judío incrédulos que apedrearon a Esteban y resistieron el testimonio claro del Espíritu Santo. Luego Dios le dice a uno de estos Judíos que le resistían “Saulo, Saulo, dura cosa te es dar coses contra el aguijón...” Este término no es usado para los creyentes.

Blasfemado (Mateo 12:31): Se usa en relación a aquellos Judíos incrédulos que profundamente resistieron al Espíritu Santo, que vieron el ministerio milagroso de Jesucristo como obra de Satanás y le atribuyeron Su Poder a Satán. Nuevamente nunca es usado en relación a los cristianos.

Las consecuencias emocionales de pecar contra el Espíritu Santo son horribles. Mientras mas pecan las personas contra el Espíritu Santo, mas detestables se vuelven. En los versos arriba los vemos hurtando, cometiendo homicidios, mintiendo, peleando y luchando. Al contristar al Espíritu Santo, apenarlo y resistirlo su amor se aleja y el odio tiene entrada.

¿Como ocurre esto? Un amor por cosas mundanas, un creciente resentimiento, coraje y maldad, disgusto hacia las profecías y los avivamientos, y un poco de deshonestidad con las finanzas aquí y allá, al tiempo la actividad del Espíritu Santo en la vida del creyente es reducida a un susurro y ellos se dirigen la puerta trasera de la fe hasta que esbozan el último insulto al rechazar el valor de Jesús de quien da testimonio el Espíritu Santo.

En respuesta a nuestra pregunta “¿Cuál es la relación entre el Espíritu Santo y el Cristiano carnal?” la relación es una de lucha y dolor. El Espíritu es contristado, hecho celoso, apagado y resistido. El busca traer al creyente carnal a un punto de arrepentimiento y cooperación con Dios. Sin embargo en las palabras del famoso libro de Campus Crusades “Como ser Llenos con el Espíritu Santo” (el que recomiendo), “el yo está en el trono”. El Cristiano carnal es “yo primero” un Cristiano llevado por sus propios deseos, y buscando sus propios intereses, teniendo su agenda personal. Cristo puede estar en sus vidas, pero no se le permite que la dirija totalmente. La batalla con el Espíritu Santo solo terminará cuando renuncien a su trono, y en su lugar, decidan colocar a Cristo en el trono, obedecer Sus mandamientos y ser dirigidos por el Espíritu no por sus propios deseos. Si piensas que esto puede aplicar a ti, ¿Por qué no consideras hacer una oración como la siguiente:

“Señor, lamento haber puesto al yo en el trono y dirigir mi vida de acuerdo a mis deseos en lugar de hacerlo de acuerdo a tu voluntad. Me arrepiento y te pido que Cristo este en el trono y en el cuarto de control de mi vida, que pueda ser gobernado por Sus deseos, y por el Espíritu Santo. Te pido que Tu me llenes con el Espíritu Santo y produzcas en mi un suave y obediente Corazón. En el nombre de Jesús. Amen.

El Bajo nivel de Inteligencia Emocional Bíblica de los Cristianos

El pobre control que los Cristianos Carnales tienen sobre su vida emocional se debe a su falta de operar con el Espíritu Santo y puede verse en:

Pobre Control de los Impulsos: Dándose a la inmoralidad sexual, borracheras y aún al desorden en la adoración.

Pobre Manejo de la Ira: El caso mas notable era el de Santiago que escribió a la congregación que se mataban unos a otros (Santiago 4:2) y los Gálatas que se “mordían y devoraban” unos a otros. (Gálatas 5:15)

Relaciones Desintegradas: Envidia, divisiones, peleas y contención. (1 Corintios 3:3)

Bajos Niveles de Motivación Personal: Son variadamente descritos como bestias malvadas y glotones perezosos (Tito 1:12-14), negligentes, tardos para oír, y en peligro de caer.

Inestabilidad: Siguiendo los "últimos" maestros de falsa doctrina si hablaban bien y son emocionalmente persuasivos (2 Corintios 11) y siendo llevados por todo viento de doctrina.

Falta de Empatía Básica y Compasión: Como decir a una persona que no tenía comida ni hogar "caliéntate y sé satisfecho" y ¡no hacer nada! O deshonrar al pobre haciéndolo sentar en lugares bajos en la iglesia (Santiago 2).

Una lengua tóxica: Chismes, calumnia, y cosas semejantes que son emociones fuera de control (Santiago 3).

Una personalidad Venenosa: Tales personas son descritas como “raíces de amargura que contaminan a muchos” como el emocionalmente rígido Diótrefes a que le gustaba “tener el primer lugar” y controlaba la iglesia. (3 Juan).

La Conclusión Obvia

Así que vemos que nuestro modelo de Inteligencia Emocional Bíblica predice adecuadamente percepciones desastrosas, creencias, acciones y reacciones de personas que son Cristianos Carnales. Vemos que el proceso que hemos definido adecuadamente predice emociones buenas y santas para aquellos llenos con el Espíritu y las negativas y llenas de odio para aquellos que resisten y contristan el Espíritu. Esto nos lleva a dos conclusiones. Primero, que nuestro modelo parece estar de acuerdo a la data bíblica y probablemente describe el proceso de desarrollo emocional y expresión. Mas importante, nos lleva a la conclusión de que el factor mas importante para un alto nivel de Inteligencia Emocional Bíblica es la obra del Espíritu Santo en la vida del creyente lleno del Espíritu y que coopera con el. Los que estén mas llenos del Espíritu tendrán mayor autenticidad emocional, los Cristianos que contristan al Espíritu son emocionalmente un desastre.

Sin embargo, los cristianos no caen nítidamente en estos dos campos, uno con maravillosas emociones y el otro con agudas, frágiles e inestables emociones. Esto es porque comenzamos en diferentes puntos. Algunos creyentes llenos del Espíritu Santo que tenga un pasado que fue emocionalmente difícil pueden tener mucho que aprender y crecer emocionalmente con respecto a sus emociones, pero ellos están en la dirección correcta. Con el tiempo, si se mantienen cercanos a Dios, ellos aprenderán y crecerán y serán mas parecidos Cristo en sus emociones. Esto parece haber sido el caso de Pablo quien pasó de ser muy abrasivo en sus primeros años a ser lleno de gracia en los últimos. Por otro lado, algunos muy mundanos y carnales cristianos tienen una hermosa herencia emocional de una amorosa familia Cristiana. Ellos parecen estar bien emocionalmente, pero con el tiempo, lenta pero seguramente, la desintegración emocional se asienta y generalmente viene a ser obvio a final de la media edad.

¿Que sobre los no-creyentes?

¿Que dice nuestro modelo sobre los no-creyentes? Generalmente los no-creyentes ni cooperan ni resisten la obra del espíritu Santo. Entonces la vida emocional de los no-creyentes debe estar normalmente distribuida alrededor de una mediana central que es menor que la media del cristiano lleno del Espíritu Santo, pero tal vez no tan bajo como un verdadero cristiano carnal. Ya

que el Espíritu no habita en los incrédulos, la gran obra interior del Espíritu no está presente y los niveles mas altos de una vida cristiana no están disponibles para ellos. Por ejemplo, no son generalmente capaces de amar a sus enemigos. Muestra que ellos pueden ser muy decentes y amorosos, ellos generalmente no tendrán el tremendo poder y vida, el “wow” que produce ser como Cristo. Esto profundo pulsante gozo es casi exclusivamente un trabajo de Dios en el creyente regenerado. Entonces nuestro modelo no se destruye por el hecho de que exista un buen no-cristiano ocasional.

Debemos también decir que Dios tiene Su preveniente y común gracia y que el Espíritu dará ayuda extra a cualquiera que desee vivir una buena, decente y amorosa vida y motive a los judíos, budistas, humanistas y existencialistas a ser decentes seres humanos. En estas personas muchos valores Cristianos serán encontrados en sus sistemas de creencias que son base para su vida emocional. Tales personas que están buscando lo bueno, pero no han encontrado a Cristo pueden estar emocionalmente bien al cooperar con Dios en cierta manera. Sin embargo el profundo poder de transformación del Espíritu Santo les faltará.

La Conclusión hasta Ahora

1. El modelo de cinco pasos predice con precisión el estado emocional de los cristianos carnales y los santos.
2. La autenticidad emocional es totalmente una obra del Espíritu Santo. Sin embargo, puede pasar hasta cierto nivel en aquellos no creyentes que la buscan como parte de la gracia común. Mas común es encontrar esta autenticidad en cristianos llenos del Espíritu quienes caminan en santidad.
3. La funcionalidad emocional y la autenticidad se manifiesta cuando la persona coopera con el Espíritu Santo, cuando El forma perspectivas y un sistema de creencias parecido al de Cristo en las personas.
4. Resistir la obra del Espíritu puede resultar en una catástrofe emocional.
5. Los cristianos que emocionalmente están sub-desarrollados, quienes permanecen cercanos a Dios y que pueden crecer madurar emocionalmente y están en contacto con sus emociones, como aparentemente le paso a Pablo.
6. Cooperar con Dios significa no entristecer o apagar al Espíritu Santo y cuidarse de la mundanalidad.

¿Hay Un Camino Rápido para Adquirir Una Alta Inteligencia Emocional Bíblica?

Obviamente ser llenos del Espíritu Santo y ser obedientes es un buen lugar para comenzar el crecimiento emocional. Sin embargo los cristianos también pueden trabajar directamente en sus emociones. Información sobre como hacer esto ha sido presentada en tres formas; primeramente Dios ha dado a Su Hijo para mostrarnos como son las verdaderas emociones santas, segundo El ha dado una revelación especial en las Escrituras y su descripción precisa de la vida emocional y el hombre interior, tercero el ha dado Su revelación natural a científicos quienes asidamente buscan la verdad sobre el crecimiento emocional y un alto nivel de inteligencia Emocional Bíblica. Eso nos lleva a la próxima sección del libro en la que trato cómo las emociones son formadas en nosotros, y lo que podemos hacer en relación a esto. Esta sección nos dará el conocimiento y las herramientas que necesitamos para trabajar nuestras percepciones de la realidad y nuestro sistema de creencias y como renovarlo y producir resultados parecidos a Cristo y emociones santas.

Preguntas de Discusión

1. ¿Cuáles son las consecuencias emocionales para un cristiano que decide no cooperar con la obra del Espíritu Santo?
2. ¿Cuales son los pecados contra el Espíritu Santo?
3. ¿Que clase de descripciones da la Biblia sobre los cristianos carnales?
4. Lea las doce predicciones al principio del capítulo. ¿Qué impresión te dan? ¿Qué dice sobre la razón por la que algunas iglesias experimentan problemas?
5. ¿Cuán importante es el Espíritu Santo en desarrollar la vida emocional del Cristiano?
6. ¿Por que pueden algunos no-cristianos tener un mejor estado emocional que algunos Cristianos? ¿Pueden los Cristianos emocionalmente torpes mejorar?

Parte Dos

Nuestro Ser Interior Y Nuestro Mundo Emocional

(2 Corintios 4:16 LBLA) Por tanto no desfallecemos, antes bien, aunque nuestro hombre exterior va decayendo, sin embargo nuestro hombre interior se renueva de día en día.

Nuestro “ser interior” no es constante, sino que para el cristiano lleno del Espíritu Santo es renovado cada día. Esta sección trata sobre como entender y cooperar con este proceso de renovación interior. Veremos como las emociones se levantan en el ser interior del Cristiano, en nuestro espíritu, alma y cuerpo. Veremos las diferentes formas que toman nuestras emociones y lo que las afecta y como podemos introducir cambios constructivos en ese proceso. Primeramente consideraremos funciones como percepción, creencia y voluntad. Cualquier explicación del ser interior y nuestras emociones, que será la mas comprensible, sana y balanceada, pero compleja. Porque, después de todo, somos complejos y de alguna forma incomprensibles hechos a la imagen de un complejo y totalmente incomprensible Dios (Romanos 11:28-30). Las emociones nacen de lo profundo de nuestro espíritu, de nuestro cuerpo, estar cansado o de los efectos o afectos de enfermedades, o medicamentos y otras, surgen de nuestras creencias y las determinaciones de nuestra voluntad. Podemos aún tener emociones conflictivas. El proceso que el Espíritu Santo toma en nosotros al transformarnos emocionalmente es ambos profundo, simple y definitivamente complejo. Espero que veamos ambas en los siguientes capítulos.

Percepción

(2 Corintios 5:7 LBLA) Porque por fe andamos, no por vista.

Percepción es la primera de cinco etapas de la Inteligencia Emocional Bíblica y por mucho la más compleja, por lo que le dedicaremos dos capítulos completos solo a esto. En este capítulo veremos la percepción y de la manera como esta fluye de nuestra postura hacia la vida, nuestra perspectiva de la vida, cómo vemos las cosas y cómo nos explicamos el mundo a nosotros mismos. Estas percepciones y explicaciones vienen a ser las cosas con las que formamos nuestras creencias, y de estas creencias fluyen las emociones. En el próximo capítulo veremos la percepción a sus niveles más profundos, en el espíritu humano, y cómo forma los fundamentos de y el armazón de nuestra personalidad. En orden lógico ese capítulo debería preceder el actual, pero he elegido poner el material simple primero y movernos luego a los más difíciles como una mejor estrategia de enseñanza. Ahora leamos.

¿Cómo las personas del tiempo de Jesús veían a Jerusalén? Un turista podía solo haber visto una ciudad polvorienta con un hermoso templo en medio de allá. Un mercader pudo haber visto una oportunidad económica. Un sacerdote pudo haber visto una comunidad religiosa y una oportunidad para el servicio prominente en el Templo. Una madre ansiosa pudo haberla visto como “la gran nube de humo” donde su hijo buscaba una oportunidad para encontrar trabajo. Roma la veía como un punto problemático y a ser guardada bajo estricto control, los discípulos en este tiempo veían a Jerusalén como una ciudad peligrosa con Herodes y otros tratando de matarlos (Lucas 13:30, Juan 11.16). Jesús veía a Jerusalén en términos de su hostilidad hacia los mensajeros de Dios.

(Lucas 13:34-35 LBLA) ¡Jerusalén, Jerusalén, la que mata a los profetas y apedrea a los que le son enviados! ¡Cuántas veces quise juntar a tus hijos, como la gallina a sus pollitos debajo de sus alas, y no quisiste! (35) He aquí, vuestra casa se os deja desierta; y os digo que no me veréis más, hasta que llegue el tiempo en que digáis: "BENDITO EL QUE VIENE EN NOMBRE DEL SEÑOR."

Su única perspectiva era una que veía las ciudades en términos de su respuesta espiritual y su actitud hacia la luz que recibían. Jesús, los apóstoles y los profetas todos tenían una única perspectiva hacia las personas, lugares y eventos. Ellos veían las cosas de modo diferente y veían las realidades en términos espirituales. En lugar del mundo ser un lugar caótico de eventos al azar, era un lugar planificado por un soberano y justo Dios. Para Jesús la primera realidad no era la económica, sino la espiritual – como una persona, o aun una ciudad se relaciona a Dios. Las personas espirituales, ven las cosas diferentes. Las personas espirituales tienen profundas perspectivas espirituales dentro de ellas. Ellos perciben las realidades a través de un par de gafas totalmente diferentes. Ellos ven el mundo “con la parte derecha hacia arriba”.

Cuando nuestras percepciones sobre la vida son equivocadas todo lo demás sale mal. Si percibimos la vida de manera aleatoria – no tendremos esperanza. Si nos percibimos que no somos amorosos – viviremos solos en la tierra. Si percibimos a otros como hostiles cuando en realidad son amigables – nos crearemos enemigos sin necesidad. En este capítulo debemos primero mirar al material secular que explica como nuestra perspectiva de la vida se forma. También veremos algunas técnicas seculares para arreglar errores comunes y ser optimistas y funcionales. Entonces cuando hayamos logrado lo que debamos, entonces veremos como ganar una perspectiva celestial y conocer la vida y la paz.

La perspectiva correcta de la vida puede calmar los temores, librarnos de la depresión, darnos paz y estabilidad, darnos gozo y esperanza, darnos empatía y compasión y darnos la habilidad para

planificar con sabiduría nuestro futuro. Primero debemos entender cómo nuestra perspectiva es creada, entonces podemos ver como puede ser totalmente redimida.

Explicándonos la Realidad a nosotros mismos

Un elemento clave en la creación de nuestra perspectiva es como nos explicamos la realidad a nosotros mismos. Poco a poco estas explicaciones vienen a ser nuestra historia sobre el mundo y como surgió y como es de la forma que es. Pronto comenzaremos a ver el mundo de la forma en que lo hemos imaginado que es, por medio de la historia que hemos construido de nuestras explicaciones sobre el mundo. El psicólogo Martín E.P. Seligman ha hecho muchos estudios sobre el “estilo explicatorio” de las personas y su libro “Optimismo Aprendido” (“Learned Optimism”) es excelente. Aquí esta mi resumen de doce puntos sobre esta enseñanza básica:

1. Optimismo y llenura de poder son lo opuesto a Pesimismo y Falta de poder.
2. Optimismo y pesimismo son aprendidas por las experiencias de la vida.
3. Experiencias forman creencias. Estas creencias entonces se combinan para producir perspectivas de la vida.
4. Las creencias que sacamos de las experiencias puede estar bien-fundamentadas o pobremente fundamentadas dependiendo de cómo nos explicamos las experiencia a nosotros mismos.
5. Podemos explicar las cosas de modo personal (siempre es nuestra falta) o externo (es algo de afuera).
6. Podemos explicar las cosas Pervasivamente (Es todo, en todo lugar) o Específicamente (esto solo es una ocasión).
7. Podemos explicar las cosas permanentemente (siempre será así) o temporeramente (es solo una vez).
8. Los estilos explicativos Personal, Pervasiva y Permanente producen creencias auto derrotitas y perspectivas negativas.
9. La perspectiva negativa se refleja en un diálogo personal negativo.
10. Las creencias auto-derrotistas que hemos formado pueden ser razonadas con nuestros pensamientos (diálogo personal negativo) y pueden ser disputadas o distraídas.
11. La demostración de evidencia contra nuestras creencia auto-derrotistas y atacándolas lógicamente puede lenta pero seguramente crear una visión mas optimista.
12. En ocasiones puedes “externalizar” la creencia escribiéndola en papel o hablando con un amigo.

Martín Seligman entonces nos muestra como podemos retar las perspectivas equivocadas y aprender a ser optimistas al escribir nuestros pensamientos y mirarlos lógicamente y a la luz de las tres P – Personal, Pervasivo y Permanente. De acuerdo a la investigación de Seligman los optimistas son mas saludables y tienen mejores vidas que los pesimistas. ¡Pero los pesimistas tienden a estar en lo correcto! Los pesimistas están correctos en sus conclusiones, pero incorrectos en su forma de vivir. Ellos no son felices, no son exitosos y no son saludables. Las tres formas claves con que los optimistas se vencen a ellos mismos es por medio de su estilo explicativo – vea los puntos 5-8 arriba. Por ejemplo, la forma en que explicamos las cosas a nosotros mismos determinará cuán rápido nos recuperamos de incidentes menores. Si tengo una discusión un amigo y entonces pienso “Soy terrible con las relaciones, siempre tendré discusiones con todos los que conozca, soy un completo perdedor” entonces seré infeliz y me mantendré infeliz por un tiempo. Por otro lado si después de la discusión pienso “Creo que estaba cansado, me sobrepondré a esto y mañana será un mejor día, no siempre exploto con las personas” entonces seré mas feliz y me recuperaré mas rápidamente.

Aplicación de Fe

Los cristianos también tienen estilos explicativos – que determinan su nivel de fe, su felicidad y su gozo. Las explicaciones pueden variar, desde “Dios me está castigando y siempre me castiga porque soy muy malo” a “El Diablo me hizo hacerlo”. Tenemos una perspectiva de fe habitual en la vida – y como los pesimistas en la investigación de Seligman podemos re-educarnos para tener un estilo explicativo más funcional y liberador y una perspectiva de fe. Esto es un proceso de tres fases.

La fase Uno es reconocer que nuestro estilo explicativo espiritual necesita ser reparado.

La fase dos es encontrar donde es que debe ser arreglado y

La fase tres es el trabajo de repararlo.

¿Necesita su estilo explicativo ser Reparado?

Haz al siguiente prueba para concientizar. No es un examen psicológico, solo una serie de preguntas para ayudarte a estar más alerta sobre la forma en que te explicas los eventos personalmente. Es solo una simple herramienta para diagnosticar y ayudar a darnos cuenta de lo que pensamos para poder arreglarlo. Por favor trata de ser honesto.

Contesta las siguientes preguntas poniendo los números 0 al 4 en el lugar correspondiente como sigue:

- 0 - Nunca pienso de esa manera
- 1- En ocasiones pienso así
- 2- Pienso de esa forma, pero no seguido
- 3- Frecuentemente pienso así
- 4- ¡Me atrapaste! Siempre pienso así

Hay cincuenta preguntas en dos secciones Explicaciones Personales (20) Y Explicaciones Espirituales (30) y diferente a muchas pruebas ellas están deliberadamente arregladas para hacer que los patrones sean obvios y puedas notar cómo estas pensando. Las áreas a ser examinadas incluyen las tres P- permanente, personal y pervasiva y un factor llamado “locus de control” que trata sobre que o quien ves en control – a ti mismo, a Dios, a otras personas, la suerte o al diablo. La sección teológica también trata con esto pero añade preguntas que prueban nuestra confianza en Dios y nuestra creencia en Su bondad y nuestra fe en Su palabra como parte de nuestro estilo explicativo espiritual.

Explicaciones Personales

Permanencia

- Después de cometer un error tiendo a pensar “este es el fin”.
- Siento como si nunca fuera a cambiar.
- Si tienes éxito te mantienes exitoso, si eres un fracaso, siempre serás un perdedor.
- Nada se puede hacer con la sociedad – esta determinada a ir de picada siempre.
- Nunca te recuperas de la bancarrota.

Locus De Control

- Creo que necesitas mucha suerte para tener éxito en la vida. El éxito es aleatorio.
- El mundo es un lugar impredeciblemente caótico y confuso así que no vale la pena tratar de hacer nada grande. Probablemente se dañará.
- Otros me hacen reaccionar. Mis emociones no están bajo mi control.
- No puedes hacer nada en relación al Gobierno.

- Si yo tengo ventaja en algo es porque los otros no trataron lo suficiente.

Pervasiva

- El mal esta en todo lugar y vino a quedarse. Todos los sistemas y las gentes son arruinados por el.
- Mi personalidad entera es disfuncional.
- Soy básicamente malo y si las personas me conocieran bien, me despreciarían o me odiarían.
- Usualmente sospecho de las personas y de sus malvados motivos.
- Todos los políticos son corruptos.

Personal

- Encuentro el fracaso deprimente porque refleja lo que soy.
- La razón por la que cometo errores es porque no puedo hacer nada bien.
- Cuando las personas llegan tarde a una reunión y me dicen que fue el tráfico, se que mienten. Esto significa que no soy importante para ellos.
- Cuando alguien no me devuelve la llamada, pienso que me está rechazando.
- Si fallo en un examen, significa que soy estúpido.

Ahora suma el total en cada sección:

Permanencia _____ Locus de Control _____ Pervasivo _____ Personal _____

¿Notaste algún patrón? ¿Donde tuviste el total mas alto?

Explicaciones Espirituales

Permanencia

- Mis pecados habituales estarán ahí para toda la vida.
- No puedes cambiar el mundo. Siempre será de esta forma.
- Es fácil pecar o fallar en la voluntad de Dios y los resultados son para toda la vida.
- Soy lo que Dios hizo en mi y no puedo cambiar.
- Se acabó, perdí, totalmente le fallé a Dios. Este es el fin.

Locus de Control

- Las cosas van mal porque Dios no esta realmente en control de mi vida.
- Satanás es muy poderoso a cargo de este mundo físico y de mis circunstancias.
- Debo salvar al mundo, el trabajo no puede hacerse sin mi.
- No soy responsable por mis acciones. Satanás me hace pecar.
- Claro que me da pánico en las crisis. Alguien tienen que hacer el trabajo de preocuparse – ¡ese soy yo!

Pervasivo

- El universo esta totalmente lleno de pecado y no puede ser disfrutado.
- Aún mis oraciones son abominación a Dios.
- Mi vida esta plagada de inconsistencias. No tengo esperanza.
- Todas las denominaciones están llenas con clérigos codiciosos.
- Los errores teológicos están en todo lugar.

Personal

- Fallo en memorizar versos bíblicos porque que soy totalmente no espiritual
- No he dirigido a nadie a Jesús, mi vida es un fracaso total.
- Eventos Buenos le ocurren a personas buenas, eventos malos a personas malas. Cuando me pasan cosas malas, debe ser mi falta.
- Experimento tentación porque soy pecador y malvado.
- La razón por la que mi familia no se salva es porque doy mal testimonio.

Enfoque Espiritual Trascendente

- Seguridad emocional y felicidad son casi imposibles si no se pueden pagar las deudas
- Cuando hablo de bendiciones me refiero a cosas tangibles en esta vida como una promoción o un auto nuevo o un buen día libre.
- Para mi, la aprobación de Dios y la del Pastor/Comunidad Cristiano son casi idénticas.
- Fácilmente me siento devastado por la crítica en la iglesia.
- Hace mucho que no oro fervientemente con expectativa de una respuesta.

La bondad e Dios

- La gente mala recibe las cosas buenas.
- La oración es para guerreros de oración, las personas promedio no reciben respuesta a sus oraciones.
- Mi vida es miserable y difícil pero no debo cambiarla, debo aceptarla como un castigo para formar mi carácter por mis pecados.
- Temo que si obedezco a Dios al máximo, El me hará un misionero totalmente pobre a la afueras de Uzbekistán (o algo similar).
- Lo mas seguro que puede hacer un cristiano es no esperar mucho de Dios.

Ahora suma los totales de cada sección:

Permanencia _____ Locus de Control _____ Pervasivo _____ Personal _____

Foco Espiritual Trascendente _____ Bondad de Dios _____

¿Notaste algún patrón? ¿Donde tuviste el total mas alto?

NOTA: Este No es un examen clínico y no debe ser usado como tal o como una herramienta de selección. Este es un instrumento para concienciar y fue diseñado par ayudar a individuos a estar mas al tanto de su estilo explicativo y ayudarles a traer a la superficie algunos asunto relacionados a esto..

Interpretando los Resultados

Si tienes 10 o mas en cualquier sección entonces puedes tener un problema en esa área. Esto NO significa que estas loco o que eres disfuncional. Significa que como muchas personas seria bueno que pasaras tiempo mirando tu perspectiva de la vida y trabajando en las emociones que te han llevado a ellas. ¿Tu perspectiva causa que estés fuera de control? ¿Tienes problemas creyendo en un Dios que es consistentemente bueno? Usa estos resultados para alertarte en áreas que necesites trabajar. Las perspectiva y creencias correctas proveen un fundamento firma para la salud emocional. Veremos mucho mas sobre esto la sección de creencias que sigue.

Una Dosis de Restaurador de Perspectiva

Cuando estuve en Balimo en la remota Provincia Oriental de Papua Nueva Guinea el misionero doctor allí, Dr. Kath Donovan nos habló sobre “tomar una dosis de Restaurador de Perspectiva” cuando las cosas se salían de control en la estación de la misión. Una dosis de restaurador de perspectiva era usualmente una pregunta provocativa o una declaración que nos hacia pensar nuevamente sobre nuestras miserias. En una línea similar de pensamiento, aquí hay algunas declaraciones provocativas que pueden ayudarte a retar las perspectivas disfuncionales que has identificado que tiene influencia en tu vida. Estoy seguro que entenderás la idea rápidamente.

Ideas de reto de Permanencia

- ¿Son tus circunstancias negativas permanentes o solo parecen serlo?
- ¿Cuán imposible es imposible? ¿Hay algo imposible para Dios?

- ¿Has salido de situaciones difíciles antes? ¿Puedes hacerlo otra vez?
- ¿No has cambiado y aprendido antes? ¿Puedes hacerlo otra vez?
- La desesperanza nunca viene de Dios. Es una mentira y una Decepción. El es el Dios de Esperanza.

Ideas de Reto Bajo Locus de Control

- ¿Hay al menos una cosa que PUEDES hacer para cambiar las cosas?
- ¿Quién está a cargo? Tu, otra gente, el Diablo o Dios...
- La suerte es la preparación encontrándose con la oportunidad. Haz tu suerte, preparando tus habilidades y buscando oportunidades.
- Satanás no está en control. Resiste al Diablo y el huirá. (Santiago 4:7)
- Tu no eres Dios – así que no eres responsable de todo. Sin embargo, tu eres tu y tienes responsabilidades. Cumple con ellas y deja que Dios maneje lo demás en el universo.

Ideas Retadoras de Maldad Pervasiva

- Tu no eres totalmente pecador si te preocupas sobre pecar. La gente que son totalmente pecadoras no se preocupan sobre el pecado.
- ¿Son todos los políticos corruptos? ¿Era Ghandi corrupto? ¿Era Abraham Lincoln corrupto? ¿Existen realmente iglesias buenas? ¿Ni tan siquiera una? ¿Esta absolutamente todo el mundo equivocado en su teología?
- ¿No ha logrado nada la obra redentora de Jesucristo en los últimos 2000 años? ¿No ha creado algún bien en alguna parte del mundo?
- ¿El diablo tan poderoso que puede arruinarlo todo? ¿No puede Dios preservar algunas cosas buenas y hermosas? ¿No puede una flor silvestre tener una excelente belleza?
- ¿No puede hacer Dios todas las cosas buenas en su tiempo? (Eclesiastés 3.11) ¿No puede El hacerte maravilloso y glorioso? (Romanos 8:28-31)

Ideas Retadoras sobre Todo lo que va mal es tu Responsabilidad Personal

- ¿Te has fijado que en ocasiones piensas que las personas te rechazan cuando de hecho ellos solo están ocupados o teniendo un mal día? ¿Podrías estar exagerando el grado de rechazo? Tal vez no es tan malo.
- ¿Es realmente tu falta? ¿Podrías ser circunstancias en las otras personas?
- Cuando pienses sobre ti mismo deja de usar terminología “absoluta” incluyendo palabras tales como: debo, tengo, siempre, nunca, y totalmente. Un error no te hace un “fracaso completo”.
- Cuando haya un problema enumera aquellos factores que puedes controlar y también los factores que no puedes controlar. Deja fuera el controlar a las otras personas y aún a Dios. No te sientas personalmente responsable por cosas que no puedes controlar. Entonces siéntete responsable y ataca con sabiduría aquellas cosas que puedes hacer.
- Deja de verte como el centro del universo con tantas cosas rodeándote. Alégrate con ser solo una de las criaturas de Dios, y un hijo o hija con pocas cosas que hacer.

Renovando el Enfoque Espiritual Trascendental.

- Caminamos por fe no por vista. No permitas que las cosas visibles como las cuentas y la crítica sean la única realidad.
- Espera grandes cosas de Dios. Trata grandes cosas para Dios. Lee Hebreos 11 y Mateo 6
- La Fe es usualmente “mas aprendida de otros que enseñada por otros” así que rodeate de personas que están llenas de fe.

- ¿Te has alejado de la fe? ¿Te has sentido profundamente decepcionado por Dios? ¿Te ayudaría hablar con un Pastor o consejero Cristiano?
- ¿Tienes preocupaciones genuinas sobre los Cánones de la Escritura, Milagros, evolución, etc.? Busca algún material e investiga sobre tus dudas y encuentra respuestas a tus genuinas preguntas intelectuales.

Creando en la Bondad de Dios

- Mira la bondad de Dios y como el provee para las aves. Como una buena amiga mía dice que nunca ha visto un ave “flaca”, Si Dios cuida de las aves – entonces ¡cuanto mas bien el te hará a ti!
- Recuerda todo lo que el Señor ha hecho por ti. Haz una lista de Su bondad y hazte recordar las cosas que el ha hecho. Recuerda su pasado amor por ti y recuerda que ¡el nunca cambia! ¡El es fiel!
- Pas un tiempo en el Salmo 23 y en Romanos 8. Canta himnos y pon música cristiana.
- Examina en tu pasado cosas como la limitaciones, crueldad y decepciones. ¿Estas proyectando tus experiencias – particularmente las de tu padre/ padres hacia Dios? Trata y separa estas dos, para que puedas ver a Dios por lo que El es verdaderamente y su constante amor y bondad y fidelidad. Párate y enfrenta esos sentimientos del pasado y recházalos en el nombre de Jesús. Tal vez debes buscar consejería.
- Quita el Yo del centro del escenario. En ocasiones dudamos de la bondad de Dios porque estamos demandando ciertas cosas – un compañero, salud, el regreso de un esposo/a divorciado, etc. Y el no nos ha contestado aun y estamos furiosos con Dios de que no cumple con nuestra agenda a nuestro tiempo. La bondad de Dios es mas grande aún que cumplir una simple demanda personal. Tu enfoque es muy angosto. Mientras que esperas por la respuesta a tu oración, mira como El te da días hermosos y Buenos amigos y el pan diario. Cultiva ser agradecido por lo que tienes en lugar de enfocarte en lo que no tienes.

Creando tu propia botella de Restauración de Perspectiva

Los terapeutas cognoscitivos han encontrado un proceso general para darte una dosis de restaurador de perspectiva. Los terapeutas cognoscitivos creen que bajo nuestras emociones difíciles hay pensamientos que alimentan esas emociones. Con cada incidente doloroso hay un pensamiento que lo hace doloroso y que mantiene el dolor, tal como “Nunca me recuperare de esto, mi vida esta arruinada para siempre”. Cuando estos pensamientos son corregidos, las emociones pierden su poder y pueden venir a estar bajo control. Las personas varían grandemente en los pensamientos que están bajo las emociones. Es por esto que una persona puede solo reírse de algo y otra lo toma muy seriamente. Bajo la persona A esta el pensamiento ‘Oh, eso no fue nada...’, bajo la persona B esta el pensamiento “esto es injusto, y horrible...” Nuestros pensamientos están bajo nuestro control y al cambiarlos podemos cambiar las emociones que ellos producen. Por ejemplo si cambias tus pensamiento de “Nunca superaré esto” a “algún día podré mirar atrás y reírme de esto”, entonces creas optimismo y das poder a tu vida. Muchas de las oraciones que nos lastiman simplemente no son verdad. De hecho si tomamos una buena mirada a ellas, en ocasiones parecen ilógicas. Un diálogo personal como “Todos me odian” generalmente no es verdadero. Es doloroso. Es falso y debe ser retado. Tu perspectiva es tu pensamiento en la situación y como cualquier pensamiento, puedes cambiarlo. Al cambiarlos, cambias las emociones resultantes. así que puedes sanarte a ti mismo de muchas emociones dolorosas, con solo trabajar una perspectiva de la vida que sea mas verdadera, balanceada y bíblica. ¿Cómo podemos hacer esto? El proceso de cinco pasos que continúa es un resumen de “Sintiéndose bien – una nueva terapia de modo de sentir” (*Feeling Good- A New Mood Therapy*) por David. M. Burns.

1. Encuentra un incidente reciente que te haya causado un poco de incomodidad.
2. Mira el sentimiento – nómbralo y escribe el sentimiento.
3. Trata de encontrar el pensamiento que esta bajo la emoción. Ej. “Siempre soy tan estúpido”
4. Disputa los pensamientos con hechos, Escritura, lógica y sentido común, hasta que tengas una perspectiva más funcional del evento.
5. Escribe los nuevos sentimientos que vienen con la nueva explicación.

Apliquemos este proceso a una situación Cristiana común – el rechazo en la puerta de la iglesia:

Incidente: Roberto va a dar la mano al pastor después de la iglesia, pero el pastor abruptamente se aleja porque vio al tesorero, quien quiere que firme un cheque. El Pastor da una de esas sinceras “sonrisas falsas” y se aleja. Roberto se siente menospreciado, herido y se deprime y enoja. Sin embargo Roberto se da cuenta de que el puede estar sobre actuando y piensa que tal vez una dosis de restaurador de perspectiva es necesario así que saca su diario espiritual y comienza a escribir...

Nombra el Sentimiento: Roberto escribe en su diario- "Me sentí rechazado, herido, menospreciado y si, esa es la palabra, menospreciado – como si no me apreciaran, como si no contara, como si no importara ¡y he estado en la iglesia por cinco años!

Encuentra el pensamiento escondido: El deliberadamente me descontó y sin importar que yo he esto en la iglesia por cinco años y me trataron como si fuera nadie.

Retar el pensamiento: Si, fue desconsiderado y falso pero no fue tan terrible. Gran parte del tiempo el es cortés conmigo y no debo tomar las cosas tan personalmente. Fue un error de él, pero eso no me quita valor o importancia. Soy importante sin importar que el Pastor me preste atención o no. Dios piensa que soy importante como para amarme, salvarme y morir por mí. Voy a regresar la próxima semana otra vez.

Escribe el nuevo sentimiento: Me siento más calmado y balanceado y me sorprende que haya reaccionado de esa manera. En ocasiones puedo ser súper sensitivo. ¡Estoy agradecido de haber tomado esa dosis de restaurador de perspectiva! Trataré nuevamente la próxima semana.

Bueno hasta aquí es lo más lejos que nos llevan los métodos seculares. La psicoterapia cognoscitiva como los trabajos de Beck, Seligman, Burns, Ellis y muchos otros, es muy bueno y generalmente bastante compatible con el método bíblico. Nos ofrece un alivio a nuestro dolor emocional, pero solo llega hasta cierto punto. No puede abrir nuestros ojos a realidades espirituales y tampoco puede producir los cambios de perspectiva repentinos en la totalidad de la persona que el Espíritu Santo puede hacer. Para ir más profundo y cambiar nuestra perspectiva debemos tornarnos a aquello que es únicamente espiritual y bíblico.

La Perspectiva del alma

Hay tres “lugares” en el hombre interior que pueden tener una perspectiva de la vida. Primeramente esta la mente, la parte racional de nosotros, que hemos discutido y a la que nos hemos referido lógicamente. Segundo esta la perspectiva del espíritu, como percibimos la vida y como los profetas ven el mundo. Esto será discutido en el próximo capítulo. Tercero está el alma. El alma es el lugar de vida y gozo y personalidad y juicios subjetivos y valores. Nuestra alma esta avivada por el espíritu que nos hace ser y vivir. El alma es también un lugar de emociones temporales y sin control de frustraciones diarias, de enamorarse, del gozo de una Buena comida o un bello atardecer, la sonrisa por una buena música, los sentimientos de una película. Puede ser el lugar de tempestuosas tormentas emocionales que necesitan ser calmadas. El alma puede estar arriba en un minuto y abajo al otro minuto. En contraste, el espíritu es un lugar de grandiosas y eternas emociones, de grandes alegrías y profundas tristezas. Esto lo discutiremos en el próximo capítulo.

Llevar el turbulento mundo del alma bajo control es una de las más arduas tareas de la vida Cristiana y resulta en lo que la Biblia llama paz. Paz es cuando el alma está en el estado que Dios quiere que esté. Paz puede ser llevada al alma, que es subjetiva, por medio de cosas como un atardecer o música sobre lo que William Congreve dijo “La música tiene el encanto de calmar un corazón salvaje” y que pareció funcionar así para Saúl. Sin embargo estos métodos son moralmente neutrales y no forman carácter ni tienen efecto a largo plazo. Necesitamos algo mejor. La pura lógica no funciona con el alma como funciona con la mente. “Porque el corazón tiene razones que la mente nunca conoce”.

La ley del alma es la ley de los parecidos. Nuestras almas se parecen a la gente que amamos, admiramos, o emulamos, o las personas que respetamos, vemos como autoridad, y obedecemos. Es por eso que los niños se parecen a los padres, los discípulos a sus maestros y los perros a sus dueños. La adoración y la autoridad modelan el alma. Nos parecemos a Jesús por medio de amarlo y obedecerlo. Entonces he encontrado cuatro métodos que nos pueden ayudar a traer paz al alma y a darle una dosis de restaurador de perspectiva. La adoración Cristo-céntrica, auto-exhortación, confesión positiva de la escritura (En su contexto)– y la memorización de la escritura.

Adoración Cristo - Céntrica

Alabanza, adoración y exaltación de Jesús modelan el alma de manera parecida a Jesús. Como un matrimonio que se adora mutuamente y llegan a parecerse el uno al otro, como un joven que adora a su padre, habla como su padre y camina como su padre y quiere ser como él cuando sea grande, así mismo la adoración que está enfocada en Jesús gradualmente nos hace parecernos a él. La adoración puede ayudarnos también a restaurar la perspectiva de la vida. Aquí hay algunos ejemplos del Salmo 73.

(Salmos 73:1-28 LBLA) Salmo de Asaf. Ciertamente Dios es bueno para con Israel, para con los puros de corazón. (2) En cuanto a mí, mis pies estuvieron a punto de tropezar, casi resbalaron mis pasos. (3) Porque tuve envidia de los arrogantes, al ver la prosperidad de los impíos. (4) Porque no hay dolores en su muerte, y su cuerpo es robusto. (5) No sufren penalidades como los mortales, ni son azotados como los demás hombres. (6) Por tanto, el orgullo es su collar; el manto de la violencia los cubre. (7) Los ojos se les saltan de gordura; se desborda su corazón con sus antojos. (8) Se mofan, y con maldad hablan de opresión; hablan desde su encumbrada posición. (9) Contra el cielo han puesto su boca, y su lengua se pasea por la tierra. (10) Por eso el pueblo de Dios vuelve a este lugar, y beben las aguas de la abundancia. (11) Y dicen: ¿Cómo lo sabe Dios? ¿Y hay conocimiento en el Altísimo? (12) He aquí, estos son los impíos, y, siempre desahogados, han aumentado sus riquezas. (13) Ciertamente en vano he guardado puro mi corazón y lavado mis manos en inocencia; (14) pues he sido azotado todo el día y castigado cada mañana. (15) Si yo hubiera dicho: Así hablaré, he aquí, habría traicionado a la generación de tus hijos. (16) Cuando pensaba, tratando de entender esto, fue difícil para mí, (17) hasta que entré en el santuario de Dios; entonces comprendí el fin de ellos. (18) Ciertamente tú los pones en lugares resbaladizos; los arrojas a la destrucción. (19) ¡Cómo son destruidos en un momento! Son totalmente consumidos por terrores repentinos. (20) Como un sueño del que despierta, oh Señor, cuando te levantas, despreciarás su apariencia. (21) Cuando mi corazón se llenó de amargura, y en mi interior sentía punzadas, (22) entonces era yo torpe y sin entendimiento; era como una bestia delante de ti. (23) Sin embargo, yo siempre estoy contigo; tú me has tomado de la mano derecha. (24) Con tu consejo me guiarás, y después me recibirás en gloria. (25) ¿A quién tengo yo en los cielos, sino a ti? Y fuera de ti, nada deseo en la tierra. (26) Mi carne y mi corazón pueden desfallecer, pero Dios es la fortaleza de mi corazón y mi porción para siempre. (27) Porque he aquí, los que están lejos de ti perecerán; tú has destruido a todos los que te son infieles. (28) Mas para mí, estar cerca de Dios es mi bien; en DIOS el Señor he puesto mi refugio, para contar todas tus obras.

El salmo refleja un tiempo de inestabilidad y crisis espiritual. El salmista dice “mis pies casi resbalaron”, “fue tan doloroso para mí”, “Mi corazón se llenó de amargura”, “yo era como una bestia delante de ti”. El había perdido toda perspectiva espiritual, estaba en un profundo dolor emocional, envidiaba la salud y el bienestar de los malvados y pensaba que era inútil ser justo. El estaba a punto de rendirse.

El punto de regreso viene cuando entra en el templo y en la presencia de Dios ve el destino de los malvados como realmente es - precario. Después de esto el Salmista confiesa su torpeza y se regocija en Dios diciendo “es bueno acercarse a Dios”. La adoración fue el punto crítico de retorno en la crisis espiritual. Al fijar su mente en Dios, adorarle y entrar en contacto con sus realidades espirituales, su alma y espíritu fueron sanados de la turbación interior y regresó una perspectiva adecuada de la vida.

Al adorar a Dios, su percepción de la realidad fue alterada en tres áreas. El cambió su percepción sobre el mundo, sobre si mismo y sobre Dios. En lugar de percibir que el malvado prospera, el ahora los ve en el borde de la destrucción. En lugar de ver su comportamiento como racional y justificado, ahora lo ve como equivocado y tonto. En lugar de ver a Dios como que no lo recompensa, se torna y dice “es bueno acercarse a Dios”. La verdadera adoración restaura al Salmista a la perspectiva correcta en su fe.

La adoración sincera funciona. La idolatría no funciona. La idolatría crea catástrofe emocional y nuestra alma se oscurece, limita, se hace supersticiosa e inestable. Si adoramos un ídolo, nuestra alma es reducida al nivel de la cosa que adoramos, sea una estatua, una roca, un árbol o un veloz auto. Así que nuestra adoración debe ser al Dios Vivo, en y por medio de Jesucristo, en el poder del espíritu Santo. La adoración en el espíritu y en verdad funciona porque estamos diseñados desde la Creación para experimentar vida y paz cuando nuestra mente esta puesta en Dios y admiramos al verdadero Dios en adoración y queremos ser como nuestro Padre en los Cielos.

Con todo lo que esta disponible hoy día, es posible adorar en nuestra casa leyendo la Biblia, con un buen *cassette* y algunos amigos. La oración y la adoración no necesitan estar en cierto edificio en cierto día, sino que debe ser en Espíritu y verdad. Ciertas practicas nos ayudan a cultivar una atmósfera de verdadera adoración en nuestra vida diaria. No quiero ser muy prescriptivo o legalista pues tenemos mucha libertad en Cristo, pero sin importar cuán libre somos, debemos mantenernos en Dios. Mi practica personal es tener tiempos de oración y meditación en la mañana y en la tarde. Y también tomo el “dar gracias” seriamente. Siempre oro antes de tomar los alimentos y me re-enfoco en Dios. Al trabajar tengo música cristiana de fondo. También encuentro de mucha ayuda leer cuidadosamente ciertos libros Cristianos bien seleccionados y de buena calidad. Hay otras prácticas, pero creo que han captado la idea. Cultivar constantemente la presencia de Dios se basa en fijar la mente en la verdad de Dios y adorar Su gloriosa naturaleza es uno de los secretos de mantener una dulce perspectiva y una percepción correcta de la vida.

Permítame añadir que también me gustaría ver un mayor enfoque en Jesucristo y no solo en la doctrina, o en la ética o aún en la Buena psicología cristiana. El pulpito en particular debe predicar a Cristo crucificado y regularmente llevar a la congregación a admirar a Jesús en Su vida, ministerio y naturaleza interior. Esta es la mas poderosa transformación de todas las predicaciones porque da a nuestra alma una imagen clara de Jesús.

Auto-exhortación

La siguiente sección esta basada en un excelente sermón del Dr. Daniel Tappeiner que tuve el privilegio de escuchar mientras atendía “Union Church” de Manila. Su sorprendente declaración era que tu puedes interactuar con tu alma e instruirla para que tome ciertos estados emocionales. Su texto era el Salmo 42 donde el Salmista, un hijo de Kore, se fijó en su estado emocional y eventualmente utilizó la auto-exhortación para conquistar su estado de ánimo.

Un proceso de dos etapas es usado para a) preguntar el valor de la emoción b) decirle que cambie. Primero, el salmista cuestiona el valor de su presente estado emocional que estaba lastimando su habilidad para dirigir la multitud en la procesión de adoración. “¿Por que te abates Oh alma mía”. Después que el salmista le da a su alma una repetida orden de cambiar su perspectiva y su

ánimo le dice “Espera en Dios... pues aún he de alabarle”. Esto eventualmente causa que triunfe y funcione nuevamente en el ministerio. En otras palabras el Salmista no solo aceptó su estado emocional, sino que lo corrigió al hablarle a su alma firmemente y traerla a su resolución funcional y bíblica.

El hablarse a uno mismo o dirigirse a su alma, parece extraño, y desarrollar una terapia en base a un solo Salmo es un poco extremo y he buscado si hay mas validez escritural para esto. ¡Y hay una sorprendente cantidad! He localizado un número de referencias bíblicas donde las personas interactúan directamente con su alma y algunas están listadas abajo. Estas interacciones incluyen hablar al alma o mandar al alma que haga algo. Siete referencias directas están enumeradas abajo y hay muchas mas parecidas, específicamente en los salmos (muchas de ellas en el tema familiar “bendice al Señor Oh alma mía”).

Jueces 5:21 LBLA El torrente Cisón los barrió, el antiguo torrente, el torrente Cisón. Marcha, alma mía con poder.

Salmos 25:1 LBLA Salmo de David. A ti, oh SEÑOR, elevo mi alma.

Salmos 42:4-6 LBLA Me acuerdo de estas cosas y derramo mi alma dentro de mí; de cómo iba yo con la multitud y la guiaba hasta la casa de Dios, con voz de alegría y de acción de gracias, con la muchedumbre en fiesta. (5) ¿Por qué te abates, alma mía, y por qué te turbas dentro de mí? Espera en Dios, pues he de alabarle otra vez por la salvación de su presencia. (6) Dios mío, mi alma está en mí deprimida; por eso me acuerdo de ti desde la tierra del Jordán, y desde las cumbres del Hermón, desde el monte Mizar.

Salmos 62:5 LBLA Alma mía, espera en silencio solamente en Dios, pues de El viene mi esperanza.

Salmos 77:2 LBLA En el día de mi angustia busqué al Señor; en la noche mi mano se extendía sin cansarse; mi alma rehusaba ser consolada.

Salmos 103:1-2 LBLA Salmo de David. Bendice, alma mía, al SEÑOR, y bendiga todo mi ser su santo nombre. (2) Bendice, alma mía, al SEÑOR, y no olvides ninguno de sus beneficios.

Lucas 12:19 LBLA "Y diré a mi alma: Alma, tienes muchos bienes depositados para muchos años; descansa, come, bebe, diviértete."

Así que vemos aquí que al alma se le está dando una orden de: ser fuerte, mirar a Dios, esperar en Dios, esperar calladamente en Dios, ser confortado, bendecir a Dios y finalmente (dice el tonto rico) pasarla bien. Todos estamos familiarizados con el hablarnos a nosotros mismos y animarnos. Sin embargo, la exhortación basada en las escrituras es mas sofisticada y mucho mas poderosa.

Con la exhortación basada en las escrituras te das poder para tomar responsabilidad sobre tu estado emocional y mandarlo a cambiar por autoridad divina. Usas esa autoridad para moldear tu alma. Cuando Débora la profetiza en Jueces 5:21 arriba dice, “Marcha alma mía, con poder” ¡ella no esta solo hablándose a si misma para darse ánimo! Ella esta celebrando una victoria divina sobre Císara y esta manteniendo una posición de Fe que el Dios que le dio la victoria entonces le seguirá dando victoria en el futuro para que ella pueda progresar y “marchar” con una expectativa confiada en la ayuda de Dios y la liberación. Bajo estas exhortaciones existe una profunda relación con Dios.

Así que aquí esta el proceso de como cambiar tu perspectiva usando la auto-exhortación basada en la Biblia:

1. **Reconocimiento:** Reconocer el estado de tu alma “por que te abates”.

2. **Cuestionamiento:** Decidir si es bueno y funcional. Si no es bueno y funcional entonces no lo aceptes. Decide qué debe ser corregido con firmeza y tráelo en línea con el Reino.
3. **Subir las escaleras:** Lleva tu alma ante el trono de Dios directamente o en oración y adoración.
4. **Mandar el cambio con firmeza:** Manda a tu alma a que cambie a una perspectiva mas bíblica con el trasfondo de la voluntad de Dios y propósitos de pacto.
5. Repite cuantas veces sea necesario.

Tomemos un caso de todos los días. *Te sientes deprimido por ninguna razón en particular. Solo te sientes solo y triste y comienzas a cuestionar la bondad de Dios. Te das cuenta que te estás desenfocando y perdiendo la perspectiva.*

Reconocimiento: "Me siento un poco deprimido y triste y estoy dudando de Dios".

Cuestionamiento: ¿Es esto útil y espiritual? ¡No! Es inútil y pensar de esta manera esta dañando mi relación con Dios.

Subir las escaleras: Dios, vengo ante tu trono y acepto que he estado desenfocado y deprimido y que mi alma no esta fijada en ti como debería estar.

Manda el cambio con firmeza: "Alma mía, ¡por que estas así! ¡Detente! Regresa y enfócate! ¡Regocíjate en el Señor siempre! ¡Eso es una orden!

Puede parecer extraño y dramático, pero lo creas o no, funciona. Una emoción dolorosa que esta fuera de foco y que no es apropiada, que no viene de paz, es usualmente un indicador de que nuestra alma no esta adecuadamente en línea con Dios, no esta fija en el Espíritu como debería estar. Este proceso solo sirve para llevar al alma a la posición correcta – estar fijada en Dios. Una vez esta puesta en Dios, entonces la vida y la paz fluirán de acuerdo con las promesas de Dios en Romanos 8:11 e Isaías 26:3. Hagamos otro ejercicio, esta vez una demostración mas extensa con el común y doloroso problema de los sentimientos de inferioridad:

Reconocimiento: "Me siento inferior y el dolor es intenso"

Cuestionamiento: "¿Por que me siento inferior?" No hay una buena razón y ahora me siento inferior, solo esta afectando mis emociones y dañando mis relaciones. Puedo ver que es solo algo del pasado. también puedo ver que no es importante hoy, no es verdad y no es funcional para hoy."

Subir las escaleras: Oh, Señor vengo ante ti ahora. Se que esta inferioridad es una mentira y que me amas, pero en este instante, esta mentira parece ser muy, muy real. Hazme recordar tu palabra y tu verdad para que pueda fijar mi mente en Ti. ¡No hay condenación para lo que están en Cristo Jesús! (Romanos 8:1). Dios no me condena y el es el único verdadero juez. De hecho, ¡El me trata como a su hijo! Algunas personas pueden pensar que soy inferior para ellos y puede que no sea tan bien parecido o importante o poderoso como ellos son, pero eso no me hace inferior en mi alma, mi interior y el verdadero yo. Yo he recibido la gracia de Dios. Estoy sentado en lugares celestiales con Cristo Jesús. Dios ha decidido mostrarme como trofeo de su gracia (Mateo 11:11-13, Efesios 2:6, 1:20 , 1 Corintios 6:1-3). ¡No soy inferior! ¡Estoy en el Reino de Dios! Gobernaré con Jesús (Apocalipsis 2) Gloria a Dios.

Da la orden con firmeza: ¡Ahora escúchame o alma mía! Escucha esta palabra y deja tus mentiras y tus quejas. Deja de decirme que no tengo valor. Eso no es cierto. Te mando a que creas la verdad del evangelio y que esperes en Dios y te instruyo a que creas en la justicia, pues ¡si eres justo no eres inferior! Cree en Dios ¡y regocíjate!

Esto no es solo un ejercicio mental es casi una conversación física tomando dominio del yo y cambiando la orientación de la vida. La persona se para fuera de si misma y del dolor y de las

circunstancias y toma una decisión de fe sobre lo que creará y como se sentirá. Ellos deciden entonces forzar la decisión de fe al referirse a la Palabra de Dios y aplicarla con toda la fuerza de su voluntad. Entonces el proceso que esta arriba mueve a la persona del dolor la paz al casi forzar si alma a aceptar la verdad de la Palabra de Dios. El Dr. Daniel Tappeiner recomienda caminar al hacer esto, diciéndolo en voz alta y con energía. Parece que requiere energía mover un alma que esta fuera de balance y ponerla en balance. Ahora, se que suena un poco raro, todo lo que te pido es que lo trates en privado y veas como te va. Trabaja, aunque sea poco convencional. Tomar control de ti mismo (en forma bíblica) es bueno para ti.

La Confesión Positiva De La Palabra En Su Contexto Adecuado

Con este método corregimos una perspectiva que esta fuera de balance al usar nuevamente la autoridad de las Escrituras. En este caso vigorosa y repetidamente tomamos la verdad de las Escrituras en su contexto. Al hacer esto estamos fijando nuestra mente en Dios y trayendo paz a nuestra alma. Desafortunadamente algunos han tomado esta práctica a extremos tontos y materialistas. Ellos confiesan las escrituras como un amuleto mágico para traer fortuna. Dejemos esa versión de esta práctica atrás y enfoquémonos en como usar esta confesión positiva de manera que traiga transformación emocional.

Aquí está como llevar a cabo una confesión positiva bíblicamente fundamentada:

- Reconozca el problema
- Busque la Biblia y entonces las Escrituras adecuadas y en su contexto
- Repítalas declarándolas como verdad

Veamos como podemos usar la confesión positiva de las Escrituras para tratar con una inadecuada y ansiosa perspectiva de la vida – como la de una persona que se preocupa de manera crónica.

Etapa Uno: Reconocer el problema “ Señor tengo un problema con la preocupación. Me preocupo demasiado por pequeñeces.”

Etapa Dos: Haz tu investigación y lo que las escrituras dicen sobre la preocupación:

Salmos 37:7-8 LBLA Confía callado en el SEÑOR y espérale con paciencia; no te irrites a causa del que prospera en su camino, por el hombre que lleva a cabo sus intrigas. (8) Deja la ira y abandona el furor; no te irrites, sólo harías lo malo.

Proverbios 12:25 LBLA La ansiedad en el corazón del hombre lo deprime, mas la buena palabra lo alegra.

Mateo 6:25-34 LBLA Por eso os digo, no os preocupéis por vuestra vida, qué comeréis o qué beberéis; ni por vuestro cuerpo, qué vestiréis. ¿No es la vida más que el alimento y el cuerpo más que la ropa? ... ¿Y quién de vosotros, por ansioso que esté, puede añadir una hora al curso de su vida? (28) Y por la ropa, ¿por qué os preocupáis? Observad cómo crecen los lirios del campo; no trabajan, ni hilan; ... Por tanto, no os preocupéis, diciendo: "¿Qué comeremos?" o "¿qué beberemos?" o "¿con qué nos vestiremos?" ... Por tanto, no os preocupéis por el día de mañana; porque el día de mañana se cuidará de sí mismo. Bástele a cada día sus propios problemas.

Mateo 8:26 LBLA Y El les dijo*: ¿Por qué estáis amedrentados, hombres de poca fe? Entonces se levantó, reprendió a los vientos y al mar, y sobrevino una gran calma.

Mateo 10:19 LBLA Pero cuando os entreguen, no os preocupéis de cómo o qué hablaréis; porque a esa hora se os dará lo que habréis de hablar.

Lucas 10:41 LBLA Respondiendo el Señor, le dijo: Marta, Marta, tú estás preocupada y molesta por tantas cosas;

Filipenses 4:6 LBLA Por nada estéis afanosos; antes bien, en todo, mediante oración y súplica con acción de gracias, sean dadas a conocer vuestras peticiones delante de Dios.

Etapa Tres: Cambia esto a una confesión positiva o auto-exhortación al citar las Escrituras o parafrasearlas en tus propias palabras y aplicarlas directamente a tu vida y circunstancias:

- Preocuparse no es efectivo y tampoco puede hacer uno de mis cabellos blanco o negro o añadir un codo a mi estatura. Es inútil y debo detenerlo ahora mismo.
- Jesús me ha mandado diciendo “ No te preocupes”. Es un serio mandato de Jesús y debo obedecerlo.
- Me relajaré y viviré un día a la vez como Jesús me dijo que hiciera. (Mateo 6:34)
- Dios ha prometido cuidar de mi si busco su reino y Su justicia. (1 Pedro 5:7, Hebreos 13:8-10, Mateo 6:33)
- Preocuparme solo me lleva a pecar. No haré nada que me haga pecar. Dejare de preocuparme ahora mismo. (Salmo 37).
- O repite la escritura misma como I Pedro 5:7, Filipenses 4:6,7 y Mateo 6:33,34.

La repetición y la voluntad son claves en la confesión positiva y es así con la siguiente técnica de Memorización de las Escrituras. Estando deliberadamente dispuesto a buscar las verdades de Dios y “alimentarte con ellas”. En parte es algo humilde hacerlo, porque reconoces tu naturaleza y la necesidad de tomar dominio casi “por la fuerza” y someterte a la verdad de la Palabra de Dios. El reconocer el problema, la búsqueda Biblia, la humildad y la sabiduría de tomar la naturaleza humana y el poder de enfocarse en las verdades de Dios, hace de la confesión de las Escrituras en su contexto una herramienta ponderosa para la corrección de nuestra perspectiva y renovación de nuestras percepciones.

Memorización de las Escrituras

Memorizar las escrituras es una forma en la que podemos fijar nuestras mentes en la verdad de la Palabra de Dios hasta que se “pegue” y sea memorizada. En el proceso ¡desarrollamos disciplina personal! La memorización de las Escritura puede ser una muy útil contribución a tener la mente renovada, un alma informada y una mas estable vida emocional. Es también un valioso restaurador de perspectiva y los versos bien memorizados pueden ser de mucha ayuda en nuestra vida. Navigators y otras organizaciones, producen tarjetas para memorizar las escrituras que son bastante útiles.

Conclusión del Capítulo

Hemos visto que nuestras percepciones de la realidad, y nuestras perspectiva en la vida, tienen mucho que ver con la manera en que reaccionamos emocionalmente. Podemos restaurar una mas funcional y divina perspectiva por medio de cambiar el estilo explicatorio que forma nuestra visión de los eventos y como la vida funciona. Podemos también cambiar la forma en que percibimos la vida al corregir las creencias equivocadas que se esconden bajo emociones dolorosas. En un nivel mas profundo podemos cambiar la percepción de nuestra alma y su estancia en la vida para que este fijada en Dios por medio de la auto exhortación bíblica, alabanza cristo céntrica, la confesión positiva y la memorización de las Escrituras. Al hacer estas cosas encontramos que nuestras emociones son mas constantes y mas divinas y que experimentamos mas y mas la vida y la paz y menos la depresión y la ansiedad. Estaremos en Dios con nuestra mente en el Espíritu con todas las bendiciones que esto trae. Pero hay una percepción mas profunda – la percepción espiritual y trataremos con ella en el próximo capítulo.

Preguntas De Discusión

1. ¿Cuál era la perspectiva de Jesús sobre Jerusalén? ¿Cómo difiere de las otras personas?
2. ¿Cuan importante es tener las percepciones y la perspectiva correcta en la vida?
3. ¿Cuales son las ‘tres P’ de nuestro estilo explicativo y como nos afecta emocionalmente?
4. ¿Como podemos tomar lo bíblico y lo eterno para que sea parte de nuestra perspectiva de vida para que aun cambia la manera en que vemos la realidad (como ocurrió a Jesús)?
5. ¿Te encuentra en ocasiones retando la bondad de Dios? ¿Qué te ocurre emocionalmente cuando haces esto?
6. Enumere tres técnicas para arreglar la perspectiva de la vida. ¿Cuál te gusta mas?

Percepción – En y Por el Espíritu

Marcos 2:8 LBLA *Y al instante Jesús, conociendo en su espíritu que pensaban de esa manera dentro de sí mismos, les dijo*: ¿Por qué pensáis estas cosas en vuestros corazones?*

Hechos 17:16 LBLA *Mientras Pablo los esperaba en Atenas, su espíritu se enardecía dentro de él al contemplar la ciudad llena de ídolos.*

El espíritu es el lugar de intuición, sueños, visiones y revelación y de la mas profunda intimidad y el conocimiento directo. Es la parte mas profunda de nuestra humanidad y el lugar donde “sabemos que sabemos...”. Las funciones principales del espíritu son la sabiduría, la percepción y el conocimiento.

La Biblia habla usualmente sobre nuestros ojos y oídos espirituales y la habilidad o falta de habilidad para percibir las cosas espirituales. El hombre espiritual de 1 Corintios 2:10-16 es la persona percibe con comodidad las cosas espirituales correctamente. En algunos lugares el NT hace la aparentemente extraña aserción de que sería buena idea si todos los cristianos fueran profetas. Lo que probablemente significa que todos los cristianos deberían ser personas de una correcta percepción espiritual y tener una profunda intuición de la realidad espiritual.

[Esto incluye sentir cual es la voluntad de Dios en la situación inmediata como hizo el profeta Agabo en el Nuevo Testamento (Hechos 11:28, 21:11,12). La considerable diferencia entre los profetas del antiguo Testamento y los del Nuevo Testamento esta bien presentada por los teólogos sistemáticos Wayne Grudem en su libro "El don de la Profecía". Nuevamente solo referiré al lector interesado a esta obra y continuaré.]

Lo que esta claro es que los Cristianos deben moverse de un lugar muy oscuro de percepción espiritual antes de la conversión a un lugar de abundante y correcta percepción espiritual.

Antes de la conversión – oscuridad:

1Corintios 2:14 LBLA Pero el hombre natural no acepta las cosas del Espíritu de Dios, porque para él son necedad; y no las puede entender, porque se disciernen espiritualmente.

2Corintios 3:13-16 LBLA y no somos como Moisés, que ponía un velo sobre su rostro para que los hijos de Israel no fijaran su vista en el fin de aquello que había de desvanecerse. (14) Pero el entendimiento de ellos se endureció; porque hasta el día de hoy, en la lectura del antiguo pacto el mismo velo permanece sin alzarse, pues sólo en Cristo es quitado. (15) Y hasta el día de hoy, cada vez que se lee a Moisés, un velo está puesto sobre sus corazones; (16) pero cuando alguno se vuelve al Señor, el velo es quitado.

2Corintios 4:3-4 LBLA Y si todavía nuestro evangelio está velado, para los que se pierden está velado, (4) en los cuales el dios de este mundo ha cegado el entendimiento de los incrédulos, para que no vean el resplandor del evangelio de la gloria de Cristo, que es la imagen de Dios.

Efesios 4:18 LBLA entenebrecidos en su entendimiento, excluidos de la vida de Dios por causa de la ignorancia que hay en ellos, por la dureza de su corazón;

Después de la conversión - abundante y universal revelación espiritual:

Hebreos 8:10-12 SRV Por lo cual, este es el pacto que ordenaré á la casa de Israel Después de aquellos días, dice el Señor: Daré mis leyes en el alma de ellos, Y sobre el corazón de ellos las escribiré; Y seré á ellos por Dios, Y ellos me serán á mí por pueblo: (11) Y ninguno enseñará á su prójimo, Ni ninguno á su hermano, diciendo: Conoce al Señor: Porque todos me conocerán, Desde el menor de ellos hasta el mayor. (12) Porque seré propicio á sus injusticias, Y de sus pecados y de sus iniquidades no me acordaré más.

1Juan 2:20 SRV Mas vosotros tenéis la unción del Santo, y conocéis todas las cosas.

1Juan 2:27 SRV Pero la unción que vosotros habéis recibido de él, mora en vosotros, y no tenéis necesidad que ninguno os enseñe; mas como la unción misma os enseña de todas cosas, y es verdadera, y no es mentira, así como os ha enseñado, perseveraréis en él.

Hechos 2:16-18 SRV Mas esto es lo que fué dicho por el profeta Joel: (17) Y será en los postreros días, dice Dios, Derramaré de mi Espíritu sobre toda carne, Y vuestros hijos y vuestras hijas profetizarán; Y vuestros mancebos verán visiones, Y vuestros viejos soñarán sueños: (18) Y de cierto sobre mis siervos y sobre mis siervas en aquellos días Derramaré de mi Espíritu, y profetizarán.

1Corintios 14:31 SRV Porque podéis todos profetizar uno por uno, para que todos aprendan, y todos sean exhortados.

Esta es verdaderamente una amplia transición en nuestra naturaleza. Vamos de ser ciegos espiritualmente y sin comprensión, a ser capaces de sentir las realidades espirituales y entenderlas y disfrutarlas. Aún podemos sentir las tan fuertemente que podemos edificar la Iglesia. Una total y nueva manera de ver las cosas se abre. Esto es variadamente llamado “ser vivificado en el espíritu”, “tener iluminados los ojos de nuestro entendimiento” o tener nuestros ojos y oídos espirituales “abiertos” a las realidades espirituales. Esta obra del espíritu Santo que es bastante independiente del intelecto humano (vea 1 Corintios 1-4). Algunas muy inteligentes personas están espiritualmente ciegos mientras que algunos simples entienden las cosas del reino. Jesús se regocijó en ver las personas simples entender las grandes realidades espirituales y ser obviamente enseñados por Dios.

Mateo 11:25 SRV En aquel tiempo, respondiendo Jesús, dijo: Te alabo, Padre, Señor del cielo y de la tierra, que hayas escondido estas cosas de los sabios y de los entendidos, y las hayas revelado á los niños.

Mateo 16:17 SRV Entonces, respondiendo Jesús, le dijo: Bienaventurado eres, Simón, hijo de Jonás; porque no te lo reveló carne ni sangre, mas mi Padre que está en los cielos.

Entonces la verdadera percepción espiritual que nos da posición y balance a la vida y es base para la verdadera estabilidad emocional, es un don de Dios. Mientras que la percepción espiritual es una obra soberana de Dios, también puede ser obtenida por medio de la oración (Santiago 1:5-8) y Pablo ora por revelación espiritual para los Cristianos en muchas de sus famosas oraciones en las epístolas.

Efesios 1:18 SRV Alumbrando los ojos de vuestro entendimiento, para que sepáis cuál sea la esperanza de su vocación, y cuáles las riquezas de la gloria de su herencia en los santos,

Filipenses 1:9 SRV Y esto ruego, que vuestro amor abunde aun más y más en ciencia y en todo conocimiento,

Colosenses 1:9 SRV Por lo cual también nosotros, desde el día que lo oímos, no cesamos de orar por vosotros, y de pedir que seáis llenos del conocimiento de su voluntad, en toda sabiduría y espiritual inteligencia;

Colosenses 2:2 SRV Para que sean confortados sus corazones, unidos en amor, y en todas riquezas de cumplido entendimiento para conocer el misterio de Dios, y del Padre, y de Cristo;

El pide por “toda sabiduría y entendimiento” para los colosenses y se va de rodillas por ello. El lugar principal donde debe comenzar nuestra exégesis bíblica es en nuestras rodillas, pidiéndole a Dios que abra Su Palabra en toda su sabiduría y conocimiento espiritual. Los comentarios tienen

su lugar, pero no son efectivos si la habilidad para percibir las cosas espirituales no esta allí para comenzar.

Sensitividad Espiritual e Inteligencia Emocional

Bien, ¿Que tiene que ver la sensitividad espiritual con nuestras emociones y nuestra Inteligencia Emocional Bíblica?

1. La sensitividad espiritual abre nuestros ojos al amor de Dios y nos permite ser Solidamente fundamentados como personas...

Efesios 3:16-19 SRV Que os dé, conforme á las riquezas de su gloria, el ser corroborados con potencia en el hombre interior por su Espíritu. (17) Que habite Cristo por la fe en vuestros corazones; para que, arraigados y fundados en amor, (18) Podáis bien comprender con todos los santos cuál sea la anchura y la longitud y la profundidad y la altura, (19) Y conocer el amor de Cristo, que excede á todo conocimiento, para que seáis llenos de toda la plenitud de Dios.

Para ser capaz de percibir el amor de Cristo para ser sembrados y cimentados en amor y aun ser llenos de toda la totalidad de Dios (esto amplía la mente, ¡Oh Dios que se haga realidad!) esta debe ser la final estabilidad emocional.

2. La percepción espiritual nos da la correcta pasión espiritual tal como Jesús admiraba a Jerusalén y la veían con su espíritu y reaccionaba con compasión. La correcta percepción espiritual nos hace ver los perdidos, nuestra iglesia y nuestra ciudad y nuestra nación a través de los ojos de Jesús. Experimentaremos una amplia variedad de emociones espirituales desde llorar por los perdidos hasta la indignación en relación a la crueldad y la dureza del corazón. Cualquiera sean nuestras emociones – será la emoción del espíritu, basado en la percepción del espíritu de la situación.

La sensitividad espiritual nos permite ser fundamentados en fe y el ámbito espiritual no por vista y razón humana y sentimientos. (Pues caminamos por fe no por vista). Moisés fue capaz de permanecer frente a las amenazas de un Faraón tirano por causa de su especial percepción espiritual. Hebreos 11:27 SRV Por fe dejó á Egipto, no temiendo la ira del rey; porque se sostuvo como viendo al Invisible. Tal como Moisés no temió al Faraón y todos los carros que los perseguían desde Egipto porque el podía “ver al Invisible”, la Inteligencia Emocional de la percepción espiritual nos permite discernir situaciones para que el temor y la ansiedad sean removidos de ellos. Bajo la presión y las pruebas vemos la presencia de un todo – amoroso Dios. Un Dios que esta obrando todas las cosas para nuestro bien (Romanos 8:28).

Ocasionalmente las personas de alta sensitividad espiritual recibirán una revelación que cambie la situación y tenga efecto no solo en sus emociones, sino en las emociones de todos los que estén involucrados. Por ejemplo la revelación de Pablo durante la tormenta en el mar: Hechos 27:19-26 SRV Y al tercer día nosotros con nuestras manos arrojamos los aparejos de la nave. (20) Y no pareciendo sol ni estrellas por muchos días, y viniendo una tempestad no pequeña, ya era perdida toda la esperanza de nuestra salud. (21) Entonces Pablo, habiendo ya mucho que no comíamos, puesto en pie en medio de ellos, dijo: Fuera de cierto conveniente, oh varones, haberme oído, y no partir de Creta, y evitar este inconveniente y daño. (22) Mas ahora os amonesto que tengáis buen ánimo; porque ninguna pérdida habrá de persona de vosotros, sino solamente de la nave. (23) Porque esta noche ha estado conmigo el ángel del Dios del cual yo soy, y al cual sirvo, (24) Diciendo: Pablo, no temas; es menester que seas presentado delante de César; y he aquí, Dios te ha dado todos los que navegan contigo. (25) Por tanto, oh varones, tened buen ánimo; porque yo confío en Dios que será así como me ha dicho; (26) Si bien es menester que demos en una isla.

La situación en los versos 19 y 20 es de tal desesperación que “toda esperanza de salvarnos se había perdido”. Entonces en el verso 22 un ángel aparece con una revelación de Dios a un espiritualmente sensible Pablo. La fe de Pablo en esta revelación causa que sea capaz de motivar a otros para que comiencen a actuar adecuadamente durante la crisis y tengan esperanza. Entonces la sensibilidad de Pablo al mundo espiritual hizo que fuera capaz de recibir una revelación que tendría un profundo efecto en las vidas de todos los que estaban a bordo.

Errores en la Percepción Espiritual y los efectos que pueden tener en la Vida Emocional de un Cristiano

Al hablar sobre errores en percepción no me refiero a discutir errores en doctrina - eso será cubierto en el capítulo de creencias. Este capítulo es sobre percepción, puntos de vista, punto de vista del mundo, perspectivas, etc. que están bajo nuestras creencias. Por ejemplo errores en la percepción espiritual incluyen ceguera – pero las creencias que resultan de tal ceguera son variadas. Si eres ciego a Dios y su salvación por medio de Jesucristo, entonces falsas creencias de todas formas y tamaños pueden levantarse en la oscuridad dentro de ti. Entonces el desorden de la percepción es el fundamento para el desorden de las creencias. En esta sección trataremos con lo que puede ocurrir cuando nuestro espíritu humano se agota y como esto distorsiona toda nuestra perspectiva en la vida.

Inhabilidad para Percibir lo Obvio: A esto se le llama “un espíritu de estupor” e implica que los que escuchan oyen pesadamente y no entienden las cosas espirituales. Aquellos a quienes se les habla en las epístolas se les llama “tardos para oír” y los judíos de la sinagoga fueron advertidos por Pablo:

Hechos 28:25-28 SRV Y como fueron entre sí discordes, se fueron, diciendo Pablo esta palabra: Bien ha hablado el Espíritu Santo por el profeta Isaías á nuestros padres, (26) Diciendo: Ve á este pueblo, y dí les: De oído oiréis, y no entenderéis; Y viendo veréis, y no percibiréis: (27) Porque el corazón de este pueblo se ha engrosado, Y de los oídos oyeron pesadamente, Y sus ojos taparon; Porque no vean con los ojos, Y oigan con los oídos, Y entiendan de corazón, Y se conviertan, Y yo los sane. (28) Séaos pues notorio que á los Gentiles es enviada esta salud de Dios: y ellos oirán.

Romanos 11:8 SRV Como está escrito: Dióles Dios espíritu de remordimiento, ojos con que no vean, y oídos con que no oigan, hasta el día de hoy.

Las personas que tienen “espíritu de estupor” “no entienden”. Ellos viven prácticamente sin visión espiritual aunque sean muy religiosos exteriormente. Su ellos son religiosos, tienden a ser tercos y rechazan a cualquiera que tenga un experiencia genuina espiritual. Emocionalmente ellos están en cero y tienen una perspectiva puramente humana de la vida.

Escuchando Espíritus Engañadores: Tal como el espíritu Santo es nuestro maestro, ¡Satanás es el engañador! Los espíritus pueden mentir y los Cristianos que les prestan mucha atención pueden venir a ser inestables espiritual y emocionalmente y pueden ser alejados de la fe.

1Timoteo 4:1-2 SRV Empero el Espíritu dice manifestamente, que en los venideros tiempos alguno apostatarán de la fe escuchando á espíritus de error y á doctrinas de demonios; (2) Que con hipocresía hablarán mentira, teniendo cauterizada la conciencia.

2Corintios 11:4 SRV Porque si el que viene, predicare otro Jesús que el que hemos predicado, ó recibiereis otro espíritu del que habéis recibido, ú otro evangelio del que habéis aceptado, lo sufrirais bien.

Mateo 24:4-13 SRV Y respondiendo Jesús, les dijo: Mirad que nadie os engañe. (5) Porque vendrán muchos en mi nombre, diciendo: Yo soy el Cristo; y á muchos engañarán. (6) Y oiréis guerras, y rumores de guerras: mirad que no os turbéis; porque es menester que todo esto acontezca; mas aún no es el fin. (7) Porque se levantará nación contra nación, y reino contra reino; y habrá pestilencias, y hambres, y terremotos por los lugares. (8) Y todas estas cosas, principio de dolores. (9) Entonces os entregarán para ser afligidos, y os matarán; y seréis aborrecidos de todas las gentes por causa de mi nombre. (10) Y muchos entonces serán escandalizados; y se entregarán unos á otros, y unos á otros se aborrecerán. (11) Y muchos falsos profetas se levantarán y engañarán á muchos. (12) Y por haberse multiplicado la maldad, la caridad de muchos se resfriará. (13) Mas el que perseverare hasta el fin, éste será salvo.

2Tesalonicenses 2:3-13 SRV No os engañe nadie en ninguna manera; porque no vendrá sin que venga antes la apostasia, y se manifieste el hombre de pecado, el hijo de perdición, (4) Oponiéndose, y levantándose contra todo lo que se llama Dios, ó que se adora; tanto que se asiente en el templo de Dios como Dios, haciéndose parecer Dios. (5) ¿No os acordáis que cuando estaba todavía con vosotros, os decía esto? (6) Y ahora vosotros sabéis lo que impide, para que á su tiempo se manifieste. (7) Porque ya está obrando el misterio de iniquidad: solamente espera hasta que

sea quitado de en medio el que ahora impide; (8) Y entonces será manifestado aquel inicuo, al cual el Señor matará con el espíritu de su boca, y destruirá con el resplandor de su venida; (9) A aquel inicuo, cuyo advenimiento es según operación de Satanás, con grande potencia, y señales, y milagros mentirosos, (10) Y con todo engaño de iniquidad en los que perecen; por cuanto no recibieron el amor de la verdad para ser salvos. (11) Por tanto, pues, les envía Dios operación de error, para que crean á la mentira; (12) Para que sean condenados todos los que no creyeron á la verdad, antes consintieron á la iniquidad. (13) Mas nosotros debemos dar siempre gracias á Dios por vosotros, hermanos amados del Señor, de que Dios os haya escogido desde el principio para salud, por la santificación del Espíritu y fe de la verdad:

Apocalipsis 16:13-14 SRV Y vi salir de la boca del dragón, y de la boca de la bestia, y de la boca del falso profeta, tres espíritus inmundos á manera de ranas: (14) Porque son espíritus de demonios, que hacen señales, para ir á los reyes de la tierra y de todo el mundo, para congregarlos para la batalla de aquel gran día del Dios Todopoderoso.

La decepción espiritual envuelve una clase de error opuesta a la dureza de corazón. Aquellos que son duros de corazón fallan en ver el bien mientras que los que son engañados espiritualmente fallan en ver el mal. La naturaleza carnal de los falsos profetas, sus mentiras, inmoralidad y lujuria por el dinero no es vista. La persona engañada no ama la verdad y no la busca. (2 Tesalonicenses 2:10,11). Sino que buscan señales y milagros y buenos sentimientos. Las promesas de salud y libertad significan mas para ellos encontrar la verdad sobre Dios y su Hijo Cristo. Ellos no se detienen a mirar al personaje principal, a mirar el fruto del árbol y siguen a lobos vestidos de ovejas. (vea Mateo 7, Juan 10, Hechos 20 y 2 Pedro). Aquellos que son engañados, a su vez engañan a otros que son mas inestables. Ellos son descritos como “nubes” y “llevados de aquí para allá” y sencillamente que tienen “ojos llenos de adulterio” (vea 2 Pedro 2:12 que continúa describiéndolos con gran colorido) La cura para la decepción espiritual es conocer y amar la Palabra de Dios, buscar la verdad, la doctrina básica y el carácter y probar los espíritus como en 1 Juan 4:1-5.

Inflación Espiritual

Este termino “inflación espiritual” fue usado por Carl Jung pero tiene buenos antecedentes bíblicos. El describe el efecto poderoso de encontrar repentinamente el ámbito espiritual en ciertos individuos quienes no lo han anteriormente. Faltándoles un fundamento adecuado en su ser interior para las cosas espirituales, son llevados a la deriva con nociones de espiritualidad. Ellos casi parecen inflarse como globos, viniendo a engordar con “ser espiritual”, y son usualmente grandiosos, glamorosos y frecuentemente pomposos. Sus palabras, que ellos estiman de gran valor, son generalmente de dudoso valor. Una elegante y breve descripción de la gente que se han “inflado” se encuentra en Colosenses. Tienen muchas palabras pero no tienen poder. Dicen conocer mas a Cristo, pero están totalmente lejos de El. ¡Completamente! Colocan su fe en “lo que conocen” sobre las cosas espirituales – que de acuerdo a Pablo, esto indica que no saben nada de nada. Pues no es el conocimiento que justifica, sino la fe que obra por el amor. Frecuentemente son licenciosos en su moral. Los corintios también parecen hacer tenido problemas con la inflación espiritual y estaban confiados en el conocimiento que tenían de las cosas espirituales.

Colosenses 2:17-19 SRV Lo cual es la sombra de lo por venir; mas el cuerpo es de Cristo. (18) Nadie os prive de vuestro premio, afectando humildad y culto á los ángeles, metiéndose en lo que no ha visto, vanamente hinchado en el sentido de su propia carne, (19) Y no teniendo la cabeza, de la cual todo el cuerpo, alimentado y conjunto por las ligaduras y conjunturas, crece en aumento de Dios.

1Corintios 4:17-20 SRV Por lo cual os he enviado á Timoteo, que es mi hijo amado y fiel en el Señor, el cual os amonestará de mis caminos cuáles sean en Cristo, de la manera que enseñé en todas partes en todas las iglesias. (18) Mas algunos están envanecidos, como si nunca hubiese yo de ir á vosotros. (19) Empero iré presto á vosotros, si el Señor quisiere; y entenderé, no las palabras de los que andan hinchados, sino la virtud. (20) Porque el reino de Dios no consiste en palabras, sino en virtud.

1Corintios 5:1-2 SRV DE cierto se oye que hay entre vosotros fornicación, y tal fornicación cual ni aun se nombra entre los Gentiles; tanto que alguno tenga la mujer de su padre. (2) Y vosotros estáis hinchados, y no más bien tuvisteis duelo, para que fuese quitado de en medio de vosotros el que hizo tal obra.

1Corintios 8:1-2 SRV Y POR lo que hace á lo sacrificado á los ídolos, sabemos que todos tenemos ciencia. La ciencia hincha, mas la caridad edifica. (2) Y si alguno se imagina que sabe algo, aun no sabe nada como debe saber.

Estar Espiritualmente Esclavizado a Reglas y Regulaciones: Esto se conoce como *espíritu de esclavitud y ataduras*:

Romanos 8:15 SRV Porque no habéis recibido el espíritu de servidumbre para estar otra vez en temor; mas habéis recibido el espíritu de adopción, por el cual clamamos, Abba, Padre.

Gálatas 4:6-11 SRV Y por cuanto sois hijos, Dios envió el Espíritu de su Hijo en vuestros corazones, el cual clama: Abba, Padre. (7) Así que ya no eres más siervo, sino hijo, y si hijo, también heredero de Dios por Cristo. (8) Antes, en otro tiempo, no conociendo á Dios, servíais á los que por naturaleza no son dioses: (9) Mas ahora, habiendo conocido á Dios, ó más bien, siendo conocidos de Dios, ¿cómo os volvéis de nuevo á los flacos y pobres rudimentos, en los cuales queréis volver á servir? (10) Guardáis los días, y los meses, y los tiempos, y los años. (11) Temo de vosotros, que no haya trabajado en vano en vosotros.

El espíritu de esclavitud es caracterizado por un deseo de observar “días y meses y temporadas y años” para usar aspectos de la Ley como la circuncisión, y están mas ocupados con las regulaciones dietéticas y leyes menores como el Sabat. (también vemos Colosenses 2 y 1 Timoteo 4 y Gálatas). Esto produce una santurróna rigidez. También produce el miedo, “espíritu de esclavitud otra vez para temer...” y un terror de infringir asuntos menores. Este temor puede ser tremendamente desestabilizador y en mi experiencia las fobias exageradas no son poco comunes en niños de pasados legalistas. Se ve lo peor en victimas de cultos donde se controla la mente, donde ocurren recuerdos. En personas que se recuperan de abuso espiritual y que salen del “espíritu de esclavitud” algunos niveles de libertad espiritual parecen ser pecaminosos inicialmente. Casi siempre tienen ataques de miedo al “romper una regla” sin importar cuán inocente – como ir a una película clasificada G, si todas las películas eran “del diablo”.

Un espíritu que no tiene Valor y que no es Asertivo: Pablo llama a esto un “*espíritu de temor*” y es contrarrestado avivando espíritu dentro de ti y al orar por denuedo como la iglesia lo hizo en Hechos 4. Parece ser mas común cuando hay un peligro real y persecución y la tentación es predicar el evangelio livianamente. Emocionalmente produce el deseo de alejarse del claro llamado de Dios en la vida y tiene una perspectiva de “seguridad primero”.

2 Timoteo 1:7 LBLA Porque no nos ha dado Dios espíritu de cobardía, sino de poder, de amor y de dominio propio.

Hechos 4:29-31 LBLA Y ahora, Señor, considera sus amenazas, y permite que tus siervos hablen tu palabra con toda confianza, (30) mientras extiendes tu mano para que se hagan curaciones, señales y prodigios mediante el nombre de tu santo siervo Jesús. (31) Después que oraron, el lugar donde estaban reunidos tembló, y todos fueron llenos del Espíritu Santo y hablaban la palabra de Dios con valor.

La timidez parece haber sido la aflicción de Timoteo y se le dice en varias ocasiones que “avive” el don de Dios, y que no permita que lo rechacen, que no tenga temor y que soporte las pruebas como fiel soldado de Jesucristo y así continúe. Esta exhortación parece haber funcionado porque Timoteo estuvo allí hasta el final, y de acuerdo a Hebreos aún soportó prisiones.

Otros Errores Espirituales

Abajo hay 22 referencias al espíritus humanos “dejando la verdad”. En cada una de ellas la perspectiva de la persona en la vida es profundamente afectada por su aflicción espiritual. En algunos casos un espíritu de celo, en otros la mala-voluntad. Otros sienten que son envenenados

en sus espíritus y la amargura llena su mundo. Algunas referencias parecen ser lo que podemos llamar “estados de ánimo” y algunos no las atribuirían a causas espirituales. Pero los antiguos Griegos – quienes inventaron el término “mood” (estados de ánimo) pensaban que estos estados de ánimo eran influenciados por fuerzas en el ámbito espiritual. Ellos hasta clamaban a ciertos dioses cuando deseaban ciertos estados de ánimo (vea Teocritus “Idylls”). Los estados de ánimo parecen ser espirituales en que tienen la tendencia de venir sobre nosotros abiertamente, nos dominan por un tiempo y entonces nos dejan repentinamente. Entonces hay algunas ataduras espirituales entre el espíritu humano y los estados de ánimo y esa conexión en ocasiones se encuentra en estos versos. El espíritu humano es complejo e interactúa con la persona, con Dios y con varias entidades en la totalidad del ámbito espiritual. [Entraré y rodeare los versos abajo que mencionan al Señor enviando espíritus malignos a alguien y solo diré “¡Busca un comentario Bíblico!”] el punto que quiero que entiendas es que las emociones pueden fluir de nuestro espíritu humano, y que este puede salir de balance debido a una gran variedad de factores (veremos cuatro principales) y que muchas de estas emociones discordantes están fundamentadas en nuestras perspectivas espirituales y percepciones desbalanceadas.

1. **Un espíritu de Celos:** Números 5:14 SRV Si viniere sobre él espíritu de celo, y tuviere celos de su mujer, habiéndose ella contaminado; ó viniere sobre él espíritu de celo, y tuviere celos de su mujer, no habiéndose ella contaminado;
2. **Un espíritu Endurecido y Obstinado:** Deuteronomio 2:30 SRV Mas Sehón rey de Hesbón no quiso que pasásemos por el territorio suyo; porque Jehová tu Dios había endurecido su espíritu, y obstinado su corazón para entregarlo en tu mano, como hoy.
3. **Un espíritu de Rencor:** Jueces 9:23 SRV Envío Dios un espíritu malo entre Abimelech y los hombres de Sichém: que los de Sichém se levantaron contra Abimelech:
4. **Un espíritu de Pena:** 1Samuel 1:15 SRV Y Ana le respondió, diciendo: No, señor mío: mas yo soy una mujer trabajada de espíritu: no he bebido vino ni sidra, sino que he derramado mi alma delante de Jehová.
5. **Un espíritu de Dolor :** 1Samuel 16:14-16 SRV Y el espíritu de Jehová se apartó de Saúl, y atormentábale el espíritu malo de parte de Jehová. (15) Y los criados de Saúl le dijeron: He aquí ahora, que el espíritu malo de parte de Dios te atormenta. (16) Diga pues nuestro señor á tus siervos que están delante de ti, que busquen alguno que sepa tocar el arpa; para que cuando fuere sobre ti el espíritu malo de parte de Dios, él taña con su mano, y tengas alivio.
6. **Un espíritu Malhumorado:** 2Reyes 21:5 SRV Y edificó altares para todo el ejército del cielo en los dos atrios de la casa de Jehová.
7. **Un espíritu Envenenado :** Job 6:4 SRV Porque las saetas del Todopoderoso están en mí, Cuyo veneno bebe mi espíritu; Y terrores de Dios me combaten.
8. **Un espíritu Angustiado:** Job 7:11 SRV Por tanto yo no reprimiré mi boca; Hablaré en la angustia de mi espíritu, Y quejaréme con la amargura de mi alma.
9. **Un espíritu que Hace Frente a Dios:** Job 15:13 SRV Pues haces frente á Dios con tu espíritu, Y sacas tales palabras de tu boca?
10. **Un espíritu Quebrantado:** Job 17:1 SRV MI ALIENTO está corrompido, acórtanse mis días, Y me está aparejado el sepulcro.
11. **Un espíritu Precipitado que no Resiste:** Job 32:18 SRV Porque lleno estoy de palabras, Y el espíritu de mi vientre me constriñe.
12. **Un espíritu Infiel:** Salmos 78:8 SRV Y no sean como sus padres, Generación contumaz y rebelde; Generación que no apercibió su corazón, Ni fué fiel para con Dios su espíritu.
13. **Un espíritu que es Abrumado por Problemas:** Salmos 142:3 SRV Cuando mi espíritu se angustiaba dentro de mí, tú conociste mi senda. En el camino en que andaba, me escondieron lazo.

14. **Un espíritu que Falla:** Salmos 143:7 SRV Respóndeme presto, oh Jehová que desmaya mi espíritu: No escondas de mí tu rostro, Y venga yo á ser semejante á los que descienden á la sepultura.
15. **Un espíritu Arrogante:** Proverbios 16:18 SRV Antes del quebrantamiento es la soberbia; Y antes de la caída la altivez de espíritu.
16. **Un espíritu Incontrolable:** Proverbios 25:28 SRV Como ciudad derribada y sin muro, Es el hombre cuyo espíritu no tiene rienda.
17. **Un espíritu Perverso:** Isaías 19:14 SRV Jehová mezcló espíritu de vahído en medio de él; é hicieron errar á Egipto en toda su obra, como desatina el borracho en su vómito.
18. **Un espíritu de Sueño Profundo:** Isaías 29:10 SRV Porque Jehová extendió sobre vosotros espíritu de sueño, y cerró vuestros ojos: cubrió vuestros profetas, y vuestros principales videntes.
19. **Un espíritu Errante o Descarriado:** Isaías 29:24 LBLA Los descarriados de espíritu conocerán la verdad, y los murmuradores aceptarán instrucción.
20. **Un espíritu Abatido:** Isaías 61:3 LBLA para conceder que a los que lloran en Sión se les dé diadema en vez de ceniza, aceite de alegría en vez de luto, manto de alabanza en vez de espíritu abatido; para que sean llamados robles de justicia, plantío del SEÑOR, para que El sea glorificado.
21. **Un espíritu Quebrantado:** Isaías 65:14 SRV He aquí que mis siervos cantarán por júbilo del corazón, y vosotros clamaréis por el dolor del corazón, y por el quebrantamiento de espíritu aullaréis.
22. **Un espíritu Meramente Humano:** Ezequiel 13:3 SRV Así ha dicho el Señor Jehová: Ay de los profetas insensatos, que andan en pos de su propio espíritu, y nada vieron!

Esta data bíblica puede ser incomoda para muchos de pasados altamente racionales. Sin embargo, el ámbito del espíritu humano necesita ser explorado si vamos a entender la persona humana. Después de todo, nuestro espíritu es la parte mas profunda que tenemos. Sin perdernos en todos los detalles veamos si podemos sacar algunos principios generales:

- El espíritu humano tiene una amplia gama de emociones. No es una parte fría, analítica y sin emociones del ser humano. De hecho el espíritu genera las mas profundas y poderosas emociones que conocemos.
- La visión fundamental de la vida de una persona fluye de su espíritu y cuando el espíritu es afectado, esto afecta las acciones de la persona completa.
- El espíritu es vulnerable y puede ser dañado. La circunstancias de una vida traumática e intenso sufrimiento puede quebrantar el espíritu o causar que sea sobrecogido.
- La persona tienen un nivel de control sobre su espíritu y esto es algo bueno y deseable. Una persona que no tiene control sobre su espíritu tiene problemas al mantener limites adecuados (Proverbios 25:28)
- El ámbito del espíritu humano esta sujeto a cambios. Los estados de animo parecen estar relacionados con un estado temporero del espíritu humano.
- Dios puede cambiar cambios tanto positivos como negativos en el espíritu humano. En Isaías espíritu abatido es cambiado por mantos de gozo. En el caso del rey Saúl el cambia de ser ungido con el espíritu Santo a ser atormentado por un espíritu de dolor.

Las Cuatro causas de los Problemas con el espíritu humano

Para minar la data antes mencionada un poco mas, he encontrado que la anterior es una lista de problemas espirituales que pueden categorizar se en cuatro categorías fundamentales basadas en lo que las causa. Las cuatro causas principales de los problemas en el espíritu humano son –

pecado, locura, trauma y ataque espiritual. Cada una de estas pueden afectar nuestras más básicas percepciones personales, la vida, otros y Dios y nos llevan a una discordia emocional. Al entender estas cuatro causas seremos capaces de enmarcar una sabia y adecuada respuesta al ministrar la gracia de Dios.

Problemas Causados por el Pecado

En primer lugar están aquellos problemas espirituales basados en el *pecado* - como "el espíritu arrogante" descritos arriba que fluye del pecado de orgullo, y afecta nuestras percepciones sobre las otras personas. Los demás en esta categoría son "un espíritu contra Dios", que fluye del pecado de rebelión, y afecta nuestra percepción de Dios.

Todos nosotros pecamos pero este es diferente. Este es mucho más profundo. Aquí el pecado ha llegado a los niveles más profundos de la personalidad y ganó una fortaleza. En estos casos el mismo espíritu humano ha sido capturado o profanado por un pecado particular. El orgullo o la rebelión se han inculcado profundamente en la naturaleza de la persona y ahora afectan su perspectiva total de la vida. Cuando nuestro espíritu interior se ha hecho aliado con cualquiera de estos pecados la única cura es el arrepentimiento profundo, la confesión y la restauración. Dios repetidamente trama circunstancias dolorosas en nuestras vidas hasta que realicemos el gran asimiento o fortaleza que tales pecados pueden tener en nosotros.

Un tercer y especial caso de esto es donde el pecado es el pecado de incredulidad acerca de Cristo en cuyo caso el arrepentimiento y la fe conducen a la conversión. Métodos cristianos basados en el arrepentimiento y que son muy provechosos incluyen: Alcohólicos Anónimos.

Las Indicaciones de Cuando el Pecado Ha Afectado Profundamente el Espíritu Humano:

- Donde hay un amor profundo de, o ceguera a, clara y obviamente un comportamiento pecaminoso como lo que están en las listas de pecado de las epístolas de Pablo
- Celebración de anarquía, desafío de reglas y autoridades. Rebelión. (1Juan 3:4)
- Enorgullecerse de tramar males. (Prov. 24:9)
- Una obstinación espiritual profunda. Consistentemente conociendo lo que es correcto hacer y rechazar hacerlo. (Santiago 4:17)
- Una conciencia desleal y violada. Habitualmente se hacen cosas contrarias a la fe personal. (Romanos 14:23)

El curso aquí es bastante conocido. Haga que la persona realice su pecado, luego pídale que se arrepienta de su pecado y lo confiesen a Dios y hagan restauración donde y cuando sea práctico. El arrepentimiento implica tornarse del comportamiento o actitud incorrecta al comportamiento o actitud correcta.

Isaías 55:7 LBLA Abandone el impío su camino, y el hombre inicuo sus pensamientos, y vuélvase al SEÑOR, que tendrá de él compasión, al Dios nuestro, que será amplio en perdonar.

Los malos caminos deben ser abandonados y una vida de malos pensamientos debe ser dejada de lado. El pecado no es admitido sino, también es abandonado. El despertar de la persona a su pecado puede ser un proceso difícil y puede requerir hasta cierto nivel de confrontación por los ancianos de la iglesia. Este no debería ser hecho ligeramente y el procedimiento apropiado es descrito en Mateo 18.15-20. La seriedad con la cual el apóstol Pablo tomó la disciplina de iglesia y su severidad es casi desconocida en la iglesia moderna (vea 1 Corintios 5 y 2 Corintios 12 y 13). Sobre todo ore para que el Espíritu Santo le ayude a ayudar al pecador y proporcione tanto la convicción del pecado como la gracia y el poder para el cambio.

Problemas Causados Por Locura

En segundo lugar están aquellos problemas espirituales basados en la locura en el espíritu humano. Esta es una disposición perdurable al actuar de manera torpe más bien que sólo un error

de una ocasión. La gente caracterizada por la locura en su espíritu humano demuestra una naturaleza que carece en perspicacia personal y sabiduría básica. Ellos son desequilibrados e imprudentes e incapaces de juzgar correctamente ellos o a otros. Una persona tonta carece de la sabiduría en una o varias áreas claves de su vida y comete los mismos errores repetidas veces. Son con frecuencia obstinados y no enseñables y la educación es de poco provecho hasta que el espíritu errante sea corregido.

Ellos parecen necesitar la disciplina combinada con una repentina obra transformadora de Dios que corrija el daño espiritual en la raíz de su locura. Una vez que el error en su espíritu es corregido y fluye la sabiduría, entonces un aspecto importante de su carácter puede cambiar al instante. Hay con frecuencia un momento de realización cuándo surge una luz y dicen "!como pude ser tan tonto!". Entre ellos están aquellos que tienen un espíritu errante, un espíritu perverso, un espíritu precipitado, un espíritu malhumorado, y un inadecuado espíritu de celos como es descrito en los anteriores pasajes de Biblia.

Los proverbios describen una variedad de gente tonta como el ingenuo, los hombres jóvenes seducidos por una prostituta, el tonto no enseñable, el holgazán perezoso, el mofador, la persona sabia en sus propios ojos y el tonto tosco. Para esta gente. La disciplina amorosa, la ferviente oración por sabiduría (Santiago 1:5), buena enseñanza bíblica y una continua disciplina de calidad puede ayudar a corregir el error en su espíritu. Los métodos cristianos que han demostrado ser provechosos para estos incluyen: *Encuentros reales y varias y varias estrategias de discipulado, disciplina de Iglesia y grupos de responsabilidad o* de Neil T. Anderson. Muchos ministerios masculinos se especializan en este método.

Las indicaciones de cuando la locura ha alcanzado el espíritu humano:

- Cuando la persona consistentemente hace elecciones poco sabias que no son realmente "malas" sino "realmente tontas". Ellos son caracterizados por una carencia casi total de conocimiento personal, su estilo de vida y sobre los demás.
- Donde ellos son ingenuos, crédulos, que creen todo o siempre están enamorados.
- Una actitud profundamente burlona hacia la educación, conocimiento, el aprendizaje y la sabiduría.
- Ellos constantemente hacen ver sus conocimientos, pero no escuchan a otros y son totalmente no enseñables.
- Hábitos Tontos, comportamiento errático, impulsividad, tretas violentas, sueños, comportamiento escandaloso, inadecuado y tosco, carencia de perspicacia, decisiones pobres.
- La persona no intenta ser inmoral, pero se encuentran fácilmente involucrados en relaciones inmorales o parece que son incapaces de evitar una mala compañía.
- Donde una persona es crónicamente perezosa, floja y desorganizada y se pasa la vida de trabajo en trabajo, de fracaso en fracaso, cuando hay un gran sentido de potencial desperdiciado.
- Comunicación Pobre y muy inadecuada como la jactancia, una incapacidad de escuchar o ser corregido, un hablar precipitado, demostraciones rápidas de cólera y provocación y poca noción sobre como ser apropiado socialmente.

Tratando con la Locura En el Espíritu Humano

Como vimos en capítulos anteriores la sabiduría esta estrechamente asociada con la presencia y el ministerio de enseñanza del Espíritu Santo. Se puede orar por sabiduría y Pablo oro por ella. Santiago es bastante específico al decir que un cristiano puede recibir la sabiduría de Dios directamente por medio de la oración (Santiago 1:5) La sabiduría puede estar en cosas diarias ordinarias donde no aparece. Un pasaje interesante que ilustra este es encontrado en Isaías 28:

Isa 28:23-29 LBLA Escuchad y oíd mi voz, prestad atención y oíd mis palabras. (24) ¿Acaso para sembrar se pasa arando el labrador todo el día, abriendo y rastrillando su tierra? (25) ¿No allana su superficie y siembra eneldo y esparce comino, y siembra trigo en hileras, cebada en su debido lugar, y centeno dentro de sus límites? (26) Porque su Dios le instruye y le enseña cómo hacerlo. (27) Pues no se trilla el eneldo con el trillo, ni se hace girar la rueda de carreta sobre el comino; sino que con vara se sacude el eneldo, y con palo el comino. (28) El grano es triturado, pero no se le seguirá trillando indefinidamente; debido a que la rueda de la carreta y sus caballos lo dañarán, no se le triturará más. (29) También esto procede del SEÑOR de los ejércitos, que ha hecho maravilloso su consejo y grande su sabiduría.

¡Dios dirige e instruye al agricultor en las humildes rutinas cotidianas de la agricultura! Entonces Dios está preocupado por nuestro trabajo así como por nuestra religión. Es Su voluntad para nosotros tener sabiduría en todos los aspectos de nuestras vidas. Esta confianza que Dios desea instruir a Su gente debería darnos gran esperanza al tratar con Cristianos tontos. Esto nos da una base sólida en oración al pedirle que nos dé la sabiduría para tratar con aquellos que carecen de ella. Él se deleita en proveerla y Santiago dice que Él da ‘sin reproche’. (Santiago 1:5-8)

Los Cristianos Tontos primero tienen que realizar que han sido tontos. Una vez que reciben la claridad de pensamiento tienen que ser animados a buscar la sabiduría de Dios. Finalmente, tienen que aprender las disciplinas básicas que les permitirán corregir su locura a la luz de esta nueva sabiduría. Este proceso ocurre mejor en una comunidad cristiana donde la responsabilidad y el aprendizaje son tiernamente practicados sin dureza o legalismo. [Vea el capítulo en el Organizaciones de Aprendizaje más adelante en este libro]. En tales comunidades el cambio personal es normal y los demás a su alrededor también trabajan en aspectos de su carácter. Grupos de apoyo, grupos de estudio de Biblia, discipulado de uno a uno, conserjería y comunidades cristianas, todos proporcionan buenos contextos para la corrección de la locura en la vida de Cristiano.

Sin embargo, el despertar de una persona al hecho que su comportamiento es tonto no es fácil. El dolor es el gran despertador así como amigos cristianos honestos y verdaderos que dicen la verdad en amor. Un método que puede funcionar es que la persona escriba en un diario las consecuencias del comportamiento que usted trata de ayudarles a corregir. Entonces ayúdelos a hacer un análisis de costo-beneficio. Esto ha hecho despertar a muchos jugadores una vez que han hecho un cálculo sincero del costo de su hábito.

Algunas personas saben que son tontos, pero no tienen ni idea de cómo cambiar. Si usted quiere conducir a alguien de la locura a la sabiduría este listo para proveer instrucciones y modelos paso a paso, cuidadosa y detalladamente. Ir de la locura a la sabiduría implica aprender y aprender requiere a un buen y paciente maestro. No vierta un montón de demandas e ideas en la gente. Déles trozos pequeños de conserjería y tareas y anímelos en cada mejora. Como mencioné antes a veces la sabiduría puede llegar de Dios como respuesta de una oración de fe. Cuando esto ocurre, en ocasiones llega repentinamente, a un enorme "Ajá" la persona ve lo que deberían haber visto desde el principio y de repente cambian. Este está bien, pero una estructura buena del aprendizaje y la enseñanza sistemática cuidadosa de la verdad bíblica puede ayudar que estos momentos ocurran con mayor frecuencia.

Problemas Causados Por Trauma

En tercer lugar hay aquellos problemas espirituales basados en los efectos de *sufrimiento o trauma*. Para tal gente el trauma de vida ha sido tan profundo y tan aplastante que esto ha afectado su espíritu humano. Esta gente literalmente tiene un espíritu dañado, que necesita sanidad o apoyo. El espíritu de tales personas puede ser descrito como quebrantado, defectuoso, envenenado, abrumado, con pena o angustiado.

Este daño al espíritu humano va mas allá de los trastornos normales de la vida y es una herida profunda y personal como las de aquellos afectados por una violación, delito violento, muerte, divorcio, una gran injusticia, participación de culto y tortura. Para esta gente tiene que haber un ministerio de oración y una atmósfera de estímulo gentil. En algunos casos el daño puede ser tan profundo que la persona tiene "un espíritu incontrolado" y parece a una ciudad con paredes derribadas – es fácilmente explotado, y fácilmente manipulado. Tal gente necesitará mucha reconstrucción e instrucciones sobre como definir límites personales adecuados. Para muchas personas dañadas las verdades bíblicas que dan la esperanza y la gracia pueden tener que ser repetidas a menudo en una atmósfera de amor, estímulo y oración de sanidad. Los consejeros que funcionan en este área tienen que ser sobre todo gentiles y humanitarios y capaces de gastar horas de oración para sanidad con una sola persona. Métodos cristianos y compatibles que han demostrado provechosos aquí incluyen: Curándose de las memorias, Sanidad interior, Orientación de Theophostic, muchos centros de retiro y ministerios de oración, Edificando en niño Interior de Bradshw, etc.

Indicaciones de trauma que ha afectado el espíritu humano:

- Un acontecimiento distintivo que precipitó el problema.
- Emociones Dolorosas como pena, amargura y tristeza.
- Recuerdos repentinos, problemas con memoria.
- La persona es abrumado por la vida, temerosa, o consumido con la ansiedad.
- La persona indica que se siente emocionalmente mutilado "y cojo".
- La persona comunica esto ellos están rotos o dañados por dentro.
- La persona se separa de la vida e indica una necesidad profunda de comodidad y sanidad, espacio y privacidad, gentileza y restauración.
- Cuando usted se dirige a alguien y percibe que esta tratando con un adulto y con un niño lastimado en la misma persona.
- Reacciones Inusuales a estímulos normales. Un sentido que la persona reacciona de manera inadecuada porque alguna herida está siendo tocada.

Tratando con personas cuyo espíritu ha sido Afectado por Trauma

Vaya despacio y vaya con gentileza. Las personas traumatizadas necesitan un ambiente de cuidado y comodidad porque la vida los ha abrumado ya. ***Tratar con personas severamente traumatizados deberían dejarse a profesionales entrenados.*** Sin embargo muchos pueden ser ayudados y muchos cristianos ordinarios restaurados por un adecuado y gentil ministerio de oración y sanidad de las memorias. Uno de los mejores acercamientos cristianos es Theophostics (no es Nueva Era aunque el nombre lo parezca) por el doctor Ed Smith de Kentucky. David Seamands también ha hecho un buen trabajo con "Sanidad de Memorias" y "Sanidad para Emociones Dañadas". Secularmente de John Bradshaw "Sanidad del niño interior" está entre los mejores y merece ser leído por aquellos implicados en el ministerio. Mucha investigación está siendo hecha en relación al Desorden de Tensión Postraumático y en el Desorden de Personalidad Múltiple que creo son formas extremas de tener un espíritu dañado y quebrantado. Entonces usted puede ver que este es un área enorme y especializada en la que mucha investigación está siendo emprendida y que es completamente imposible cubrir con algunos cientos de palabras en este capítulo. ¿Qué podemos hacer entonces?

1. Apoye, comprenda, ame y preocúpese. Dé a la persona mucha libertad. Permítale enojarse, pero que no permanezcan así mucho tiempo.
2. Sea muy paciente, no condene, no censure. Ellos están magullados y lastimados. Recuerde "el no quebrará la caña cascada ni apagará la mecha que humea".
3. Evitar las emociones fuertes. Una suave atmósfera retirada es generalmente de mayor beneficio para sanar el trauma que una gran reunión evangelista. Hay tanta emoción

fuerte dentro de ellos que ya están sobrecargados emocionalmente. Parte de la sanidad es disminuir este nivel emocional sobrecargado.

4. Sobre todo no les sugiera maneras de como pudieron haber sido abusados o intente recuperar memorias. El síndrome de memoria falso inducido por consejeros entusiastas es muy verdadero y muy perjudicial.

5. Donde sea necesario ayúdeles a buscar la justicia. Motíuelos a ir a la policía y por el sistema judicial. Muchos Cristianos se sienten incómodos con este proceso, pero la gente tiene que sentirse apoyada y protegida y saber que hay justicia en el mundo. Si el delincuente esta endurecido y no se ha arrepentido de su conducta y representa ser un riesgo persistente a la comunidad entonces que el delincuente no debería ser protegido por Cristianos "corteses". Afronté este dilema cuando yo sabía que un maestro era un pedófilo en serie, que no comprendía su condición y estaba todavía alrededor de pequeños. Él fue a la cárcel durante ocho años. Las víctimas estuvieron de acuerdo con este curso de la acción y fueron beneficiadas por ello.

6. Si ellos comprenden y están de acuerdo en fervorosa oración. No espere o exija resultados milagrosos inmediatos. Sólo empápelos en oración y déjeles que eventualmente se encuentren cara a cara con Jesús que los cura. Repita cuantas veces sea necesario.

7. Motíuelos a buscar la Presencia de Dios en oración y adoración. No los censure por buscar a Dios de maneras que estén fuera de su tradición religiosa personal. Muchos evangélicos se molestan cuando una persona convaleciente pasa el tiempo leyendo a los escritores místicos o establece una capilla en casa con una cruz y una vela. Recuerde que el espíritu es un mundo de símbolos y ellos tratan de reconstruir su reino simbólico. Este es una tarea compleja – déjelos.

8. Anímelos a expresar sus sentimientos por medio del arte, la actuación, música, poesía, escritura, cerámica, artes, horticultura, cuidando a animales domésticos y otros medios no destructivos.

9. No argumente, pero corrija con suavidad falsas perspectivas de la vida. La mayor parte del daño continuo viene de creer falsedades sobre Dios, sobre mi mismo y sobre otros. Debe mostrarse con gentileza su falsedad y mostrar a la persona quien es en Cristo y ante los amorosos ojos de Dios.

10. Darles mucho, mucho tiempo para curar y entender que la recuperación del trauma puede ocurrir en pedazos durante muchos años. No les haga sentir que deben cambiar ahora mismo. Deje a Dios curarlos a su tiempo.

Si usted es alguien que siente que tener espíritu quebrantado y dañado no se siente solo y trate de curarse. Usted necesita gracia y gente especial y un lugar que tenga un efecto sanador en las emociones lastimadas. Pida al Señor que la conduzca a las personas correctas y lugares donde pueda encontrar la gracia que usted necesita.

Problemas Causados Por Ataque Espiritual

En cuarto lugar hay aquellos problemas espirituales que son el resultado de un *ataque espiritual* que ha afectado el espíritu humano. Para muchos Cristianos este es sólo el acoso al creyente por un espíritu maligno que es externo a ellos. Para algunas personas, en particular aquellos que se han involucrado en lo oculto o en graves pecados sexuales, el exorcismo puede ser necesario. Para simplicidad separaré los ataques espirituales en dos categorías: los ataques menores que son generalmente ataques contra nuestro ánimo, y ataques mayores que van a los profundo del espíritu y que implican un cambio importante en la conciencia, de manera que es notable para otros.

Los clásicos ataques al estado de animo, son los variables cambios de humor del Rey Saúl quien era afligido por un espíritu maligno. Estos humores oscuros y malos a menudo acusan a la

persona, a otros o Dios y producen desesperanza, desesperación y el desaliento.. Ellos también pueden repentinamente hacer que se levanten tentaciones o pueden alimentar una ira que prevalece y causa que se desarrolle un "espíritu irracional del rencor". Estos humores tienen las características siguientes:

- Vienen sobre la persona sin advertencia.
- Entonces controlan su pensamiento y emociones un rato y lo conducen de manera negativa.
- Se marchan de repente cuando son reprendido en el nombre de Jesús.
- A veces pueden ser aplacados por la música cristiana como cuando David tocaba sus salmos en el arpa para Saúl.

¡Por favor note que estos ataques al humor no son lo mismo que "posesión de demonio"! En los ataques de humor la entidad espiritual es externa al creyente y ataca al creyente acosándolo a través de sus pensamientos y emociones.

Otras indicaciones del ataque espiritual contra el espíritu humano incluyen:

- el deseo repentino de dejar el ministerio o la fe.
- Aversión al punto de hostilidad en cuanto a la Biblia, la oración o la comunión.
- sentimientos dolorosos Agudos, dudas que surgen de la nada, acusaciones contra Dios, personales o de otros. Dardos encendidos.
- un sentimiento seductor que toma control de la conciencia y echa fuera la oración.
- Estados alterados de la conciencia en la que actos pecaminosos son realizados.
- la presencia evidente de un espíritu maligno. Manifestaciones, voces etc.
- una preocupación por doctrinas extrañas o prácticas alimenticias extrañas.
- Participación en la música metálica oculta, de muerte, pornografía, medicinas, o religión del oriental.

Los ataques mayores ocurren cuando la conciencia de la personas es grandemente alterada y es evidente que el espíritu humano de la persona ha sido invadido de algún modo. Una segunda personalidad o conciencia toma control de la persona y habla con una voz diferente o la persona puede entrar de repente en un estado de trance (que es a menudo bastante dulce y seductor) y que borra todo conocimiento moral. En este estado de trance la persona puede realizar acciones pecadoras de las cuales solo tienen un recuerdo borroso. En tal caso, el exorcismo hecho por una persona con experiencia quien tenga la recomendación de Cristianos sensibles y maduros puede ser recomendado.

Tratando con Ataques Espirituales

Hay una fórmula general para tratar con ataques espirituales menores contra la vida emocional de los Cristianos:

- Reconozca que puede ser un ataque del Diablo.
- Trate de dar un nombre si puede, por ejemplo "un estado de animo profundamente desalentador".
- Resista los efectos que tengan en usted y diga "No" con firmeza a sus mentiras y sugerencias.
- Si es necesario responda a sus mentiras con la verdad de Escritura o con hechos claros. Cuando Elías fue profundamente desalentado y dijo "solo yo he quedado" Dios dijo "tengo 7000 que no han doblado la rodilla a Baal" (1 Reyes 19).
- Reprenda severamente el espíritu acosador en el nombre de Jesús con la autoridad espiritual que usted tiene como un creyente. (vea Efesios 1:20, 2:6, Colosenses 2:13-15, Mateo 11:11-13)

- Debe marcharse al instante. Si regresa mas tarde – entonces repréndalo nuevamente.
- Si regresa, usted puede haberle dado parte nutriendo un resentimiento u odio, o realmente gustando las vivas tentaciones presentadas o creyendo podría haber alguna verdad en las acusaciones Si es así, entonces quite esa autoridad que el Diablo usa para afligirle, arrepintiéndose de su actitud incorrecta y luego ejerciendo el perdón hacia otros.

¿Cuándo el exorcismo es necesario?

Cuando hay pruebas claras de la presencia de un espíritu maligno. Estas indicaciones incluyen cambios de la personalidad como un hombre que habla con voz femenina o viceversa. También incluye olores peculiares y manifestaciones extrañas que no son característicos de la persona; un fuerte rechazo a la oración y disciplinas espirituales y sobre todo a la comunión y una atracción a un comportamiento impuro. Algunas personas son abrumadas por obsesiones pecadoras y compulsiones (a diferencia de en el desorden obsesivo compulsivo donde las obsesiones generalmente son actos moralmente neutrales como lavar las manos o cruzar los brazos repetidamente) y estados de trance inusuales donde actos pecadores son realizados incluso una compulsión al suicidio y obsesiones oscuras.

Antes de entrar al exorcismo asegure que usted esta consciente de sus autoridades en Cristo sobre el reino demoníaco. Vea los versos siguientes Lucas 10:19, 1 Juan 5:18,19; Efesios 1:20, 2:6, Colosenses 2:13-15, Mateo 11:11-13, Hebreos 1:14, y 1 Corintios 6:1-3 y cualquier teología sistemática buena y razonablemente reciente. Usted también debería consultar algunos libros en el ministerio de liberación recomendados en la sección siguiente. Es lo mejor aprender el arte de exorcismo de un practicante con experiencia, sabio y equilibrado que pueda mostrarle como ir sobre ello con sensatez y con eficacia. Ahora consideremos una clase especial de ataque espiritual - maldiciones.

Maldiciones

Las maldiciones son un tema extraño para un libro en emociones, pero ellas son reales, y son profundamente inquietantes emocionalmente para aquellos que las experimentan. Ellos no son sólo palabras llenas de ira o juramentos; sino que son actos de poder en el ámbito espiritual. Las maldiciones son mencionadas más de 200 veces en la Escritura, y eran fundamentales en Antiguo Pacto(vea Deuteronomio 28-30). Dios mismo fue el primero en pronunciar maldiciones – en la tierra, en la fertilidad de Eva y sobre la serpiente. Las maldiciones no son sólo una superstición primitiva; ellas son declaraciones espirituales registradas en la Escritura, esto afecta profundamente la estructura de la realidad de algún modo.

El mundo fue creado por la palabra de Dios y es mantenido unido por el poder de Su Palabra (Génesis 1, Hebreos 1:1-3, Colosenses 1:17-20). Así las palabras de Dios pueden cambiar la creación y la maldición de Jesús causó la higuera, representando la Israel estéril, que se secura. Las bendiciones y las maldiciones son primeramente las palabras de Dios que funcionan en este nivel fundamental de la creación e “inclinan el campo de juegos” de la vida de una u otra forma. En segundo lugar las maldiciones y las bendiciones pueden venir de espíritus malignos o fluir del espíritu humano. Las blasfemias de Goliat contra David eran “por sus dioses” (1 Samuel 17:43) y fueron ineficaces por motivos que veremos más adelante. El encuentro de Goliat y David era un encuentro de poder de un sistema espiritual contra el otro y ambos contendientes vinieron en nombre de sus deidades respectivas. Los chamanes y los magos como Balaam fueron alquilados para blasfemar a la gente en tiempos del AT y todavía lo hacen hoy día. Aunque las maldiciones de fuentes malignas son mucho menos poderosas que las maldiciones de Dios eran temidas y eran capaces de hacer mucho daño. Hay 22 referencias que exhortan a creyentes a no blasfemar a otros. Las maldiciones son finalmente terminadas en la nueva creación (Apocalipsis 22:3).

El origen de las bendiciones y maldiciones es encontrado en el libro de Génesis. La primera bendición es sobre las criaturas vivas, que se les dijo “creced y multiplicaos” (Génesis 1:22). Cuando Dios hizo la humanidad, Él también los bendijo diciendo “creced y multiplicaos” y añadido una tercera bendición “ejerce dominio sobre” (Génesis 1:28). Estas tres bendiciones básicas de : “creced”, "multiplicaos" “y ejerce dominio sobre” forman la base para todas las futuras bendiciones, como las bendición Abrahámica, y su inversión forma la base de todas las futuras maldiciones como aquellas en Génesis 3. Veamos con un poco mas de detalle:

Fructificarse es la capacidad de expresar con júbilo su naturaleza interior y sentir que lo que usted hace es realmente creativo, valioso y significativo. Su opuesto es el dolor en la creación sobre todo la esterilidad.

La multiplicación es el aumento exponencial - aumentando como en 2, 4, 8, 16, 32, 64, 128 no aditivamente como en 2, 4, 6, 8, 10, la Multiplicación es un aumento enorme de la productividad por un pequeño aumento en el esfuerzo. Su opuesto es la frustración y la inutilidad. Poner un esfuerzo enorme para poca o ninguna recompensa.

Autoridad para gobernar significa dignidad, dirección, autoridad, la capacidad de ser ascendente, para ser la cabeza no la cola. Su opuesto es ser humillado, lamer el polvo, ser aplastado y humillado, ser incapaz de levantarse.

En la Génesis 3 vemos las primeras maldiciones en operación. La mujer es hecha infructuosa, el hombre es hecho para trabajar en la inutilidad y la serpiente se le dice que comerá el polvo de la tierra. Las tres cosas que hacen la vida buena son invertidas. La vida se hace insoportable. Así que cuando somos blasfemados la vida se hace en efecto muy difícil. No importa con cuanta fuerza tratamos de levantarnos nunca lo logramos totalmente. Una y otra vez estamos al borde del éxito sólo para que nos lo arrebaten. Las maldiciones pueden afectar la salud, en particular la reproductiva. Pueden afectar el poder de producir ganancias y pueden afectar nuestra capacidad de tener autoridad y orden sobre nuestras vidas y la gente que es maldecida puede que tenga que soportar humillación toda la vida.

Como un misionero puedo decir que las maldiciones son verdaderas y en algunos casos hasta letales; Ezequiel habla sobre encantos mágicos que cazaron vidas (Ezequiel 13:18-20). Las maldiciones crecen en la cultura Occidental mientras las personas se sumergen cada vez más en lo oculto y en organizaciones donde la gente presta juramentos secretos que invocan maldiciones (como los Masones). Emocionalmente las maldiciones producen una confusión profunda y la desesperación y una inhabilidad de pensar bien.

[No hay mucha literatura buena en el tema de maldiciones y todos estos libros deben ser leídos con una mente crítica y el material subjetivo debe ser evaluado con cuidado. El libro de Derek Prince “Maldiciones y bendiciones” es razonable, el capítulo del Editor Murphy es bueno, pero no da ninguna dirección sobre como romper maldiciones, y Francis Frangipane tiene algunos libros muy buenos sobre vivir en el lugar de protección de maldiciones y ataque espiritual.]

Por un lado, queremos realmente reconocer la realidad de las maldiciones y tratar con ellas y romperlas, por otra parte no queremos hacernos demasiado supersticiosos y temerosos viendo maldiciones en todas partes. Si su vida es afectada por esterilidad, la carencia constante de éxito y fracaso de ganar alguna clase del ascendencia no importa con cuanta fuerza usted intente entonces una maldición puede estar en operación. Si usted piensa que este puede ser el caso entonces haga un poco de investigación en su vida e historia de la familia y lleve este asunto ante el Señor.

Las noticias buenas son que el quebrantamiento de las maldiciones puede ser sorprendentemente fácil para Cristianos porque moramos en la protección de la sangre de Jesucristo. Las maldiciones tienen mayor poder cuando la persona que ha sido maldecida ha cometido algún gran acto de la maldad como la participación en lo oculto. El revés es también verdadero, las maldiciones tienen poco o ningún poder sobre una persona justa y Proverbios dice que una maldición sin la causa no alcanzará la cabeza de un hombre honrado.

La escritura revela varias maneras sobre como nosotros podemos romper maldiciones y/o ser protegidos de ellas

- 1) Viva una vida justa libre de pecados mayores y actos de la injusticia. More en la Romanos 8).
- 2) Poner la armadura de Dios en Efesios 6:10-21 que es realmente la armadura contra el ataque espiritual. Efesios era conocida por sus prácticas mágicas (Hechos 19) y sus maldiciones y brujería. El objetivo principal detrás de la carta de Pablo a los Efesios era que pudieran entender su poder, autoridad y grado de la protección en su ciudad pagana y oculta. La armadura de Dios parece el Kevlar del mundo espiritual protegiendo a los cristianos de maldiciones, prácticas mágicas y ocultas.
- 3) Dios es capaz de convertir una maldición en una bendición. Él hizo esto cuando Balak trató de conseguir Balaam para que blasfemara a Israel. (Nehemías 13:2, Deuteronomio 23:5, números 22&23). Una corta oración hecha por Jabez que ha recibido mucha popularidad últimamente es el caso de una persona que apela a Dios para que convierta una maldición en una bendición con éxito. David es en particular valiente cuando dice en el Salmo 109 donde él parece haber sido la víctima de una maldición (versos 17 y 18) (*Salmos 109:28*) *LBLA Maldigan ellos, pero tú bendice; cuando se levanten, serán avergonzados, mas tu siervo se alegrará*. David no temió la maldición, sino que pidió a Dios que lo bendijera y cancelara la maldición y entonces que hiciera volver la maldición sobre aquellos que la pronunciaron. Dios puede exceder con bendición las maldiciones más terribles e incapacitantes. Esto nos da esperanza de que nuestras oraciones a Dios en el nombre de Jesús no tan solo romper maldiciones, sino que las pueden cambiar en bendición.
- 4) Comprenda y acepte el hecho de que Cristo ha tomado todas las maldiciones que debían ser nuestras, en la cruz (Gálatas 3:10-14). En Cristo la oportunidad de que las maldiciones puedan tener éxito contra nosotros es quitada porque en la cruz del calvario Jesús se hizo maldición por nosotros y llevó todas las maldiciones que pudieron haber venido sobre nosotros por causa de nuestra violación a la leyes de Dios.
- 5) Rompa asociaciones con los pecados de padres y ancestros, particularmente aquellos involucrado en lo oculto y la idolatría. Éxodos 34:6,7 dice que estos pecados traen maldición hasta la “tercera y cuarta generación”. Debemos romper ataduras con tales pecados al dejar de participar en ceremonias ocultas que pueden ser tradición y aun confesar la participación de tus padre y ancestros y perdonándoles en oración de renunciación a Dios. Lo esencial es hacer una clara renuncia al pecado familiar en tu corazón, mente y espíritu.
- 6) Deshazte de objetos que traen maldición en particular objetos asociados por la adoración pagana, idolatría y lo oculto. Por ejemplo si tenemos las cartas del tarot de la abuela debemos deshacernos de ellas. (Deuteronomio 7:25,26) Los Efesios convertido fueron movidos por el Espíritu Santo a quemar sus libros de magia y objetos ocultos. (Actos 19:18-20).
- 7) No se involucre en pecados secretos o deshonestos que usted piense que puede hacer sin ser descubierto. En Deuteronomio 27: 15-26 ciertos pecados son señalados como que

- traen una maldición, notablemente la fabricación de ídolos, incesto, bestialidad, tratar los padres con el desprecio, injusticia contra inmigrantes, viudas, el minusválido o el pobre, el alquiler de un asesino a sueldo, y mover la señal que demarca la propiedad de tu vecino o mover la piedra divisoria. La mayor parte de éstos son delitos que nunca serían tratados en el tribunal debido a la naturaleza secreta de los delitos, la carencia de dos o tres testigos dispuestos a declarar o la dificultad para demostrar del caso por causa de “mi palabra contra la suya” tratándose del caso de la piedra divisoria. La maldición era el modo de Dios de asegurarse que tales delitos secretos no fueron impunes. La gente sabía que si ellos hacían estas cosas Dios les pagaría. Incluso en el Nuevo Testamento Dios se menciona como quién castiga aquellos que profanan la cama matrimonial. (1 Tesalonicenses 4:4-6, Hebreos 13:4). Si usted ha hecho cualquier cosas que están en la lista anterior entonces el arrepentimiento, la restauración y una petición seria a Dios para misericordia serían un buen punto de partida al comenzar a romper las maldiciones sobre tu vida.
- 8) Las maldiciones pueden nacer donde permanece una profunda injusticia contra un grupo étnico. La masacre sanguinaria de Saúl de los Gabaonitas, que estuvo sin ser corregido durante años, más tarde causó una maldición y un hambre en el tiempo de David.
1Sa 21:1 LBLA Entonces llegó David a Nob, al sacerdote Ahimelec; y Ahimelec vino tembloroso al encuentro de David, y le dijo: ¿Por qué estás solo y no hay nadie contigo?
David rompió esta maldición al volver al grupo étnico ofendido, humildemente preguntando como les gustaría ver la justicia hecha y luego actuando sobre ello. Después de que diez de los hijos de Saúl fueron colgados el hambre terminó. (2 Samuel 21:1-14).
- 9) El estancamiento en el ministerio puede causar una maldición. Los sacerdotes en Malaquías estaban bajo una maldición debido a su estancamiento en el trabajo de Dios (Malaquías 2:2) y el profeta Jeremías clama "maldito en que hace la obra del Señor con engaño (Jeremías 48:10). Si usted está en el ministerio hacen el trabajo del Señor diligentemente y obedezca Sus instrucciones específicas si le han dado tales instrucciones.
- 10) Ponga los intereses de Dios antes que los suyos propios. En el libro de Hageo Dios pone una maldición sobre la nación (Hageo 1:5-11, 2:16,17) por ser egocéntricos y negligentes de su deber a Dios. La maldición es quitada cuando la gente obedece los profetas y pon fundamento al templo del Señor (Hageo 2:18,19) y una bendición es dada en cambio.

Hay más de 200 versos sobre maldiciones en la Escritura y la lista anterior sólo menciona algunas causas principales y sus remedios. Básicamente una maldición sólo puede quedarse en un área que Dios ha juzgado ya como digno de una maldición – como incesto, idolatría o asesinato. La mayor parte de maldiciones generalmente duran sólo 3-4 generaciones aunque unas hayan durado desde la Creación. El arrepentimiento del pecado, romper lazos con lo oculto y refugiarse en Cristo que se ha hecho maldición por nosotros son las estrategias principales que podemos usar para romper maldiciones. Parte de esto es ponerte la armadura entera de Dios, que esta diseñada para protegernos de maldiciones contra nosotros en la guerra espiritual (Efesios 6:10-18). Cuando la maldición es levantada entonces el espíritu humano que ha sido afectado por la maldición y sido doblegado con dolor, confusión e incapacidad será rápidamente curado. La persona se recuperará y la normalidad emocional le seguirá.

Referencias En Ministerio de Liberación y Guerra Espiritual

No hay ningún libro perfecto en este tema tan difícil, pero hay muchos libros buenos y útiles en el ministerio de liberación en la mayoría de las librerías cristianas. Entre los mejores recomiendo a Ed Murphy “Manual de Guerra Espiritual” y los escritos de Francis Frangipane, George Otis Hijo, John Wimber y C. Peter Wagner. Los clásicos en la guerra espiritual incluyen "Nacidos Para la Batalla" por R. Arthur Matthews y “Scretape letters” de C. S. Lewis. Mi e-libro "orando

Para Mover Montañas" disponible en www.ernitymagazine.com tiene algunos artículos cortos en el tema, y es gratis. Los libros que se deben evitar son aquellos escritos por teóricos de conspiración o que sensacionalizan el tema. Sobre todo tenga cuidado con libros que "ven a un demonio bajo cada arbusto" o que dan mucho crédito al testimonio de demonios exorcizados o que tienen listas extensas de comportamientos que se suponen que lo puedan demonizar (sobre todo si los comportamientos no están listados como pecaminosos en la Escritura). Tales libros pueden atar a la gente a legalismo y esclavitud. Dios nos ha hecho para estar conscientes de ataques espirituales y tener la victoria sobre ellos, pero no para estar preocupados por ellos, temerosos o ser sospechas excesivas.

Conclusión de Este Capítulo

Nuestra perspectiva de vida puede ser afectada por una amplia variedad de acontecimientos que dañan nuestro espíritu humano, de modo que no podamos ver a Dios o a la vida correctamente. Este daño afecta nuestra percepción básica de la realidad de modo que la vida, incluso nuestra vida emocional, sea disfuncional. Nuestro espíritu humano puede ser engañado o traído a cautiverio espiritual y esclavitud por una enseñanza falsa o dañada por el pecado, locura, trauma o ataque espiritual. Las maldiciones pueden traer el un inmenso dolor emocional y un sentimiento de lucha constante e incapacidad. Todo lo anterior tiene remedios bíblicos y pueden ser tratados arreglados. No son necesariamente permanentes.

Al ser corregidos, nuestro espíritu humano comenzará a funcionar como se supone que deba funcionar. Es como el lugar en nosotros que recibe la verdad de Dios y la sabiduría de Dios y que trabaja en la cooperación con el Espíritu Santo. Cuando nuestro espíritu humano sana nuestra sensibilidad espiritual aumentará y nos veremos a nosotros mismos, a otros y a Dios correctamente. Cuando esto ocurre el proceso de cooperación con el Espíritu Santo para ser como Cristo emocionalmente se hace mucho más fácil.

Una vez que nuestra percepción de vida y postura básica en la vida está relativamente bien podemos continuar y a crear un sistema de creencia más funcional. Esto nos ayudará a su vez a ser estables emocionalmente ya que gran parte de nuestra reactividad emocional fluye de lo que creemos que nos pasa y nuestras creencias explícitas, verbales, creencia que oímos como "auto conversación".

Una vez que una persona afligida por un espíritu humano amargado y quebrantado ya no será amargado y quebrantado. Ellos tendrán una mucho mejor perspectiva de la vida y se verán ellos, a otros y a Dios en una luz mucho más cortés. Sin embargo ese período oscuro y amargo de la vida puede haber formado ciertas creencias en las personas que no se han cambiado. Entonces, el siguiente capítulo trata sobre la construcción de un sistema de creencia totalmente cristiano y emocionalmente sano.

Preguntas de Discusión

1. ¿Cuál es la percepción 'en y por el Espíritu'? ¿Cómo lo demostró Jesús?
2. ¿Qué indica la Escritura sobre la capacidad de incrédulos de recibir la revelación y percibir cosas espirituales?
3. ¿Cuánta revelación y la percepción espiritual son dadas a Cristianos bajo el Nuevo Convenio?

4. ¿Cómo ayuda la percepción espiritual exacta a nuestras vidas cristianas?
5. ¿Cómo dañan el legalismo y/o el engaño espiritual nuestras vidas cristianas?
6. ¿Cuáles son las cuatro áreas principales que causan problemas para el espíritu humano? ¿Qué experiencias ha tenido usted con pecado, locura, trauma y ataque espiritual?
 7. ¿Cree usted en las maldiciones? ¿Piensa usted que todavía pueden afectarnos? ¿Cuan importante son la fecundidad, multiplicación y autoridad para el éxito en su vida?
 8. ¿Cuánto amor, alegría y paz llenarían su corazón si usted pudiera percibir exactamente las cosas espirituales?

Los Pensamientos y Las Intenciones del Corazón

Creencias, Votos, Deseos, Intenciones, Juegos, Guiones de Vida y Metas interiores

Hebreos 4:12 Porque la palabra de Dios es viva y eficaz, y más cortante que cualquier espada de dos filos; penetra hasta la división del alma y del espíritu, de las coyunturas y los tuétanos, y es poderosa para discernir los pensamientos y las intenciones del corazón.

El segundo paso en nuestro modelo de cinco pasos es cuando las perspectivas generan creencias que dan lugar a emociones. En capítulos anteriores solo use el término “creencias” para cubrir un grupo amplio de actividades internas que están bajo el término bíblico “los pensamientos y las intenciones del corazón”. En este capítulo veremos esto mas de cerca. En el próximo capítulo veremos como las comunidades forman gran parte de lo que creemos y como el grupo al que pertenecemos puede afectar nuestro Inteligencia Emocional.

Los “pensamientos y las intenciones del corazón” son nuestras creencias internalizadas, formales (tales como creencias teológicas) y la información y mas personal como “nadie puede amarme”. Estas creencias o pensamientos de tu corazón se reflejan usualmente en lo que los psicólogos llaman el “dialogo interior” que es la “charla” que hay dentro de nosotros al hacer las cosas “Me gustaría que Susan llamara, lo mas seguro no lo hará, nadie me ama mucho, etc.”

Estas creencias son nuestra idea sobre lo que es verdadero y lo que no lo es, lo que es posible y lo que no lo es, lo que es real y lo que no lo es. Ellas contienen nuestras conclusiones sobre la vida y las creencias sobre Dios, los demás y nosotros mismos. Diferente a las perspectivas, las creencias pueden generalmente estar compactadas en una oración sencilla como “Creo que Jesús es Dios” o “Nadie puede ser capaz de amarme”. La Biblia tiene dos categorías aquí; “pensamientos” que arrojan casi todo, e “intenciones” que trata con los movimientos de la voluntad al planificar, decidir y esquematizar nuestro paso por la vida. La imagen que vemos en las escrituras es que estos pensamientos y creencias, deseos, votos y metas interiores son generalmente verbales. Cuando los profetas gritan “Se que están pensando en sus corazones esto-y-aquello” es siempre una oración, una declaración que contiene la actitud del corazón.

Las creencias no renovadas el Hombre natural

Con el tiempo estas declaraciones van creando un tipo de nido de ave, una estructura dentro de nosotros que podemos llamar nuestra visión del mundo. Para muchas personas es un horrible montón de cosas que aprendieron en la escuela, las lecciones de la vida, los dichos de Abuela, las ultimas opiniones de los medios y un libro que leyeron en una ocasión. Esta estructura de creencias internas es mas o menos funcional y va con la persona los setenta y tantos años que esté en la tierra. Sin embargo para algunas personas puede irles horriblemente mal y causarles una gran confusión y dolor emocional. Es muy probable mantener creencias conflictivas o inconsistentes y aun dos patrones de creencias completamente diferentes. Los Cristianos de domingo son un ejemplo. En la iglesia ellos parecen creer totalmente en la Biblia. En el trabajo operan bajo un sistema de creencias completamente diferente y operan en gran manera sin referencia a Dios. Ambos son verdaderos sistemas de creencias para ellos. Ellos eligen bajo cuál operar dependiendo del lugar donde se encuentren y quien los acompañe.

En el Antiguo Testamento tenían dos religiones diferentes, adorando a Baal en cuando a la ganadería y fertilidad y a Jehová en relación a la guerra. Sistemas de valores duales como estos han sido castigados por los profetas, Jesús y los apóstoles desde el principio de la Biblia hasta el final. Desde Josué “escoged hoy a quién habéis de servir” (Josué 24:15) hasta Elías “¿Hasta cuándo vacilaréis entre dos opiniones?” (1 Reyes 18:21) También Jesús y “no podéis servir á Dios y á Mamón.” (Mateo 6:21-24) y Santiago y sus exhortaciones contra el doble ánimo y la mundanalidad (Santiago 1:5-8, 4:1-7).

Tales personas tienen literalmente dos sistemas de creencias y dos mentes – Las Escrituras los llama “de doble ánimo” y dice que son espiritualmente inestables. (Santiago 1:5-8) Esta inestabilidad resulta del hecho que están constantemente eligiendo entre dos o mas cosas que pueden creen en cualquier momento. Un minuto eligen operar en las creencias bíblicas, el próximo minuto eligen operar en la avaricia, las superstición o la conveniencia. De arriba abajo, movidos de un lugar a otro, como las ondas del mar.

Además de tener múltiples sistemas de creencia, las personas pueden decidir mantener creencias malas o creencias que son ilógicas y alocadas. Algunas personas honestamente y verdaderamente creen que el mundo entero debería ser reorganizado alrededor de su felicidad. Otros creen verdaderamente que pueden tomar de la vida lo que les gusta y desechar lo que no les gusta. Algunos pocos creen que estrellar aviones jet en edificios dará gloria a Dios y les llevará a una vida eterna en el Paraíso. Pero otros creen que la adoración a un ídolo les dará poder espiritual y buena fortuna. Los nidos de ave en nuestro interior pueden llegar a ser bastante tóxicos.

De hecho la primera referencia al corazón humano en la Escritura es el depresivo Génesis 6:5 “Y el SEÑOR vio que era mucha la maldad de los hombres en la tierra, y que toda intención de los pensamientos de su corazón era sólo hacer siempre el mal.” Justo antes del exilio del profeta Jeremías, mirando a una malvada, desvalorizada y ahora idolatra Israel tiene un punto de vista similar (Jeremías 17:9) “Más engañoso que todo, es el corazón, y sin remedio; ¿quién lo comprenderá?”. Al igual que Salomón, sus reflexiones en la naturaleza de la vida tampoco eran tan optimistas (Eclesiastés 9:3) “Este mal hay en todo lo que se hace bajo el sol: que hay una misma suerte para todos. Además, el corazón de los hijos de los hombres está lleno de maldad y hay locura en su corazón toda su vida. Después se van a los muertos.” Finalmente El Rey David como quien había tenido varios crímenes en su reino escribió sobre el corazón de los malvados (Salmos 64:6) “Traman injusticias, diciendo: Estamos listos con una trama bien concebida; pues los pensamientos del hombre y su corazón son profundos.” Jesús tenía algunas palabras firmes que decir sobre los pensamientos y las intenciones del corazón también (Marcos 7:21-23) “Porque de adentro, del corazón de los hombres, salen los malos pensamientos, fornicaciones, robos, homicidios, adulterios, (22) avaricias, maldades, engaños, sensualidad, envidia, calumnia, orgullo e insensatez. (23) Todas estas maldades de adentro salen, y contaminan al hombre.”

El corazón del hombre natural puede estar seriamente mal y equivocado al adoptar un egoísta y toxico punto de vista mundano que incorpora creencias no santas e ilógicas. Pero esta no es la imagen completa. Aun en el Antiguo Testamento encontramos personas descritas como quienes tienen corazones penitentes y fijados en el Señor. Pero aun aquí, el corazón puede estar mezclado.

El corazón que esta dispuesto a aprender

Para complicar el asunto aun mas, los Cristianos no necesariamente creen lo que piensan que creen. Los cristianos están generalmente aprendiendo a creer aquello que piensan que creen. Esta es la diferencia entre creer algo y la noción o doctrina y realmente creerlo para que sea

operacional para ti bajo estrés y presión. Una prueba de esto es “¿Cuánta presión puedes soportar antes de comenzar a dudar lo que estas seguro que crees? Hazte estas dos preguntas:

1. "Si estuviera fuera en el Mar de Galilea y las olas fueran altas y el bote estuviera a punto de hundirse ¿Estaría calmado o asustado?" Me diría Jesús “No he visto tal fe en Israel” o diría “¿Por qué teméis hombres de poca fe?”

2." ¿Cuánto puede bajar la cuenta de banco antes de que me ponga ansioso y dude que Dios puede proveer? ¿En que punto comienza el pánico?”

La diferencia entre las respuestas que ponemos en el libro de estudios bíblicos y las respuestas que damos en medio de las presiones de vida pueden ser sorprendentes. Las creencias personales que tenemos y nuestras creencias operacionales bajo presión son diferentes. Esto puede no deberse a un doble ánimo, sino a la necesidad de madurez, aprender y crecer. Como cristianos comprometidos, estamos continuamente aprendiendo a creer verdaderamente lo que pensamos que creemos.

Así que vemos que la meta es tener un sistema de creencias completa y consistentemente Cristiano, que sea el único en el cual operamos, y que esté operando al nivel de los pensamientos y las intenciones de nuestro corazón y nos guíe en nuestra conducta diaria y que sea quien de información para todas nuestras respuestas emocionales. Este sistema de creencias nos llenará con gozo y nos dará postura y calma en medio de las pruebas de la vida. Será a nivel del corazón, práctico, bíblico, fuerte y singular. Nuestras vidas resonaran con fe y autenticidad.

El corazón puro de Jesús

En capítulos anteriores vimos las creencias de Jesús y como le dieron celo para limpiar el Templo, tranquilidad en la tormenta, y causó que se maravillara de la fe del centurión. Estas creencias justas le dieron emociones justas. Cuando miramos las creencias de Jesús encontramos que no hay “nidos de ave”, sino que hay una impactante pureza y sencillez. Sus pensamientos siempre fueron puros y escriturales y lógicos y correctos. Jesús nunca, ni por un segundo, estuvo temeroso o ansioso o cambiaba entre dos opiniones. Cuando el Diablo le ofreció los reinos del mundo, el no dijo, “déjame pensarlos por cinco minutos”. El corazón de Jesús estaba tan fijo en Dios y sus intenciones eran tan puras que no dudó aun ante la mas fuerte tentación. Jesús era puro de corazón y no pecó, ni en sus pensamientos ni en sus intenciones.

Si podemos ser como Jesús en todos lo aspectos entonces debemos buscar la pureza del corazón. Inicialmente esto parece un viaje largo e imposible. La pureza de los pensamientos y las intenciones parecen ser inciertos en un mundo lleno de maldad (a menos que nos encerremos en un monasterio) y poco práctico lograrlos en esta vida. Pero la promesa de Jesús en las Beatitudes es que “El puro de corazón vera a Dios” (Mateo5:8) y al parecer está llamándonos al imposible viaje de arreglar y limpiar nuestro nido de ave, cambiando nuestras creencias y teniendo relación con El. Hay algunas referencias en el nuevo Testamento en relación a este tema y he enumerado las seis mas importantes:

Mateo 5:8 LBLA Bienaventurados los de limpio corazón, pues ellos verán a Dios.

1Timoteo 1:5 LBLA Pero el propósito de nuestra instrucción es el amor nacido de un corazón puro, de una buena conciencia y de una fe sincera.

2Timoteo 2:22 LBLA Huye, pues, de las pasiones juveniles y sigue la justicia, la fe, el amor y la paz, con los que invocan al Señor con un corazón puro.

Tito 1:15 LBLA Todas las cosas son puras para los puros, mas para los corrompidos e incrédulos nada es puro, sino que tanto su mente como su conciencia están corrompidas.

1Pedro 1:22 LBLA Puesto que en obediencia a la verdad habéis purificado vuestras almas para un amor sincero de hermanos, amaos unos a otros entrañablemente, de corazón puro.

1Juan 3:2-3 LBLA Amados, ahora somos hijos de Dios y aún no se ha manifestado lo que habremos de ser. Pero sabemos que cuando Él se manifieste, seremos semejantes a El porque le veremos como El es. (3) Y todo el que tiene esta esperanza puesta en El, se purifica, así como El es puro.

De las referencias arriba vemos que el corazón humano es purificado por el amor que obedece la verdad en el poder del Espíritu Santo (1 Pedro 1:22) y basa su esperanza en ser como Jesús (1 Juan 2:2,3) y cuando esta renovación toma lugar, la persona ayuda en el proceso al apartarse de las pasiones juveniles, todo lo que mancha la conciencia y toda falta de sinceridad (1 Timoteo 1:5, 2:33) para ser purificados para amar a los hermanos con un profundo y sincero amor. (1 Timoteo 1:5). Finalmente todas las cosas serán puras para nosotros (Tit1:5) y lo veremos tal cual es (1 Juan 3:2).

Así que vemos que la pureza de corazón incluye dos aspectos principales. Primeramente esperamos en Dios y obedecemos la verdad en el poder del Espíritu Santo. Esto establece la conexión con Dios para que El pueda obrar en nosotros y renovarnos. También activa la ley de la semejanza – que nos transformamos en aquellos que amamos y adoramos y respetamos y obedecemos, y esto también nos purifica. Segundo, hacemos cosas para purificarnos a nosotros mismos. Huimos de las pasiones juveniles, evitamos amar al dinero, evitamos la falta de sinceridad y la adulación y tomamos el control de lo que esta mal en nuestro interior. Necesitamos dos aspectos. Sin el amor y la adoración todas las técnicas humanas serán solamente un fútil legalismo. Pero sin las técnicas humanas, la pureza que recibimos por medio de la oración será constantemente socavada por el desorden que tenemos en nuestro interior, o en el que nos metamos.

Jesús buscó el amor y era puro, no de la otra manera. El amor nos purifica, pero la pureza no puede hacernos amar. Así que para Jesús, su agenda y el motivo que lo dirigía era la gloria del Padre y la compasión por los perdidos y este ardiente amor y todo lo que era justo y bueno y santo aseguraba que El era puro. Para Jesús el amor era la prioridad y la pureza estaba de alguna manera atado como una cualidad de ardiente amor. Desafortunadamente muchos cristianos han cambiado esto de la otra manera y la búsqueda de la pureza como fin en si misma los ha hecho legalistas y egoístas. La búsqueda de la pureza puede hacernos Fariseos o Cristianos altamente introspectivos quienes siempre nos preocupamos sobre este o aquel pensamiento o por nuestro pecado. El amor es la cura para el legalismo. La pureza esta en su mejor momento cuando es una cualidad del amor. Los versos arriba nos dicen que debemos amarnos unos a otros con un corazón puro. El amor esta primero y es mas importante, la cualidad de este amor esta entonces descrito como “puro”. Al amar a Dios y al hermano en obediencia bíblica y el poder del Espíritu Santo somos purificados y al ser purificados nuestro amor mejora. Entonces, enrollemos nuestras mangas y comencemos a limpiar este nido de aves.

Primero - ¿Por qué Debemos Cambiar Nuestras Creencias?

¿Por qué molestarnos? ¿Por qué no cargar con este nido interior y creer lo que queramos ¿ Que esta mal con creer una mezcla de un poco de Hinduismo, un poco de Budismo y un grupo de versos bíblicos? ¿No tengo la libertad de tener creencias mezcladas si deseo?

Cierto. Tienes perfecta libertad de ser tan disfuncional en tus creencias privadas como quieras. Puedes elegir ser infeliz, inestable y sin realizarte. Nadie te lanzará a la cárcel si quieres creer cosas sin sentido. Desafortunadamente Dios no es tan liviano como la sociedad o el gobierno en este asunto. Dios esta extremadamente interesado en lo que creemos y en los pensamientos e intenciones de nuestro corazón. Estos son asuntos de importancia eterna que pueden decidir tu destino eterno y tu recompensa en el cielo, al igual que tu grado de felicidad en esta vida.

Aquí hay seis razones por las que debes trabajar en tus creencias interiores, personales:

1. Dios tiene cuidado de tus creencias personales y las pesa. El juzga los pensamientos y las intenciones del corazón. (Romanos 2:15,16; Jeremías 11:20; Hebreos 4:12).
2. Jesús espera que aumentemos nuestra fe y de hecho ¡lo demanda! Las expectativas que El tiene de sus discípulos incluyen estar calmados en las tormentas (Mateo 8:26), caminar sobre el agua (Mateo 14:31), creer en la provisión milagrosa (Mateo 6:30), ser capaces de entender las parábolas (Mateo 16:8), y ser capaces de echar fuera demonios, sanar los enfermos y levantar los muertos (Mateo 10:8). Cuando fallaron en hacer algunas de las cosas mencionadas arriba, eran severamente reprendidos (Mateo 17:20). La frase “Hombre de poca fe” (vea las referencias en Mateo arriba) muestra que se esperaba que los discípulos aprendieran a creer en Jesús con una fe que aumentaba. Jesús no nos llama a tener un nivel estático de fe. Sino que somos llamados a desarrollar una creciente “fe que mueve montañas” que comienza como una pequeña “semilla de mostaza” (Mateo 10:20).
3. La teología ínter-penetra la realidad. Cada creencia es teología. Carl Jung decía que cada problema humano después de los 35 años era espiritual en naturaleza. En una línea similar, aun las pequeñas voces, los oscuros murmullos del corazón humano y la maldad de las creencias de mentes pequeñas que tienen las personas son una forma de rebelión contra Dios y un lugar donde moran las tinieblas. Por ejemplo creer en tu corazón que el mundo apesta es maldecir al Creador. Jurar que siempre vas a estar seguro y que nunca amarás nuevamente es retirarte a la oscuridad y escapar el amor de Dios, El pone en las personas para que te toquen. Entonces, nuestras creencias tienen un componente teológico y necesitan ser traídas a la luz de la Palabra de Dios.
4. Como creemos determina lo que recibimos. “De acuerdo a tu fe será hecho” (Mateo 9:29, 15:28). Entonces tener una fe inestable, o de doble ánimo significa que no recibiremos nada de Dios (Santiago 1:5-8, 4:1-8). La fe puede traer sanidad (Mateo 9:22, Santiago 5:15-18) es un prerrequisito para recibir sabiduría de Dios (Santiago 1:5-8), para la provisión diaria y la reducción de la ansiedad (Mateo 6:30-34) y hace todas las cosas posibles (Marcos 9:23).
5. La fe de credo es insuficiente. Aun los demonios tiene una teología correcta en el sentido de que creen que Dios es uno – y tiemblan (Santiago 2:19). Entonces la mera creencia es insuficiente para la salvación. La creencia debe ser autentica, leal a Dios, del corazón y que tiene obras en la vida. (Santiago Capítulo 2). Los grandes hombres y mujeres de Dios, todos tuvieron extraordinarios sistemas de creencias personales que parecían estar aparte de su generación (Hebreos 11).

6. Dejar que las creencias disfuncionales y no bíblicas queden por ahí, puede causar que se fortalezcan, y sean mas disfuncionales y mas dolorosas. Trabajarlas ahora puede tomar trabajo, pero dejarlas lo hará mas difícil mas adelante Proverbios 4:23 SRV Sobre toda cosa guardada guarda tu corazón; Porque de él mana la vida.

La Diferencia

Cada iglesia tiene Cristianos miserables y gruñones que rodean los cristianos radiantes y que abundan en la fe. Entonces ¿cuál es la diferencia entre estos dos grupos? Ambos, los miserables y los Cristianos llenos de fe han escuchado exactamente los mismos sermones y han asistido a los mismos estudios bíblicos y se mezclan con exactamente las mismas personas en exactamente el mismo vecindario de la iglesia y pueden golpear las mismas cajas teológicas. Pero solo los cristianos que abundan en la fe han tomado el tiempo y esfuerzo para asegurarse de que sus creencias personales estén alineadas con la Palabra de Dios. Los Cristianos gruñones y cínicos han decidido no creer realmente. Ellos prefieren quejarse. Los cristianos llenos de fe han decidido que con la ayuda de Dios interpretan la realidad adecuadamente y han dado atención a su corazón. Ellos han decidido que ellos “creerán verdaderamente” y se han esforzado en su fe. Ahora siegan gozo y tienen mas éxito en sus vidas Cristianas.

Una Ilustración de Cambiar las Creencias de Un Mundo Secular

Aun el mundo secular ha descubierto los beneficios de trabajar con su sistema de creencia. El movimiento de “pensamiento positivo” de Dale Carnegie / Zig Ziglar con sus afirmaciones y motivaciones personales, demostraron el poder de trabajar en las creencias personales. Cambió malos vendedores a ser mejores vendedores. Cambió personas infelices y poco entusiastas a ser gente entusiasta. Atrapó un fragmento de la Verdad (tomada incidentalmente de la familiaridad de los fundadores con la Biblia) y los aplicó exitosamente a la vida diaria. ¿Por qué los vendedores estuvieron tan disponibles a adoptar sistemáticamente un nuevo sistema de creencias? ¿Qué los motivó a tratar? ¿Por qué no los dejaron en la “canasta de las cosas difíciles”?

1. Ellos se encontraron con otras personas que parecen exitosas y que dijeron que el pensamiento positivo era la clave para el éxito.
2. Estas otras personas demostraron una personalidad viva y entusiasta que deseaban poseer.
3. Ellos compararon su personalidad y resultados con la de los pensadores positivos y decidieron cambiar.
4. El pensamiento positivo hizo sentido intuitivo y los dichos cortos “sonaban” como verdad para ellos.
5. El sistema fue magistralmente presentado.
6. El sistema fue simple y fácil de aplicar.
7. El éxito inicial fue fácil y esto reforzó el esfuerzo requerido para cambiar sus creencias.

¿Si los vendedores pueden trabajar diligentemente en su sistema de creencias para vender seguros, entonces podemos trabajar en su sistema de creencia para crecer en el Reino y ser cristianos maduros? Nuestra meta no es solamente ser felices, positivos y motivados, aunque eso no esta mal para comenzar si eres infeliz, negativo y apático. Nuestra meta es tener un grupo de

creencias transformadoras que nos dan las emociones que nos hacen cristianos completos y nos dan poder en el Reino.

Praxis – Una Palabra Extraña Para Una Gran Manera de Cambiarte a Ti Mismo.

No se cuales son tus creencias equivocadas así que no puedo escribir un libro que diga “si creen X, entonces estarás mejor cambiando y creyendo Y”. Eso seria largo, pesado y sobre-prescriptivo. En lugar de respuestas individuales puedo darte un sistema que puedas poner en acción cada día para firmemente crear sistemas de creencias mas funcionales. Este método necesita ser simple para que puedan ser aplicados a una gran variedad de situaciones. Ese método se llama praxis (piensa en practico) y praxis es un ciclo de acción y reflexión. Es como el método experimental para aplicarlo a la vida real.

A los discípulos, los vemos teniendo algunas experiencias fuertes tales como fallar en la sanidad y entonces preguntándole a Jesús una pregunta como “¿por que no pudimos sanarlo...” y entonces aprendieron de la combinación y la reflexión. Muchos de nosotros enfrentamos las mismas tareas como nuevos convertidos cuando primeramente comenzamos a compartir el evangelio. Nuestro primer intento puede tener poco tacto y ser ingenuo como “Papa, sino crees en Jesús vas a terminar en el Infierno.” ¡La acción resultante pudo haber causado que consideremos una manera mas sabia de compartir a Jesús con aquellos que amamos! Entonces, compartimos en evangelio mucho mejor la próxima vez.

Vemos como el praxis nos ayuda a cambiar nuestra estructura de creencias y consecuentemente las emociones. Aquí hay siete pasos:

1. Entramos en una situación donde no funcionamos tan bien como nos gustaría emocionalmente.
2. Reflexionamos y preguntamos: “¿Que creencias están bajo estas emociones indeseables.?”
3. Sondeamos mas profundamente y preguntamos : ¿Son estas creencias verdaderas y bíblicas de acuerdo con los hechos?
4. Construimos creencias bíblicas nuevas, mas bíblicas y reales sobre esa situación.
5. Reforzamos estas creencias en nosotros mismos.
6. Cuando entramos nuevamente en la situación y probamos nuestras nuevas creencias para ver si nos ayudan a funcionar mejor.
7. Miramos los resultados científicamente y objetivamente y decidimos mantener las nuevas creencias, modificar los nuevos beneficios o mantener las viejas creencias.

Situación Disfuncional: No puedes orar en una reunión de oración. Solo te sientas allí horrorizado de hablar.

¿Qué sistemas de creencias están bajo estas emociones indeseables? : Las creencias pueden ser “No soy digno de orar” o “ No tengo nada importante de decir” o “Ellos solo pensaran que soy estúpido.”

¿Son estas Creencias verdaderas y bíblicas y están de acuerdo con los hechos? No, no lo son.

No soy digno de orar: En Cristo eres digno. Digno de estar de pie delante de Dios. No han condenación ante El. Tienes acceso directo al Padre. Tienes derecho de orar tanto como lo tiene un pastor o misionero.

No tengo nada importante que decir; Cada oración es importante para dios y los puntos de oración que compartimos son realmente importantes. Tu puedes orar por ellos.

Solo pensarán que soy estúpido. ¿A quien le importa? Dios no piensa que eres estúpido. Además si las personas son hombres y mujeres de Dios entonces tu falta de palabras no les molestará ni un poco.

Construye Nuevos, mas reales y bíblicas creencias sobre la situación: "Soy plenamente digno para orar, tengo cosas importantes que decir y mi falta de palabras en la oración no es problema para Dios y no debe serlo para otros. No temeré la opinión del hombre. Seré valiente y un cristiano lleno de poder que puede orar por la obra misionera mundial."

Refuerza esta nueva creencia en ti mismo. Haz que esta nueva creencia penetre en ti. Por ejemplo – dilo en voz alta diez veces, o escríbelo claramente en una tarjeta y ponla en la Biblia o donde puedas verlo diariamente hasta la próxima reunión de oración.

Entra nuevamente en la situación y prueba tus nuevas creencias: Ve a la reunión de oración y ora en voz alta una corta oración. ¿cómo se siente? ¿Tienes mayor confianza? ¿De repente encontraste nuevos amigos? ¿Alguien te dijo "Que bueno que te escuche orar..." Tal vez aun tenias algunos nervios pero sentiste que diste un paso hacia adelante.

Mira los resultados científica y objetivamente. Clasifica las cosas del uno al 10. "OK pero fue un 7.5 de diez, mis nuevos sistemas de creencia son mucho mas funcionales pero aun estoy un poco nervioso. Mantendré la tarjeta en mi Biblia otro mes y entonces volveré a tratar." Tal vez te has dado cuenta de que también sientes mayor confianza en las reuniones del trabajo. Al cambiar las creencias otras áreas de tu vida pueden ser beneficiadas de igual manera.

Este proceso de siete pasos es muy similar a como revisamos inconscientemente nuestro sistema de creencias a diario. Mientras que las situaciones de la vida confirman o no nuestras creencias, continuamente aprendemos y ajustamos y probamos nuestras creencias. Sin embargo en la "vida real" lo hacemos inconscientemente, parcialmente y estamos sujetos a la negación y la distorsión en el proceso. Al hacer la formación de nuestras creencias un proceso conciente, objetivo y lógico y escritural, seguramente terminaremos con creencias que trabajan en forma constructiva. Probemos este proceso en otras situaciones – en las finanzas.

situación Disfuncional: Bill siente una llamada para el Colegio Bíblico, pero teme los gastos y la pérdida de ingreso.

¿Qué creencias están detrás de estas emociones indeseables? : Las creencias que Bill encuentra en los "pensamientos e intenciones de su corazón" so una mezcla, incluyendo:

"Siempre debo tener una buena cantidad de dinero en el banco."

"Es tonto confiar en dios cuando no sabes como pagar los gastos"

"Necesito independizarme"

"Me daría vergüenza tomar dinero de otros y tener personas que paguen mis estudios"

y "nunca me regresaran el dinero que pierda en salarios y gastos escolares"

¿Son estas creencias verdadera y bíblicas y están de acuerdo don los Hechos?: Bill ha leído los evangelios y el Sermón del Monte en particular y escribe las siguientes conclusiones:

"Tener una buena cantidad de dinero en el banco es deseable y bueno, pero tener la Palabra de Dios en mi vida es aun mas importante. Lo que gane del colegio bíblico es mas que dinero en el banco."

"no es tonto confiar en Dios financieramente, Jesús, Pablo, los apóstoles y muchos grandes lideres cristianos lo ha hechos. Caminare por fe y no por vista. Dios promete suplir mis necesidades si le busco primeramente a tu Reino y su Justicia."

"Puedo sentir la necesidad de ser independiente, pero eso es solo para enorgullecerme al hablar. Las Escrituras dicen que debo depender en Dios y ser inter-dependiente con otros, dar y recibir en comunidad – particularmente con creyentes."

"No es vergonzoso recibir de otros entendiendo que no los estas usando o manipulando. Si ellos desean dar, esta es la obra de Dios en sus corazones. Ambos Jesús y Pablo aceptaron el apoyo de otros, así que esta bien para mi hacerlo."

"Nunca podré recuperar el dinero, pero es como perder un tesoro terrenal para ganar un tesoro en el cielo. Además Dios no es deudor a los hombres."

Refuerza este nuevo sistema de creencias. Bill va a su compañero de oración Sam con sus pensamientos y respuestas escritas. Sam las lee y habla sobre ellas con Bill y dice "Has llegado a algunas buenas conclusiones bíblicas Bill, me gustaría pensar así, son clave. Estas en lo correcto, Dios puede proveer para tus necesidades." Juntos oran para que Bill pueda tener el valor de aplicar para el Colegio Bíblico y que sus necesidades financieras puedan ser cumplidas. Bill le pide a Sam para que le ayude y verifique si envió las formas al colegio.

Entra a la situación nuevamente y prueba tus creencias: Bill regresa a su casa, tomas las formas y las llena. El tarda unos días pero eventualmente las envía al colegio. Siente un sentido de alivio y agradecimiento, pues ha tenido el valor de obedecer.

Mira los resultados científica y objetivamente: Muy bien, al menos 9 de 10. Bill ya no se siente paralizado por sus creencias sobre el dinero. Su obediencia no esta limitada a su cuenta de banco. El ha salido al otro lado y ha puesto en acción un nuevo grupo de creencias sobre provisión y finanzas. El tiene un poco de duda y nervios, pero siente que un nuevo mundo se abre ante el. ¡Servir a Dios será bueno!

Así que vemos el método de praxis puede ayudarnos a ajustar las creencias operacionales de nuestra vida real, hasta que se alineen con las Escrituras, la lógica y la voluntad de Dios. Puede

parecer un poco largo al principio, pero una vez estas conciente de tus creencias y estas al tanto de tus áreas debilidad, entonces encontrarás que corregir un área abre otras, y pronto las nuevas buenas creencias se refuerzan una a la otra, y entonces te sientes mas fuerte en tu interior. Esta cooperación activa con la obra renovadora del Espíritu Santo pueden ser de gran ayuda para la santificación practica.

Fe y Obras, Creencias y Acciones

Las creencias incorrectas pueden hacer que se levanten emociones negativas fuertes, tales como el miedo, la duda y el titubeo. Estas emociones pueden herir o paralizar nuestra habilidad para obedecer a Dios. La fe y la obediencia parecen estar conectadas hasta cierto punto vía las emociones. Recuerda que dijimos mas temprano – Dios nos conecta por medio de la fe, que obra por medio del amor. Que aplica sabiduría y conocimiento específico y enfocado para hacer buenas obras. Las buenas obras necesitas el poder motivador de la emoción mayor llamada amor. La palabra emoción viene de la misma palabra en el latín de motivo, motor, etc. Significa “moverte hacia delante”. Las emociones son sentimientos que nos mueven a las acciones y en algunos casos bloquean la acción. Cuando los pensamientos y las intenciones del corazón no están alineadas correctamente, nuestras emociones no nos ayudaran a obedecer a Dios, y pueden lastimar nuestro servicio a El. Al corregir estas creencias, entonces nuestras emociones tenderán a acomodarse y seremos mas capaces de ejecutar los mandamientos de la Escritura y seguir la dirección del Espíritu Santo.

Claro, esto tiene fuertes implicaciones teológicas en el debate de cómo obra la fe. Mi posición es que la fe que es del corazón, y continua a través del tiempo, resultara en obras consistentes con esa fe. Si una personas dice creer en algo, pero nunca actúa de acuerdo con esa creencia, puede asumirse que esa creencia es sostenida con debilidad o es, como dice Santiago, “muerta” (Santiago 2;20,26).

Por ejemplo alguien puede decir “Creo en la resurrección de la muerte y la vida eterna. Eso es bueno. Esa persona pueden tener obras consistentes con una creencia en una vida después de la vida y una recompensa en el cielo. Por ejemplo ellos pueden ser capaces de sacrificar recompensas materiales para ganar recompensas espirituales. O ellos pueden hacer buenas obras que nadie vea, creyendo que serán recompensados en el cielo. Pero si ellos viven totalmente materialistas entonces niegas la profesión de su fe. Si vamos a ver los verdaderos “pensamientos e intenciones del corazón” de una personas materialista, sus creencias reales probablemente tendrán poco que ver con la vida eterna. Sus creencia en la resurrección simplemente son sostenidas por el bien de conformidad doctrinal o la convicción intelectual y tiene poco poder en la vida de la persona. Es en efecto una creencia muy enferma o “muerta”.

Las obras son una guía para nosotros para que veamos si nuestra fe esta realmente viva, es salvadora, viva y productiva. Nuestras obras dicen al mundo que creencias sostenemos que son lo suficientemente fuertes para vivir y actuar en ellas. Las obras son una guía confiable sobre Lo que realmente creemos en nuestro corazón. En un sentido nuestras obras son nuestra doctrina. Nuestras obras son la manifestación de nuestras creencias, que están preparadas para actuar en ellas, vivirlas y sostenernos en ellas en nuestra vida diaria. Pablo es definitivo cuando dice que no somos salvos por las obras de la ley. Pero el también es definitivo cuando dice que la fe obra por el amor (Gálatas 5:6) debe resultar en buenas obras que Dios ha preparado de antemano para nosotros hacer. (Efesios 2:8-10). La fe obra, la fe hace cosas, la fe dispensa energía para hacer el bien.

Las obras de Jesús resultaron en acción (Hechos 10:38) basadas en la compasión (Mateo 9:36-38, 14:14).

En varias ocasiones la compasión “movía” a Jesús a actuar en oración, sanidad, limpieza y enseñanza. Entonces la fe actúa por medio del amor y la compasión. La fe que rehúsa actuar por medio del amor es haragana, enferma o muerta.

Moviéndonos de la parálisis al poder

La conexión entre lo que creemos y como lo ponemos en acción es por medio de nuestro poder interior de motivación – nuestras emociones. Nuestras emociones pueden paralizar nuestra habilidad de obedecer. Cuando esto ocurre, necesitamos hacer lo que hizo Bill y examinar los pensamientos y las intenciones del corazón para ver si realmente son contrarias a lo que tratamos de hacer. Al corregir estas creencias en nuestro corazón encontraremos nueva libertad para obedecer y libertad para la ansiedad y los conflictos internos.

Para hacer esto tendrán que rendir las creencias que son de consistencia perfecta, que todos los pensamientos y emociones e intenciones del corazón son consistentes unas con otras. Como ejemplo de creencias conflictivas, tomemos una persona que haya declarado temprano en su vida “Nunca seré pobre”. Mas tarde en su vida esta persona siente un fuerte llamado a ser un misionero de fe. Puede ser predicho que el viejo voto y la nueva resolución estarán en conflicto y que el o ella puede experimentar cierta resistencia, confusión y duda. Este ataque de la duda puede ser atribuido primordialmente a la falta de fe o al compromiso. Sin embargo si el voto es recordado y se renuncia a él, entonces el conflicto es resuelto. No era tanto la falta de fe, como una fe que tenía un impedimento.

Como trabaja la mente

Para entender el poder de estos pensamientos conflictivos, las intenciones, los votos y los deseos, debes entender un poco como la mente procesa la vida y en particular como maneja el tiempo. La mente no tiene conciencia del tiempo reloj como las horas, días, meses y años. La mente usa el tiempo evento donde los eventos son el indicador sobre cuando las cosas deben pasar. Por ejemplo, “a las dos de la tarde voy a dormir”, es el tiempo reloj, mientras que “Después de la cena voy a dormir” es el tiempo evento. El evento es el “reloj”. La mente usa el tiempo evento por ejemplo “Cuando crezca voy a ser...” Después que me case voy a... “Hasta que salga de casa voy a tener que”, etc.

Los eventos y las instrucciones continuas en la mente hasta que el tiempo evento es alcanzado y termina. Donde no hay fecha de terminación incluida, la instrucción continua indefinidamente. Toma un estudiante que se dijo usualmente “Tengo que estudiar fuerte todo el tiempo: y quien ha internalizado esta instrucción. ¿Qué está mal? No hay tiempo dado para que esta instrucción termine. El no dijo “Tengo que estudiar fuerte hasta que los exámenes terminen, entonces puedo relajarme.” Sino que dijo “Tengo que estudiar fuerte todo el tiempo”. Por causa de la naturaleza absoluta de esta instrucción, aun en los días de fiesta, su subconsciente está recordándole que “tiene que estudiar”. No hay una “interruptor” para apagar la instrucción, no hay resolución, y en ocasiones el estudio deja de ser beneficioso para ser una compulsión. El sobre uso de instrucciones, sin una “fecha para apagar” puede dirigir a una persona a sentirse con mucho estrés, pues el programa subconsciente mantiene enviando mensajes y recordándoles “debes hacer X, y Y y Z t P y Q y R...”

Los mismo ocurre si el evento de terminación nunca ocurre, o no es notado. En ocasiones la mente subconsciente necesita que se le diga que un evento particular ha tomado lugar para que alguna emoción sea realmente resuelta. Por ejemplo alguien puede necesitar decirse a si mismo “ya no eres un pequeño niño indefenso, eres un adulto ahora, puedes sentirte seguro.” O mas comúnmente “Puedes relajarte ahora, ya no estas en el trabajo.” Decirte que puedes apagar es una instrucción importante.

Segundo, la mente guarda cosas en estado binario como “encendido” o “apagado”, “resuelto” o “sin resolver”, “logrado” o “debe ser completado”, “satisfecho” o “insatisfecho”, “culpable” o “perdonado”. También puede guardar cosas como “una causa” o “un efecto”. (Incidentalmente estos estados binarios son elegantemente reflejados en oraciones con verbos que no tienen tiempo, del lenguaje Hebreo usado en el Antiguo Testamento). Memorias, pensamientos, intenciones, votos y promesas interiores, existen en este estado binario. La única manera de tratar con ellas es cuestionándolas o resolviéndolas o de alguna manera moverlas de un estado a otro. Entonces un viejo voto usando palabras como “Yo nunca” o “Debo siempre” pueden vivir como una realidad del subconsciente siempre presente a través de la vida de una persona, a menos que no sean resueltas.

Par ilustrar, pensar en una memoria recurrente o embarazosa que parece tan “real como ayer”. Cuando surge tiene toda la intensidad de veinte años atrás. El tiempo no ha sanado. El tiempo no sana. La única manera de tratar con esa memoria es resolviéndola al apagarla y decir “Hey, eso paso, he crecido mas allá de esto”. Una cosas que algunos de mis clientes han encontrado útil es imaginar que están en un bote en medio del mar y lanzan estos momentos embarazosos en el océano, uno a uno y ven como se van hundiendo. Esto los resuelve y presiona el interruptor de “apagado” en el subconsciente y nos mueve a la categoría de “trabajado” y entonces es desactivado. Muchas personas han reportado que esto les ha dado alivio.

Tercero, la mente trabaja con asociaciones bastante desligadas. Algunas de estas asociaciones (especialmente con gran placer o gran dolor) son muy fuertes y rápidas, mientras que otras, procesadas a niveles mas elevados de la neo-corteza son mas sofisticadas. No es poco común experimentar cadenas de asociaciones donde una lleva a la otra y entonces nos lleva a otra cosa. Esto puede ser bastante bizarro en pacientes con psicosis. Cuando algo “se parece”, “se siente parecido”, “huele a” o “suena como” otras cosas, entonces una cascada de pensamientos, memorias y reacciones emocionales pueden ser producidos. La emoción es usualmente transferida de la copia original. Alguien puede reaccionar a su jefe como su padre o a su nueva esposa, como si fuera la anterior. Estas asociaciones y las reacciones y emociones consecuentes que le siguen pueden producir trágicos mal entendidos. “Se parece, entonces es, entonces debo, porque en una ocasión...”

Así que los planes de la vida interior, los votos, las promesas personales y los deseos profundos retienen poder en la psiquis por el tiempo que estén “activos”. Cuando, después en la vida, tratamos de hacer la voluntad de Dios y encontramos que hemos sido “saboteados” desde el interior puede que algunas de estas motivaciones interiores estén en operación. Por ejemplo, Pablo el programador, un buen Cristiano y un muy competente técnico de computadoras. Fallo en su primer año de universidad debido a que bebía mucho antes de ser convertido. El vino a mi para dirección en su carrera y cuando hizo el examen de Inteligencia Emocional, el resultado fue tan alto de estaba “fuera de la grafica”. Le recomendé una especialidad medica después de hacer otros exámenes, pero Pablo nunca trato de seguir el consejo. Su promesa interior decía “Nunca debo fallar otra vez, debo ser siempre perfecto” estaba en control y falle en llegar a ningún lado. Han pasado veinte años desde que fallo en la Universidad y que hoy Pablo vive una vida de

seguridad interior desperdiciando las habilidades dadas por Dios. Los viejos miedos, votos y promesas que nos hacemos pueden devastar nuestro potencial.

Juegos y guión de la vida

Juegos y guiones de vida, fueron primeramente identificados y popularizados por Eric Berne quien desarrollo un Análisis Transaccional en su bien conocido libro “Juego que juega la gente” (*“Games That People Play”*). Mientras que no me suscribo totalmente a su análisis y los tres estados del ego, sus observaciones con de real y genuina importancia. El ha observado a las personas verdaderamente muy de cerca. Juegos y el guión de la vida son muy complejos y en ocasiones envuelven una usualmente siniestra “paga” para la persona que los juega. Un ejemplos es el juego “Tu y El Pelean” donde una atractiva mujer crea una situación donde dos hombres entran en conflicto – la paga es el sentido de poder sobre el hombre, cuando las personas pelean por ella y su asombro ante su comportamiento.

Novelistas y Escritores son agudos observadores de estos juegos internos y los guiones por los que las personas viven y actúan casi inconcientemente como su si destino o final sea actual así. Algunos guiones de vida trágicos vienen de Dios como el de Judas que fue determinado para ser el “Hijo de Perdición” quien traicionaría a Cristo. Por otro lado Juan el Bautista tuvo un claro guión de vida como profeta. Tales guiones de vida son raros. Mas usualmente nos programamos y podemos desprogramarnos de igual manera. Algunas persona crean complejos escenarios para evadir tomar responsabilidades por nuestra vida y acciones. Por ejemplo, la persona que siempre “trata” pero nunca tiene éxito, ser exitoso trae consigo y el temor de la culpa y el fracaso. Esta es un área interesante, pero debo continuar.

Es suficiente decir que las intenciones de nuestro corazón pueden ser tan complejas como un drama o novela por muchos anos con pocas motivaciones centrales haciendo continuar la trama sin descanso. La persona puede ignorar totalmente el juego o el guión de vida. La intenciones complejas pueden exitosamente morar bajo el nivel del conciencia – ¡especialmente si es algo deshonorables!

Entonces para movernos de la parálisis al poder necesitamos ser capaces de trabajar con los pensamientos y las intenciones del corazón para traerla a conformidad con la voluntad de dios. Aquí hay algunas técnicas para los siete pasos de la praxis expuestas anteriormente en este capítulo:

- *Enfrenta y Esta Al Tanto de las Intenciones de Tu corazón:* Puede ser difícil para algunas personas admitir que son complejas y que están llenas de motivaciones conflictivas. Admitir intenciones bajas, deshonestas, elaboradas o manipuladores no es fácil para los Cristianos. Muchas personas están completamente cegadas a este oscuro lado de su carácter. Ora y pídele a Dios que revele los pensamientos y las intenciones de tu corazón para que puedas traerlas a la luz y tratar con ellas.

- *Lista las Varias Intenciones Conflictivas:* Esto es en ocasiones todo lo que se necesita. Por ejemplo un adolescente puede encontrar que tiene dos intenciones 1. Estar a fuego por Dios y ser un poderoso testigo de Jesús y 2. Ser popular con los populares, no cristianos que conoces. Una vez realizas que el esta tratando de hacer dos cosas a la vez y que pides lo imposible entonces el sentido común y la madurez cristiana le ayudara a elegir sufrir un poco por el Señor. Simplemente listar las varias intenciones de nuestro corazón juzgarlas bíblicamente puede ser capaces de resolver el dilema.

· *Confíésalos a Dios:* Confiesa tus motivos equivocados a Dios y pide Su perdón y limpieza.

· *No Hagas provisión para Intenciones Malvadas:* No te des la razón para preservar tus malas intenciones. Rechaza lo que necesitan si están implementadas. Si las malas intenciones de tu corazón es homicidio – no compres una pistola. Si la mala intención en tu corazón es adulterio – no rentes un cuarto de hotel. Si la mala intención es robar de las ofrendas de la iglesia, asegura que alguien este contigo al contar el dinero. El principio es lo que ayudo a Agustín a rendir su vida libre y ser cristiano.

Romanos 13:12-14 SRV La noche ha pasado, y ha llegado el día: echemos, pues, las obras de las tinieblas, y vistámonos las armas de luz, (13) Andemos como de día, honestamente: no en glotonerías y borracheras, no en lechos y disoluciones, no en pendencias y envidia: (14) Mas vestíos del Señor Jesucristo, y no hagáis caso de la carne en sus deseos.

· *Escríbalo en Papel:* Al externalizar nuestras creencias e intenciones en ocasiones podemos tomarlas y tratar con ellas. Esto es usualmente el beneficio real de aquellos ejercicios de manejo como poner prioridades y hacer una declaración de la misión. A nivel personal si comienzas a establecer metas y prioridades y hacer una declaración de misión te encontraras con sentimientos incómodos de resistencia. Cuando los times trata de identificarlos, y escribe los sentimientos de resistencia aparte de la meta o prioridad. Traer el conflicto a la superficie y exponerlo. Por ejemplo un estudiante puede definir inicialmente un muy demandante plan de estudio y después de una fuente inicial de entusiasmo ver el plan y sentirse “atrapado”; tal vez puedes pensar “esto es estúpido” y tal vez aun desees renunciar. Debemos detenerlos y preguntar: “¿por qué pienso que es estúpido?” y la respuesta puede ser “Porque necesito una vida”. Una vez que esta necesidad es identificada podemos planificar bloques de tiempo para socializar, y mucho tiempo para estudiar. Entonces las dos intenciones “Necesito estudiar” y “Necesito una vida” pueden ambas ser usadas y el conflicto evitado. Entonces el progreso puede ser hecho en la meta principal de tener un grado mayor. Así que pon tus pensamientos, prioridades, metas e intenciones en papel dando atención a la resistencia interna al hacerlo. Identifica y resuelve los conflictos que emergen. De esta manera puedes terminar con metas que cumplan tus necesidades y todos los conflictos mayores satisfechos, para que puedas continuar adelante en la vida.

· *Dar Prioridades y Planificar la Buenas Intenciones Usando el Tiempo Evento:* En ocasiones la parálisis viene de muchas buenas intenciones y todas quieren atención urgente a la vez. Todas tienen sus luces de “encendido” parpadeando, por decirlo así. La sobrecarga resultante, confusión y estrés pueden ser detenidos logrando ciertas cosas a la vez. Usa el tiempo evento del subconsciente para dar prioridades. Primero haré A, entonces, cuando termine, daré atención a B, entonces cuando eso este completo a C y D. Jesús da casi todas Sus instrucciones en tiempo evento “después que hayan” “cuando ellos” “esperen en Jerusalén hasta que” etc. Esta es la manera mas pacífica y relajante de hacer las cosas. Axial que cuando este congestionado mentalmente con muchas buenas intenciones compitiendo en tu corazón , escríbelas todas en una hoja de papel y entonces agrúpalas, estas primero, entonces estas y las otras aquí, etc. Aunque las tareas no estén hechas, el asunto de urgencia es resuelto en términos que tu mente sub conciente puede entender y te sentirás mas lleno de paz. ¡Inténtalo!

· *Revoca los votos personales:* Revoca votos viejos que ahora son contrarios a la voluntad de Dios. Tus promesas a ti mismo no son tan importantes como la obediencia Cristiana. Aun puedes hacer algo tan formal como escribir el viejo voto en una hoja de papel y escribir “Revocado” a través de el y entonces quemar el papel. En ocasiones puedes revocar un tonto voto hecho a Dios en el caso de que debas decir la razón por la que estás revocándolo y pedir Su

perdón. Es por buenas razones que los votos y las promesas son eliminadas en el Nuevo Testamento (Mateo 5:33-37, Santiago 5:12).

· *Cambia el Lenguaje Absoluto*: Si te dices a ti mismo “Siempre tengo que...” entonces es como fijar un interruptor mental en la posición de “encendido siempre”. Le has dicho a tu mente que siempre tienes que hacer X y recibirá y registrará esa instrucción como una prescripción permanente, una ley de Medos y Persas. La mente es bastante literal. Siempre significará siempre y nunca significará nunca. Palabras como “siempre”, “nunca”, “tengo”, “debo”, “perfecto” y “100%” están en nuestros interruptores mentales en la posición de “encendido”. Con bastantes de ellas nos sentiremos estancados, ansiosos y llenos de estrés al recibir instrucciones simultáneas y urgentes que hemos programados nosotros mismos... es mucho mejor hablar a las personas y “salir” a usar un lenguaje como “generalmente debo” y reservar el lenguaje absoluto para situaciones que son verdaderamente absolutas.

· *Evita el lenguaje psicósomático*: El uso repetido y enfático y metáforas de enfermedad, en ocasiones puede hacernos enfermos. Por ejemplo hombre quienes se dice que sus esposas son un “dolor en el cuello” tienden a sufrir de - correcto - un dolor en el cuello - y las personas que no pueden “sostenerse mas” ¡tienen dolores en las rodillas! Esto se llama lenguaje psicósomático, metáforas somáticas o “conversión” dependiendo de tu escuela de pensamiento y fue notado primeramente por Sigmund Freud. El dialogo interior como “Si esto ocurre me muero...” puede ser como un voto interior. La promesa de morir si X pasa mora en el sub-conciente y es entonces comenzado cuando el evento temido ocurre. La liberación de el voto “me muero” puede aumentar la oportunidad de una mayor enfermedad psicósomática. Permíteme decir que esto es generalmente el uso repetitivo, habitual y enfático de tales metáforas lo que las hacen un problema. Algunos libros de auto ayuda que he leído tiene una compresión alarmista y supersticiosa de términos como “maldecirte a ti mismo” y aun asignar poderes sobre naturales a este lenguaje. Yo no tengo esta visión de pánico. La terminología necesita ser insertada primero en la psiquis, solo entonces logra cualquier poder psico-psicológico. Aun entonces, la investigación muestra que la enfermedad psicósomática es cuando mas daño hace es donde hay debilidad física en un área. Pero predisponerse a esto por el lenguaje inadecuado debe ser evadido.

· *Enmarque los Pensamientos e Intenciones Concretamente y Positivamente*: Cuando re trabajas tus pensamientos e intenciones esto ayuda si esto desarrolla una imagen concreta de un futuro deseable. Por ejemplo un estudiante que batalla debe establecer la meta “Pasare en las Matemáticas” en lugar de “No voy a fracasar las matemáticas”. Cuando vemos las declaraciones de sanidades bíblicas, positivas y en visión en deseado fin positivo. Jesús no dijo a los leprosos “Lepra te reprendo” en su lugar el dijo “Se limpio” y Pedro y Juan no dijeron al cojo “Cojera vete”, sino que dijo “Levántate y camina”. Necesitamos ser enfocados en la solución, no en el problema. El resultado final positivo es lo que debe ser puesto ante los ojos de nuestro corazón. Estos resultados finales positivos en la Escritura, también son expresados en términos concretos. Esto parece trabajar mejor. “Ellos golpearan sus espadas para que las usen para la siembra” tiene mas poder en nuestro ser que “armas recicladas para ser implementos se siembra”. No se precisamente por que pero cuando declaramos nuestras metas y creencias en concreto, positivo, mostramos los términos parecemos recibirlos mas efectivamente.

· *Constantemente Repasa tus “Estructuras de Plausibilidad”*: Tenemos limites para lo que creemos que es posible o imposible, probable e improbable, plausible e implausible. El antropólogo Peter Berger llama a estas “estructuras plausibles” y dice que varían grandemente de cultura a cultura. Fui retado en esta área cuando era un misionero a Papua Nueva Guinea. Un cristiano

respetable me dijo que su hermano se había transformado en una serpiente pitón y había roto la puerta para salir y nunca ser visto otra vez. Mientras que esta era una explicación creíble para el, era imposible y plausible para mi. Mi estructura de plausibilidad fue retada. Aunque no abogo por la mentira cristiana abogo por retrabajar nuestros límites para que ellos se alineen con el punto de vista de las Escrituras de lo que es posible o imposible, plausible o implausible. Jesús dice nueve veces en los evangelios “nada es imposible con Dios” o “todas las cosas son posibles para Dios”. Su vida y milagros reflejan Su compromiso a esta creencia. Los límites que establecemos en nuestra vida son usualmente límites que hemos puesto en Dios al tener estructuras de plausibilidad heredadas del mundo en lugar de las Escrituras.

Hay mucho más que puede ser escrito sobre esto, pero espero que hayas captado la idea central de que necesitamos trabajar en los pensamientos y las intenciones de nuestro corazón, estar al tanto de lo que realmente está pasando ahí adentro, sacando las raíces de los hierbajos y sembrando buenas plantas en orden. Sin embargo esta es una tarea enorme y es muy difícil hacerlo solo – necesitamos a otros, y en particular necesitamos una comunidad cristiana dedicada a los mismos fines. Este es el tema del próximo capítulo.

Preguntas de Discusión

1. ¿Dios quiere que trabajes en tu sistema de creencias? ¿Cuánto “creen realmente”?
2. ¿estarás confiado en un pequeño bote en una tormenta en el Lago de Galilea? ¿Cómo piensas que Jesús maneja creer totalmente en Dios?
3. ¿Son las personas siempre consistentes en lo que creen? ¿Cuáles son los pensamientos e intenciones del corazón? ¿Cómo podemos terminar en conflicto unos con otros? ¿Cómo pueden enredarnos y evitar que hagamos la voluntad de Dios?
4. Al comenzar este libro dije que Dios nos une por medio de la fe que obra por el amor, que utiliza sabiduría y conocimiento específicamente enfocado a hacer buenas obras. ¿Cómo esto aplica aquí? ¿Cómo nuestras creencias obran por medio del amor para hacer buenas obras?
5. ¿Qué es praxis y como podemos usarla para cambiar nuestro sistema de creencias para que sea mejor?
6. ¿Cómo trabaja la mente? ¿Cuál es el tiempo evento?
7. ¿Por qué los votos pueden ser emocionalmente peligrosos? ¿Piensas que las intenciones de tu corazón siempre están “sobre cubierta”? ¿Qué puedes hacer para cambiar?

Una Comunidad de Aprendizaje – Cristianos En Comunidad Que Se Someten A Una Transformación Radical De Su Estructura de Creencias

Cita Misterio: “Nadie ha madurado en un teatro.”

Pausemos por un momento para pensar sobre la manera en que las comunidades a las que hemos pertenecido han formado nuestras creencias. Nuestra familia formó nuestras primeras creencias y nuestro contexto escolar y social muchas de nuestras otras creencias y la comunidad de la iglesia entonces añadieron aún más. Encima de esto las redes a las que hemos pertenecido y los grupos de amigos con los cuales usted ha discutido cosas, probablemente le han formado. Estar involucrados en la comunidad aportó a nosotros una enorme cantidad de lo que creemos. Las comunidades han formado tanto nuestras creencias formales como las informales, nuestras doctrinas, nuestros prejuicios, nuestras esperanzas y nuestras paranoias. Si las creencias son críticas para nuestra salud emocional y las creencias son formadas en la comunidad, entonces es lógico que al tener la clase correcta de comunidad ayudará grandemente en la transformación emocional. Una familia disfuncional es una comunidad emocionalmente destructiva que coloca creencias y percepciones incorrectas en la gente. La iglesia temprana era una comunidad muy funcional que era emocionalmente transformadora, llena de la alegría y donde se buscaba la paz, la proclamación de evangelio, y un lugar donde se hacían milagros. Seguramente se trato de que las creencia correctas; las percepciones y las prácticas fueran infundidas a la gente. Así que el poder de transformación de una comunidad cristiana llena por el Espíritu que esta correctamente basada en las Escrituras no puede ser subestimado.

Aprendemos, cambiamos y crecemos mejor en una aventurera comunidad cristiana, llena de fe. Parece una declaración bastante simple pero esto es una de esas cosas importantes que a menudo son descuidadas. Intentar transformarnos a nosotros mismos descuidando la importancia de la comunidad verdadera es lamentablemente bastante común. ¿Si olvidamos la comunidad cuáles son las alternativas? Veo sólo dos, (a) aprender solo por medio del sufriendo, introspección y libros de autoayuda y (b) aprendiendo en un aula. Ahora Dios si usa el sufrimiento para enseñarnos y él también usa la instrucción de aula y los sermones – sin embargo en mi opinión éstos son Sus recursos alternativos al aprendizaje aventurero en el cariño de la comunidad. Veamos sus recursos alternativos primero y por qué son menos que óptimos para aprender. Tendemos a hacer lo que siempre hacemos y conseguimos los resultados que siempre hemos conseguido.

El Modo Difícil de Cambiar...

El aprendizaje basado en nuestro propio sufrimiento y disciplina y el uso de libros de autoayuda es el modo difícil de cambiar. Algunos escritores de devocionales glorifican el sufrimiento como el camino verdadero a la transformación espiritual que trata de hacer nos ver lo que somos y conseguir que confiemos en Dios en todas las cosas. Su base para esto tiene alguna validez y es más o menos como sigue:

1. Incluso los Cristianos teológicamente correctos pueden tener creencias disfuncionales en el nivel "de los pensamientos y las intenciones del corazón".
2. Generalmente somos ciegos a lo que realmente creemos en nuestros corazones. Nos gusta pensar que creemos X cuando de hecho creemos Y. Nuestras verdaderas creencias nos avergüenzan así que las escondemos de nosotros mismos.
3. Generalmente sólo los problemas y las tribulaciones pueden exponer nuestras creencias verdaderas y permitir que perfeccionemos nuestra fe. En la prueba nos damos cuenta sobre los que nos hace sentir preocupados y temerosos y podemos aprender entonces a confiar totalmente en Dios en estas áreas.

4. Ser perfeccionados en obediencia significa permitir que los procesos, las tribulaciones y tentaciones nos muestran quien somos y lo que creemos. Debemos adaptarnos entonces a un grupo de creencias mas bíblico por las cuales entonces vivamos con integridad.
5. Podemos hacer esto nosotros mismos a través del estudio de Biblia, la oración, disciplina, autocontrol, reflexión sobre nuestros pecados, y el uso de libros de autoayuda.

El problema es que el sufrimiento es un maestro muy lento. ¿Por ejemplo cuántos los años de la lucha financiera tiene que pasar una persona antes de que aprendan a confiar en Dios por la provisión? También ¿Cómo distinguimos el sufrimiento que Dios usa para enseñarnos y el sufrimiento que viene de Satán? Aunque el sufrimiento tenga un lugar honorable en la vida cristiana es el profesor más difícil y más lento de todos. Debe haber un camino más fácil.

El modo Ligeramente más Fácil Pero Una Manera Bastante Impotente de Cambiar

Un libro salió titulado "Por qué la Mayor parte de Personas no Aprenden Casi Nada En la Iglesia y Que Hacer Sobre Ello". Me gusta el título. Indica una verdad importante - la Iglesia, el colegio de Biblia y la educación cristiana no son tan transformacionales como nos gustaría que fuesen. Como conferenciante a tiempo parcial de colegio de Biblia he tomado clases en exégesis bíblica, teología, historia de iglesia y orientación. Veo algún cambio, un poco de crecimiento, pero raramente el cambio transformacional que espero. El aula puede darle información provechosa una vez que usted ha realizado que tiene que cambiar en un área particular y busca realmente respuestas. Si usted esta desesperado por arreglar su matrimonio, un seminario de matrimonio cristiano puede ser de mucha ayuda en su transformación. Usted estaba listo a aprender. Sin embargo la mayor parte de estudiantes en la mayor parte de las clases no están listos para aprender. Ellos están allí sólo para pasar la clase de Historia de Iglesia. Peor, debido a que los estudiantes son extraídos de la verdadera vida ellos no tienen mucha oportunidad de aplicar lo que han aprendido en un verdadero contexto de vida y así el aprendizaje "no se queda". Usted los ve algunos de ellos cinco años más tarde y sacudes tu cabeza por sus errores. ¿Aprendieron algo? Otros por supuesto son una fuente de alegría. Los libros y las clases y los sermones sólo pueden llevarte hasta cierto punto. El aprendizaje académico no es lo suficientemente poderoso, no puede penetrar los enormes puntos ciegos que tenemos. Vamos al aula pero realmente no aprendemos muchas cosas que nos cambien. Así que la enseñanza termina y el sufrimiento comienza.

Entonces la mayor parte de los cristianos terminan siendo enseñados en el salón en las cosas en las que son enseñables y sufriendo donde no lo son enseñables. El salón de clases y muchos años de sufrimiento – ¿son los dos únicos modos en que podemos cambiar? ¿Y que del poder transformador del amor? ¿Y el desafío de la aventura? ¿Podemos aprender de experiencias poderosas que cambian la vida? ¿Podrían éstos movernos a lo largo un poco más rápido en el crecimiento que la enseñanza y el sufrimiento solo? ¡Debe haber un mejor camino - y lo hay! Este es el método con que Jesús solía cambiar a Sus discípulos y ampliar enormemente y transformar sus estructuras de creencia. Es el proceso de discipulado y de ser un estudiante disciplinado en una comunidad de aprendizaje. Veamos qué condujo a los discípulos a ser tan transformados.

¿El cambio de Nuestras Creencias a la Manera de Jesús - ¿Cómo Aprendieron los Discípulos?

¿Cómo consiguieron los discípulos aumentar su fe? ¿Cómo aprendieron ellos? ¿Cómo fueron ellos de una asombrosa incomprensión en el principio de Su ministerio a hombres de Dios y los fundadores de la fe en el Pentecostés? Éstos fueron los estudiantes espirituales más acertados en la historia así que veamos como ellos aprendieron y tal vez podemos aprender el mismo camino.

1. Los discípulos se hicieron ellos mismos estudiantes enseñables de Jesús. Ellos decidieron ser estudiantes no sabihondos. Ellos estuvieron listos para dejar una comodidad significativa a fin de aprender. (Mateo 19:27). Ellos rompieron con sus modelos habituales de vida que reforzó sus sistemas de creencia. Ellos dejaron sus redes de pesca u oficinas fiscales y siguieron a Jesús.
2. Ellos plantaron las enseñanzas de Jesús en sus corazones. Ellos probablemente aprendieron las mismas lecciones repetidas veces porque años más tarde ellos podrían repetir las palabra por palabra a sus oyentes.
3. Ellos tenían un deseo fuerte de heredar el Reino de Dios. De hecho esto dominó sus ambiciones personales. (Mateo 18:1-5)
4. Ellos expresaron un deseo fuerte de crecimiento personal específico por ejemplo "Señor, enseñarnos orar".
5. Ellos aceptaron la autoridad de Jesús sobre ellos y simplemente fueron donde Él fue, comieron lo que Él comió e hizo lo que Él mandó. Incluso cuando Jesús los reprochó ellos no se enfurruñaron.
6. Ellos creyeron que lo que Jesús dijo era verdadero, absolutamente verdadero y procuraron alinear sus creencia con las Suyas. (Juan 6)
7. Ellos miraron lo que Jesús hacía. Ellos vieron milagros y su visión de la realidad fue ampliada.
8. Ellos hicieron muchas preguntas y procuraron entender.
9. Ellos hablaron entre sí lo que Jesús dijo e hizo. (Mateo 16:7, Marcos 10:26)
10. Ellos aceptaron alta revelación de Jesús en relación a la autoridad de las Escrituras. (Mateo 5:17)
11. Ellos tomaron riesgos a fin de aprender como Pedro que trató de andar por el agua o sus varias tentativas en la sanidad.
12. Ellos vivieron con niveles altos de ambigüedad, confusión y misterio. Ellos parecieron aceptar la confusión retaba sus mentes como el precio de aprendizaje de algo que vale la pena. (Marcos 9:32, Juan 10:6 etc.)
13. Ellos muy gradualmente alejaron de ser competitivos y se hicieron cooperadores. Dejaron de tratar de exceder otro y en cambio, al momento de la resurrección parecía que trataban de animarse y edificarse el uno al otro. Se hicieron una comunidad alentadora y de aprendizaje.
14. Ellos trataron de hacer lo que Jesús hacía. Ellos comenzaron a bautizar personas en grandes números (Juan 4:1,2) y siguieron ejerciendo su fe en sanidades y ministerios de liberación y lo hicieron con algún éxito (Lucas 10:1-24).
15. Ellos cada vez más aceptaron la responsabilidad del ministerio. Al principio ellos eran seguidores bastante pasivos y al final parece que hubieran tenido asignaciones adjudicadas. Finalmente Jesús era capaz de entregarles la Gran Comisión sin incongruencia. (Mateo 28:18-20).

Las comunidades en la iglesia temprana y los viajes de apóstoles y misioneros que extendieron el evangelio en el 1er siglo también tomaron el discipulado aventurero en la comunidad muy seriamente. La razón por la que vemos cambios tan pequeño es que en vez de ser aventureros tratamos de quedarnos en nuestras zonas de comodidad físicas, emocionales e intelectuales. En vez de aceptar autoridades espirituales legítimas y responsabilidad (aunque puedan abusar de ello) somos independientes y poco enseñables. En vez de tolerar ambigüedad y confusión exigimos una teología simplificada, aguada y libre de paradojas. En vez de dejar a Dios definir la agenda de aprendizaje tratamos de decidir lo que aprenderemos y como y cuando. Queremos estar en el control de nuestro aprendizaje, nuestras vidas y nuestras personas. No queremos tormentas como recurso de enseñanza. Valoramos el Reino un poco y el mundo mucho y por consiguiente no tomamos riesgos ni hacemos los sacrificios para encontrar "las perlas del gran precio".

Un cambio profundo y revolucionario de nuestras estructuras de creencia y la autenticidad emocional y la alegría que viene con ella requiere un compromiso muy costoso de aprendizaje y transformación personal. Mientras el Espíritu Santo puede trabajar por medio un curso o un libro o un videos y producir algún cambio personal esta no es la clase de cambio profundo que usted consigue con el discipulado aventurero durante varios años. He visto grandes cambios en gente joven en un campo cristiano de un semana o un viaje de misiones a corto plazo de cuatro semanas que durante años de estudios de Biblia de buenos grupos juveniles. Mientras que la información tiene su lugar y puede causar transformaciones cuando es dada en el momento correcto estos no son los medios principales para transformar nuestras creencias. La revisión de nuestras creencias comienza con hacerse un estudiante activo sobre la vida, sobre Dios y sobre la gente y sumergirse en experiencias y relaciones y aún siendo dirigido por las Escrituras correctamente interpretadas. Para crear la estructura de creencias correcta en nuestras vidas tenemos que tratar de acercarnos las condiciones bajo las que los discípulos vivieron tanto como sea razonablemente posible. Los primeros Franciscanos tomaron el parecerse a los discípulos con seriedad total y pusieron a Europa de arriba abajo. Esto funciona.

La Importancia de una Comunidad de Aprendizaje

Jesús y los discípulos formaron una organización de aprendizaje, una comunidad llena de estudiantes disciplinados en los cuales las creencias fueron transformadas y la grandeza espiritual producida. Es casi imposible ser profundamente transformado fuera de la comunidad o como parte de una comunidad que es antitética a nuestras nuevas creencia de alguien y crecimiento. Los cultos toman este poder de transformar las creencias en y por la comunidad a un extremo destructivo y dañino. Es el crecimiento de la persona no el servicio de la organización que es de importancia crítica. Una comunidad de aprendizaje verdadera es lo opuesto a un culto. Es un lugar donde las personalidades individuales son desarrolladas - no aplastado para ser clones el uno del otro. A diferencia de un culto una comunidad de aprendizaje es un lugar donde la diferencia es permitida y donde la responsabilidad es mutua y constructiva no jerárquica y destructiva. Una comunidad de aprendizaje transformacional verdadera es un lugar de gran libertad y amor y aventura. Una vez experimenté un grupo de estudio de Biblia que era así y era un lugar emocionante y transformacional. He visto familias que son comunidades de aprendizaje y equipos de misiones que estaban en el borde de aventura y cambiando tanto el mundo como la gente dentro del equipo. Los pequeños grupos de amigos que buscan a Dios juntos como el Club Santo en Oxford bajo John Wesley y la Reunión de Oración de Haystak que han producido grandes avivamientos.

¿Cómo encontramos o creamos tal comunidad de aprendizaje?

Las Ocho Tensiones Creativas de una Comunidad de Aprendizaje

1 Pedro 5:1-7 LBLA "Por tanto, a los ancianos entre vosotros, exhorto yo, anciano como ellos y testigo de los padecimientos de Cristo, y también participante de la gloria que ha de ser revelada: (2) pastoread el rebaño de Dios entre vosotros, velando por él, no por obligación, sino voluntariamente, como quiere Dios; no por la avaricia del dinero, sino con sincero deseo; (3) tampoco como teniendo señorío sobre los que os han sido confiados, sino demostrando ser ejemplos del rebaño. (4) Y cuando aparezca el Príncipe de los pastores, recibiréis la corona inmarcesible de gloria. (5) Asimismo, vosotros los más jóvenes, estad sujetos a los mayores; y todos, revestíos de humildad en vuestro trato mutuo, porque DIOS RESISTE A LOS SOBERBIOS, PERO DA GRACIA A LOS HUMILDES. (6) Humillaos, pues, bajo la poderosa mano de Dios, para que El os exalte a su debido tiempo, (7) echando toda vuestra ansiedad sobre El, porque El tiene cuidado de vosotros."

Hay numerosos pasajes de Biblia que describen la clase ideal de la comunidad cristiana y la atmósfera de una organización de aprendizaje. Uno de éstos está arriba. Me parece que el aprendizaje de la comunidad gira alrededor de dos cosas – liderazgo y moral. En el reflejo de lo que hace una comunidad buena encuentro que implica equilibrar tensiones creativas. Demasiado de una cosa y la comunidad se hacen aburrida y burocrática, mucho de otra cosa y se autodestruye en la desorganización. He puesto siete tensiones en una lista (estoy seguro que hay otras también) que en mi lectura de la Escritura veo como fundamentales para una buena comunidad cristiana, que son:

1. Seguridad emocional - aventura Espiritual
2. Claras doctrinas básicas - Lugar para experimentar y descubrir nuevas cosas sobre Dios.
3. Liderato claro y definido – Que o es compulsorio, ejerciendo libertad cristiana.
4. Sentido de historia, objetivo común y tradición - Abierto a nuevos métodos y nuevo territorio, adaptable
5. Saber que son la parte de la solución – Humildemente dependiente en Dios.
6. Liderato homogéneo y unido - Gran diversidad en la membresía
7. Que Dios ha formado esta comunidad – El impulso para añadir más a la comunidad
8. No enfocado en el dinero - abundancia Verdadera, cuidado del pobre.

Explicación de las ocho tensiones creativas mencionadas:

1. Es imposible crecer mucho en Dios o continuar en una aventura si la atmósfera es emocionalmente insegura y usted no sabe cuando será criticado después o lastimado. Las comunidades cristianas deben ser seguras para que el aprendizaje pueda ocurrir. Por otra parte ellos también ellas tienen que ampliar la mente de las persona, porque es cuando somos retados que aprendemos mejor. Entonces, también necesitamos la aventura espiritual. Algunas iglesias ponen demasiado énfasis en la seguridad emocional al punto de la comodidad y se hacen centros de cuidado. Los otros ponen demasiado énfasis en la aventura espiritual y se hacen demandantes, rudos y críticos. Entonces la seguridad emocional y la aventura espiritual tienen que estar ambas presentes en cada comunidad de aprendizaje.
2. Tener unas doctrinas básicas claras son necesarias para la estabilidad espiritual. Una comunidad de aprendizaje necesita sus “tablas de tiempos” y alfabeto por decirlo así. Las doctrinas bien establecidas como la Trinidad y salvación por la fe no están para ser debatidas. Las iglesias buenas enseñan verdades fundamentales sólidas a grandes profundidades. Las comunidades cristianas buenas también construyen sobre el fundamento. Tratan de buscar nuevas cosas para esta generación y descubrir la verdad sobre misiones, conserjería etc. Este libro es una tentativa exploratoria de construir sobre los fundamentos. Las iglesias buenas exploran la verdad de Dios de modo que cuando Martín Lutero dijera que "Más verdad surgirá de la Palabra de Dios".
3. Las comunidades buenas tienen líderes buenos. Jesús condujo a los discípulos, los apóstoles condujeron la iglesia temprana y Pablo condujo su grupo de misioneros. Éstos son líderes claros definidos que tienden a tomar dediciones y son tratados con respeto. Los líderes imparten una visión definida y ponen los límites claros en los cuales la comunidad de aprendizaje funciona con júbilo. Tales líderes se conducen en libertad y rechazan obligar a la gente a seguirlos. Jesús nunca obligó a nadie a seguirlo. De hecho Él pareció ahuyentar muchos. (Vea a Juan 6). Los líderes de comunidades de aprendizaje no son gente obsesiva, compulsiva que se preocupa por cada detalle y crea un aire de temor y obligación en su ambiente. Ellos conducen realmente y conducen en una manera clara y definida, sin embargo es sin cualquier carga, sin "hacerse señores" de la multitud despóticamente, y sin obligación.

4. Las comunidades de aprendizaje están bien definidas. De alguna manera la tradición ayuda al aprendizaje. Esto es una clase diferente de educación en Cambridge que en una nueva universidad – no importa lo bien provisto que pueda estar. Algunas de las sociedades de misiones más creativas y acertadas hoy como OMF, CM, Scripture Union, IVCF y SIM tienen historia y un sentido definido de tradición que les da la sabiduría y el fundamento psicológico para abordar nuevos ministerios y territorios. La estabilidad permite el aprendizaje y la innovación. Algunas pequeñas misiones tienen una nueva “declaración de misión” cada 6 meses que es el camino al caos y un indicativo de inmadurez organizativa. Necesitamos un sentido sólido de a quién somos y lo que somos, objetivos comunes, continuidad, la claridad de visión, y sabiduría transmitida por la enseñanza informal y las estructuras de discipulado de la comunidad. Por otra parte tales organizaciones duraderas pueden sentirse satisfechas y tornarse burocráticas y a veces tienen que pasar por períodos traumáticos donde la organización es barrida “con una nueva escoba” y es re-inventada. Ninguna declaración de misión puede ser tan autoritaria que pueda volcar la voluntad de Dios. Ninguna tradición o cultura corporativa pueden estar tan “bien” que no necesite nuevas ideas del Espíritu Santo. Cuando Dios nos revela una nueva área del ministerio debemos entrar en ello vigorosamente, sabiamente y hacerlo bien. Cuando Dios habla sobre un cambio de nuestra cultura entonces nosotros debemos escuchar y ponerlo en práctica. La organización de aprendizaje usa sus fundamentos fuertes para sumergirse con seguridad en nuevas cosas para Dios. El equilibrio es necesario aquí. Pienso que nos hemos balanceado a un extremo – demasiado lejos de la tradición. Demasiadas organizaciones hacen afanosamente “la nueva cosa de este mes”... al punto donde nada es construido correctamente y ministerios a medias y proyectos a medias llenan el contorno. La locura se ha hecho desenfrenada so pretexto de la conducción del Espíritu Santo o la innovación. De hecho esto es a menudo sólo un acercamiento inmaduro “de cavar oro” en el ministerio, intentando primero esto para una temporada y luego lo otro hasta que encuentren “aquello” que los llevará al gran éxito. Las comunidades de aprendizaje s estables y continuas permitiendo a las personas aprender lecciones profundas en una seguridad relativa, donde prudentemente y sabiamente puedan explorar nuevas opciones para el ministerio y la vida cristiana.
5. Las comunidades de aprendizaje saben que ellos son parte de la solución no parte del problema.. Ellos saben que tienen algo que ofrecer a sus miembros y aún al mundo. Ellos son positivos y son sitios que se mueven. Por otra parte ellos no piensan que ellos SON la solución. ¡Ellos humildemente señalan más allá de ellos y dicen que “Jesús es la respuesta!”. Ellos combinan la dependencia humilde en Dios con un sentido profundo de misión y vocación y la creyendo que ellos pueden hacer algo para el mundo – con la ayuda de Dios.
6. Para ser un poco polémico parece que el liderato homogéneo y unido y una membresía diversa son un modelo Bíblico para una comunidad eficaz. Los apóstoles eran todos varones judíos principalmente de Galilea. Ellos eran culturalmente homogéneos y buenos amigos, incluso algunos eran familia, pero ellos conducirían una iglesia que consistiría de muchas naciones. La opción de David de liderato era muy homogénea - la gente que él conocía eran absolutamente leales a él y había compartido sus problemas, eran principalmente de su propia tribu y línea de linaje. ¡Sus generales eran sus primos! Y David gobernó 12 tribus. En tiempos modernos George Whitfield y los hermanos Wesley formaron “el Club Santo” en Oxford que terminó por hacerse el renacimiento Wesleyano. Todos los líderes tempranos de aquel movimiento fueron varones blancos educados, clérigos anglicanos para ser precisos, y el renacimiento de Wesleyano tocó todos los niveles de la sociedad y era muy inclusivo. La razón de este principio aparentemente injusto es probablemente que si el mando no esta entre tejido en unidad la comunidad entera se fragmentará. El liderato tiene que ser capaz de entenderse profundamente el uno

- al otro y estar de acuerdo y tener objetivos similares y una fuerte lealtad el uno al otro. Este requiere afinidad tanto cultural como personal. Por otra parte ninguna comunidad de aprendizaje de cristiana puede excluir o degradar a alguien debido a género, raza o clase. La comunidad debe dar la bienvenida a la diversidad en el ingreso mientras mantiene la lealtad y la unidad en el liderato. Tiene que haber un equilibrio aun en esto – sobre todo con trabajos interdenominacionales. El nepotismo y el favoritismo o el predominio de una denominación particular pueden destruir una obra de Dios. Un liderato homogéneo y unido esta separado del pecado de parcialidad (Santiago 2) por una línea muy fina.
7. El primer pasaje de Pedro arriba habla “de las ovejas asignadas a tu cargo”. Dios forma la comunidad y es Dios que asigna a los miembros y construye la Iglesia. Estar consciente de que Dios te ha dado existencia es algo bueno y que te da fuerzas. Todas las comunidades de aprendizaje deben creer que son gente de Dios, llamada de la oscuridad y comisionados para Sus objetivos transformacionales en la tierra. La iglesia temprana se vio a si misma como una comunidad formada por un mandato divino para objetivos divinos. Este sentido de ser formado por Dios y usado por Dios da una dinámica poderosa a la organización de aprendizaje. Sin embargo la organización de aprendizaje no debería ser excesivamente hinchada por esto, haciéndose exclusiva o espiritualmente orgullosa o que se separen de otros creyentes que no parecen compartir su sentido de visión y misión. Ellos no deberían establecer límites alrededor de ellos demasiado fuerte. La iglesia temprana en Jerusalén era un lugar muy abierto, humilde y que daba la bienvenida. Las organizaciones de aprendizaje siempre deberían estar abiertas a nuevos miembros y creer que hay aún más para ser añadidos a la multitud, “otros que no son de este rebaño”. Ellos también deberían mantener unidad de real integridad con el resto del cuerpo de Cristo. Tener límites demasiado cerrados es hacer un club o hasta un culto. Una comunidad de aprendizaje se ve como formada por Dios e involucrados en Sus objetivos manteniéndose humilde y cortés y abierto a la nueva gente y al compañerismo con el resto del cuerpo de Cristo.
 8. Una comunidad de aprendizaje tiene una actitud sana hacia sus necesidades financieras. Por una parte sabe lo significa ser dependiente en Dios, estar excitado sobre Su provisión y libre del amor al dinero. Es así libre de experimentar Sus desafíos de transformación en relación a la comodidad material. Por otra parte la organización de aprendizaje realmente se preocupa por sus miembros y sus necesidades financieras. La iglesia temprana tomó gran cuidado del pobre y en la Iglesia de Jesuralén después de Pentecostés “no había ninguno entre ellos careciera de algún bien” (Hechos 4:34). Así que es el deseo claro de Dios que Su Reino no debería existir ninguna pobreza abyecta. Los doce ayunaron por disciplina, pero no hay ninguna indicación que pasaron hambre por no tener. El Nuevo Testamento considera a Dios como el Señor y el dinero como el criado que debe ser usado para los objetivos de Reino. Las organizaciones de aprendizaje necesitan ser libres del amor al dinero, viviendo ligeramente, simple y aventureramente pero siendo capaz de tener cuidado de la gente y sus necesidades financieras y usar las finanzas para llevar a cabo la voluntad de Dios en al tierra. Ni el materialismo caso ni el desorden financiero son la voluntad de Dios para una organización de aprendizaje.

La Comunidad de Aprendizaje, Creencias y Salud Emocional

Unamos estas cosas. Primero miramos a los discípulos como los miembros de comunidad ideal con su alto compromiso de descubrir las verdades espirituales y permitiéndose a ellos mismos ser retados. Hemos visto las ocho tensiones que el liderato de una organización de aprendizaje tiene que entender y equilibrar. En esta clase de comunidad y la gracia, la verdad y el amor se encontrarán y la gente será transformada en sus estructuras de creencia y vidas emocionales. Ellos aprenderán, ellos crecerán y se divertirán.

¿Cómo podemos hacer esto? ¿Cómo podemos crear una comunidad terapéutica, sanadora, amorosa, y santificada que realmente funcione? He explorado estas cuestiones en dos libros electrónicos que pueden ser descargados de www.etsmagazine.com. Los libros son Más Allá de las Denominaciones – la Red de la Iglesia, y Templos y Diezmos. Las primeras mira al abandono de estructuras jerárquicas denominacionales a favor de redes de iglesias en un área local. Las segundas mira a algunas de las doctrinas, en particular las malas interpretaciones del Antiguo Testamento y la ley, que mantienen a los Cristianos en la esclavitud o que los encajonan en estructuras disfuncionales. Las estructuras tradicionales de la iglesia no transforman a la gente como debería ser. Es imperativo para nuestro propio crecimiento espiritual y emocional encontrar o crear alternativas. Aquí está mi sugerencia:

- Cree un grupo de líderes unido que comparta la misma pasión y dirección. Ore por 6-8 personas (3-4 parejas) para comenzar las cosas.
- No decida ninguna forma o estructura al principio. Sólo encuéntrase en una casa y pase algún tiempo estudiando los Evangelios y los Hechos juntos y mirando la comunidad cristiana temprana. Permita que las Escrituras le hablen y que el Espíritu Santo le dirija para la forma que los grupos deben tomar.
- Actúe en lo que Dios le revela.
- Invite a otros a unirse después de un tiempo.

Por otra parte usted puede querer sólo hacer su iglesia corriente más transformacional. En este caso comience dejando aquellas cosas que no trabajan para usted y haciendo más de aquellas cosas que realmente trabajan para usted. Pida a Dios que le muestre por donde comenzar. Generalmente si usted pasa cada vez más el tiempo haciendo cosas que funcionen para ti esto eliminará gradual y naturalmente los elementos disfuncionales en el caminar. Por ejemplo, si usted encuentra que los pequeños grupos ayudan a su gente a crecer entonces ¡tenga mas grupos pequeños! Consiga cada vez más gente en pequeños grupos y delégueles cada vez más funciones. Incluso permita que los líderes de grupo bauticen y administren la Cena del Señor. Después de un tiempo usted tendrá la mayor parte de la predicación, enseñanza, oración, conserjería, bautismos y sacramentos hechos en las casas de la gente en pequeños grupos. Ellos estarán en comunidades pequeñas mutuamente responsables y el pastor enseñará a los líderes a dirigir y a tratar con los asuntos más complejos. Tal vez cada uno estará tan implicado en sus pequeños grupos que “no vendrán a la iglesia” más. Ellos sólo serán la iglesia. Esto solucionará el problema del estacionamiento.

Este ejemplo puede impresionarle pero plantea una pregunta fundamental – ¿Para que es nuestra comunidad? ¿Es para la gente? ¿Es para Dios? ¿O es para una estructura? Tenemos que encontrar un modo de estar juntos que nos haga más como Jesucristo. El modo presente de estar juntos logra esto muy poco y es mejor que nada. Sin embargo tiene que haber un mejor modo de ser iglesia y miles, si no los millones, de Cristianos lo buscan.

Qué tiene esto que ver con el Inteligencia Emocional Bíblica y en particular con nuestra estructura de creencia? La estructura de iglesia parece estar lejos de la salud emocional. Para responder esto – las emociones fluyen de las creencias y las creencias se forman en la comunidad y cuán lejos vayamos con esas creencias y lo que realmente significan a menudo es reforzado de día en día en la comunidad.

Un ejemplo extremo de comunidades disfuncionales son los cultos. Los cultos son comunidades que forman creencia incorrectas y producen estados emocionales destructivos. Los cultos son la comunidad equivocada y son un peligro enorme para la salud emocional. Sólo haga una búsqueda en Internet de "cultos" o lea la biografía de alguien que ha estado en uno y usted verá el daño terrible que ellos pueden infligir. La estructura puede silenciosamente formar la comunidad de

modo que vaya muy mal. Por ejemplo si hay un pequeño puñado de posiciones de iglesia muy codiciadas en una iglesia grande entonces que tenderá a crear cabildeo y política interna cuando la gente trata de ser elegida. O si la estructura es una profesionales “en el escenario” y hay una gran audiencia en el auditorio entonces es natural para la gente ser espectadores más bien que estar activamente involucrados con su fe. Pensaba sobre el por qué las mega-iglesias parecían ser superficiales a menos que tuvieran buenos grupos en los hogares, cuando Dios de repente y casi audiblemente dijo estas palabras: “Juan, nadie ha madurado en un teatro.” (De ahí la Cita misterio a principio del capítulo).

Por otra parte en los veinte pasados años los movimientos de terapia han crecido para corregir la comunidad – notablemente terapia de familia. O emplean la comunidad como un instrumento para curar emociones en grupos-T, encuentros, grupos de apoyo, grupos de 12 pasos etcétera. Incluso en mundo de negocios varias ramas de la teoría de sistemas y el estudio del comportamiento organizativo ha revelado que las estructuras, creencias, emociones y los comportamientos están inextricablemente unidos y que las buenas compañías deben tener buenas estructuras si van a maximizar el potencial de su personal. El potencial emocional de la gente es liberado mejor en una comunidad buena y estructurada correctamente. Entonces, el eslabón entre cultura de comunidad y las emociones humanas transformadas esta bien documentado.

Cuando conseguimos realmente corregir la comunidad, esto tiene el poder de curación tremendo. Esto puede encontrarse aún a pequeña escala como “la familia Pérez”, una casa cristiana amorosa a la cual la gente sólo sigue “visitando”. Allí todos son bienvenidos y amados y cambiados. Más orientación es hecha en la cocina que en el estudio de muchos pastores. Al pasar de los años esta pequeña comunidad funcional de sólo una familia ayudará a cientos de personas en su integridad al absorber la atmósfera y sentir el amor y el calor allí. El amor es la gran fuerza de transformación en el Inteligencia Emocional Bíblica.

La gente madura en familias, grupos de amigos, matrimonios y grupos buenos. Ellos son madurados en comunidades que se dicen la verdad el uno al otro en amor. La gente no madura en un teatro, ni aún los mejores ejecutantes. Cuando convertimos iglesias en teatros privamos a los Cristianos la posibilidad de madurar. Entonces las estructuras y las creencias y las emociones y la comunidad y la madurez son toda la parte de un todo.

En los últimos capítulos hemos explorado como las emociones son formadas en el ámbito del espíritu y el alma y en la comunidad. En este siguiente capítulo miraremos a otro lugar donde las emociones son generadas – en nuestros cuerpos, y regresaremos al complejo tema de la interacción entre nuestros cuerpos físicos y nuestras emociones.

Preguntas de Discusión

1. ¿Por qué nadie madura en un teatro? ¿Le emociona la idea de comunidad?
2. ¿Qué los resultados producen el “sufrimiento y la enseñanza en el salón de clases”? ¿Son medios ineficaces de hacer discípulos? ¿Qué porcentaje de nuestras creencia viene de nuestras comunidades?
3. ¿Qué hizo a los discípulos los mejores estudiantes espirituales en la historia?
4. ¿Cuáles son las ocho tensiones de una comunidad de aprendizaje? ¿Cuál es su preferido? ¿Cómo podemos impedir que las comunidades se tornen en cultos?

Emociones y Nuestra Fisiología

(Salmos 31:9-10 SRV) Ten misericordia de mí, oh Jehová, que estoy en angustia: Hanse consumido de pesar mis ojos, mi alma, y mis entrañas. (10) Porque mi vida se va gastando de dolor, y mis años de suspirar: Hase enflaquecido mi fuerza á causa de mi iniquidad, y mis huesos se han consumido.

En el salmo 31, David clama en relación a como sus emociones afectan cada aspecto de su ser físico. Su cuerpo y sus emociones están en continua interacción. Pero solo recientemente el pensamiento Occidental basado en el griego, ha comenzado a entender este tan obvio hecho. La ira cambia la cara a rojo, el miedo la torna pálida, una pizza a la hora de dormir, puede darte pesadillas y una pastilla puede ponerte alegre, el alcohol puede relajarte y demasiado café puede hacerte ansioso (Creo que existe una condición llamada “!neurosis por ansiedad de cafeína!”).

He visto esta relación en forma dramática en mi propia vida. Como epiléptico desde la niñez, adoptaba una personalidad diferente con cada cambio de medicamento. En fenobartonina estaba “fuera”, mientras que con Tegredol estaba feliz, Dilantin me hacia sentir mareos y Valproate me hace sentir un poco deprimido. Dejando la fenobartonina a los 33 años fue una de las mejores cosas que hice, y mi vida y mi personalidad mejoraron inmensamente.

El Cuerpo de Jesús

Anteriormente en este libro vimos como en la encarnación, Dios preparo un cuerpo especial, sin pecado para Jesús, que estaba perfectamente diseñado para hacer la voluntad de Dios. Las percepciones y creencias de Jesús generaron emociones que interactuaban con y eran expresadas a través de Su cuerpo para la edificación de los oyentes. El cuerpo de Jesús era primeramente un vehiculo para ministrar, incluyendo la inusual tarea del martirio, pero mas que martirio, la muerte del Perfecto Cordero de Dios sin que un hueso de su cuerpo fuera roto para entonces ser levantado de la muerte. El hecho de que la naturaleza física de Jesús fuera sin pecado y especial y que tuviera un único destino no hace que su cuerpo fuera una ilusión o de alguna manera artificial. El cuerpo de Jesús era real y tenía los mismos sentimientos que tienen nuestros cuerpos.

Bajo dolor Jesús lloro, gimió profundamente y hasta sudo gotas de sangre. (Lucas 22:44). así que vemos las emociones de Jesús afectando Su cuerpo. Pero ¿afectaba su cuerpo sus emociones? ¿Estaba Jesús tan establecido en el Padre que Sus emociones físicas de hambre, sed, etc., ni tan siquiera eran notables? ¿Acaso el floto sobre nuestra existencia terrestre? Claro que no. Jesús sintió la vida física como todos nosotros la sentimos y aun clamó desde la cruz “tengo sed”. Sin embargo, la vida física no dictaba Su comportamiento o respuestas; aun después de ayunar por cuarenta días en el desierto, Jesús fue capaz de resistir la tentación para cambiar las piedras en pan. Jesús fue tentado en todos los puntos al igual que nosotros por emociones generadas en el interior del cuerpo humano y por los intensos deseos de la carne. Pero él fue capaz de resistir Sus deseos físicos cuando hubiera sido pecaminoso rendirse. En otras ocasiones Él legítimamente los satisfacía con un poco de agua del pozo o desayunando pescado en la playa.

así que vemos que intensos deseos físicos pueden movernos hacia respuestas pecaminosas, pero que como Jesús podemos vencerlas y ejercer dominio sobre ellas. también vemos que las emociones pueden afectar nuestros cuerpos y los cuerpos nuestras emociones. Finalmente nuestros cuerpos físicos deben ser consagrados a Dios como vehiculos para ministrar expresando Sus pensamientos y haciendo las buenas obras que Él ha preparado para nosotros.

espíritu, Alma y Cuerpo

Nuestras emociones son tan fuertemente codiciadas por nuestra dieta, nuestra condición física, medicamentos y otros aspectos de nuestra fisiología que lleva a investigadores a hacer preguntas como: ¿Realmente tenemos emociones o son ellas el resultado de nuestra biología? Si un cambio en medicamentos o un golpe en la cabeza pueden cambiar nuestras emociones por completo - ¿eran nuestras después de todo? Tenemos un espíritu y alma que esta “dentro de nosotros” y que relativamente es estable y la fuente de muchas de nuestras emociones - ¿o solo somos un montón de bien aprendidas respuestas biológicas?

El punto de vista de este libro es que si tenemos un espíritu y alma y que las emociones generadas allí son expresadas al mundo a traves del cuerpo. Cuando estamos tristes lloramos, cuando estamos felices bailamos. En un mundo perfecto nuestro cuerpo podría reportar el mundo con certeza por medio de los sentidos y expresar nuestros sentimientos al mundo con poesía, elegancia y claridad. Tristemente vivimos en casos de carro en un mundo caído. La comunicación no ocurre tan bien como quisiéramos y también entendemos claramente, ni somos bien entendidos como deseamos. Platón vio este dilema y concluyo que el alma estaba atrapada en un cuerpo material que era inherentemente malo. Esta no es la perspectiva cristiana. La creencia cristiana dice que el espíritu y el alma residen en un cuerpo bueno, que desafortunadamente ha sido dañado por la Caída. El cuerpo ahora tiene el mal residente en el pero es nuestro cuerpo presente el que será redimido y transformado en la resurrección de los muertos. [fue el cuerpo humano de Jesús, en que estaba en la tumba, el que se levanto y fue resucitado. La tumba estaba vacía. Similarmente es nuestro cuerpo humano presente el que será transformado en el abrir y cerrar de un ojo en la resurrección en un glorioso cuerpo espiritual. No perdemos nuestros cuerpos, sino que serán cambiados]. Esperando esta redención, el cuerpo es un problema – tal vez el mas grande de todos.

La interfase entre el alma y el cuerpo es compleja y mal entendida, peor es una de la áreas principales de problemas en la vida Cristiana. ¿Es poco espiritual para mi tener momentos de depresión que so inducidos por medicamentos que me mantienen vivo? ¿Es el terror de un niño con una fiebre alta y delirium un fracaso de índole espiritual? ¿Es la depresión post-natal una señal del pecado de una mujer? ¿Es el dolor de una artritis crónica o los cambios emocionales repentinos que tiene lugar con un daño espinal una señal de un comportamiento no bíblico? Espero que hayas contestado un “No” firme a todas estas preguntas. Nadie con malaria quiere tener sueños extraños, visiones y terrores tropicales. Estas emociones se levantan sin restricciones y sin desearlas por un daño neurológico y de desbalances químicos en el cuerpo. Pero nos afectan profundamente y son gran parte de nuestra lucha espiritual.

Donde las emociones tiene una base fisiológica cambiando la condición física base nos dará un alivio emocional. Cuando la fiebre termina el delirium y sus terrores terminan y queda solo una memoria. Si la persona manera dejar la bebida o el café, sus niveles de ansiedad declinan. Entonces hace sentido que los cristiano visiten un medio para ver su alguna condición física es la base para su condición emocional. Puede hacer medicamento con menos efectos secundarios que los que usas o puede existir unos simples cambios en el estilo de vida que te hagan sentir mucho mejor.

El cuerpo también parece tener una memoria emocional personal. Una persona puede sentir aversión a las zetas, después de una dosis de comida envenenada, conociendo que estas zetas están bien. Muchas personas han jurado dejar de beber después de una noche en el pueblo. Hay

una reacción profunda y emocional a aquellas sustancias que el cuerpo asocia con la enfermedad y el dolor y aun hacia ciertos olores asociados con ellos.

El problema es cuando un problema psicológico se mantiene después de que el asunto fisiológico inicial ha concluido. Por ejemplo, cuando un niño tiene miedo a algún objeto que puede haber sido el foco de pesadillas o delirios. Que aterrorizaban a los niños por cuatro días consecutivos. El que los padre dijeran “ya no tienes que tener miedo a las cortinas” no ayudo de mucho. El daño por causa de un temor prolongado era muy profundo para el sentido común. En estos casos el cuerpo ha afectado en alma. La conserjería y terapia adecuada son necesarias. ¡Puede ser mas simple comprar otras cortinas!

Un estímulo fisiológico repetido puede causar cambios físicos permanentes. Estos cambios incluyen el deseo químico en los alcohólicos y los adictos o algunos cambios neurológicos reportados entre las victimas de tortura y aquellos con desorden de estrés post traumático. Mientras que el problema es ahora fisiológico o químico y parece ser duradero, entonces la respuesta puede involucrar medicamentos, condicionamiento en el comportamiento o aun, en casos severos, neurocirugía. Se esta haciendo mucha investigación sobre como nuestro sistema neural es afectado por las experiencias de nuestra vida y el grado en el que pueden ser retenidos. Es algo extremadamente interesante, pero un área muy compleja.

Nuestras emociones tienen una muy compleja serie de correlaciones físicas que incluyen hormonas llenando nuestro sistema, cambios en el suplemento de la sangre, la activación de una región emocional cerca del estomago, las neuronas y los estados neurológicos y varias asociaciones en el cerebro. La repuesta de “pelear o escapar” [que discutiré en el próximo capitulo] es una activación masiva del cuerpo por la emoción llamada “miedo”. De acuerdo a algunos estudios recientes nuestras mas instintivas reacciones de pelear o escapar parecen ser producida en el sistema límbico especialmente en la amígdala. Por otro lado nuestras mas balanceadas, y menos temerosas, mas refinadas y pensadas respuestas vienen de la corteza pre-frontal. Las dos áreas están conectadas con la región córtica que normalmente modifica información de la amígdala. Cuando la amígdala o corteza pre-frontal esta dañada las personas pierden conexión con muchas de sus emociones. Estas regiones del cerebro parecen hacer gran parte del proceso asociado con nuestras percepciones de la realidad emocional.

Daño a estas regiones puede llevarnos a maldecir y hacer expresiones vulgares de emociones incluyendo una falta distintiva de controlar los impulsos. En una ocasión aconseje una mujer quien trágicamente había sido la victima de un in-ético experimento de psico-quirúrgico y ambos lóbulos frontales fueron removidos como tratamiento para la depresión. Ella era una gentil y amorosa persona, pero su forma de hablar esta atada con profanidades incontrolables. Su control sobre las expresiones mas finas había sido perdida totalmente cuando sus lóbulos frontales fueron removidos. Esta desafortunada mujer era una mujer nacida de nuevo pero no podía ir a una iglesia por causa de que maldecía constantemente. ¿Era ella realmente pecaminosa o poco espiritual o todos terminaríamos como ella si tuviéramos el mismo daño neurológico? Creo que la ultima es la verdadera opción. Su bondad y amoroso corazón era evidente. No había un trazo de maldad ni odio en su alma. Ella estaba enamorada y quería saber si casarse o con el muy paciente hombre que se preocupaba por ella a pesar de su condición. Después de algunas sesiones de conserjería, le di mi bendición. El cerebro estaba dañado, pero la persona estaba intacta. Esto nos lleva a la siguiente pregunta - ¿Cuál es la relación entre la mente y el cerebro?

El Problema Cerebro - Mente

El filósofo Descartes planteó el problema de como el órgano físico llamado cerebro y el fenómeno subjetivo de ‘la mente’ se relacionan. ¿Es mi mente simplemente el producto de mi

actividad neural - una cosa absolutamente previsible que obedece las leyes de física de modo que yo no tengo ningún libre albedrío como Thomas Huxley propuso en 1874? ¿Son la mente y el cerebro el mismo fenómeno, pero visto de ángulos diferentes de modo que el cerebro sea cómo lo vemos desde fuera y la mente es como lo vemos por dentro? Bertrand Russell sostuvo este punto de vista. El filósofo y el matemático Leibniz los vio como universos paralelos en armonía perfecta, pero no en interacción. La mente y el cerebro eran como dos relojes que guardan el mismo tiempo aunque estuvieran completamente separados y sin interacción. Los Idealistas como Hegel vieron la Mente como la única realidad y el cerebro físico como simplemente una creación de Mente. Este es considerado por muchos como un punto de vista extremo. Los filósofos del siglo veinte han tomado la noción que la Mente es sólo un programa de computadora que corre en el hardware llamado el cerebro así que no hay ninguna dualidad de mente y cerebro y por lo tanto ningún problema. Hay casi tantas soluciones como hay filósofos. Algunos declaran estados quantum y otros que reverberan los circuitos neurales. Esto es un tema fascinante y si usted tiene el tiempo sólo busque en el Internet “el problema mente-cerebro” o “conciencia” y usted encontrará artículos con tantas teorías diferentes como usted pueda manejar. Bien, ¿hay una solución bíblica y cristiana sobre el tema? ¿Es nuestro conocimiento simplemente una parte física de nosotros o hay alguna "entidad", un alma o espíritu, que está separado del cuerpo y posee conciencia?

La Biblia está completamente clara en que la conciencia existe después de la muerte. Para ponerlo claramente la mente sigue existiendo después de que los gusanos se han comido el cerebro. Así que la mente no depende del cerebro para su existencia. ¿Pero conduce esto a la posición de Idealista de que la mente crea el cerebro? ¡No del todo! La Biblia declara que el cuerpo fue formado antes de la mente. Dios hizo Adán de la arcilla – el cuerpo de Adán existió, probablemente incluso su cerebro, antes de que el espíritu de vida y la conciencia fuera respirado en él y entonces se hizo un alma viva. (Génesis 2:7) Por lo tanto si el cuerpo existiera antes de la mente no es creado por la mente. La posición Idealista colapsa. Las naturalezas separadas de Mente y cerebro pueden ser vistas como sigue: a) Vivimos después de la muerte por lo tanto la mente humana puede existir independientemente sin el cerebro físico. b) Cuando Dios creó la humanidad Él hizo el cuerpo físico primero. Por lo tanto el cerebro físico puede existir independientemente sin la mente humana. Esto es llamado la posición “dualista fuerte”. Si usted piensa en ello esta es la única posición que puede apoyar cualquier clase de libre albedrío o moralidad. Si la mente, que es mi humanidad y razón, es simplemente un fenómeno bioquímico o fenómeno calculado, una entidad algo previsible como una pelota de billar complicada entonces soy libre de toda responsabilidad. Estoy predeterminado por un juego complejo de condiciones iniciales y mis reacciones son simplemente la Naturaleza que tomando su curso bioquímico. Hitler y la Madre Teresa son diferentes arreglos neurológicos y la sociedad resulta preferir el segundo sobre el primero. Para los cristianos esta es una posición completamente insostenible a pesar de su apelación a la decadente moralidad del mundo moderno.

Para mí la posición cristiana parece ser como sigue:

1. La mente y el cerebro son entidades separadas. La mente es eterna pero el cerebro es temporal.
2. La mente es basada en la conciencia, que proviene del alma que es vivificada por el espíritu.
3. El cerebro como lo conocemos principalmente actúa en datos de los sentidos del mundo físico y coordina las funciones físicas de nuestros cuerpos. Define las tareas físicas complejas del cerebro como la coordinación del pulgar que toma mucho espacio. Los mapas cerebrales muestran espacio muy pequeño dedicado a los asuntos existenciales de la Mente.

4. Así que mientras estamos en este mundo físico necesitamos un cerebro físico. Esto es el enlace de datos entre un alma inmaterial y un universo material. El cerebro físico es el medio en que nuestra mente se comunica con nuestros cuerpos y recibe impresiones sensoriales sobre el mundo físico externo. Cuando la mente se expresa lo hace así por medio de nuestros cuerpos que son coordinados por nuestros cerebro.
5. El espíritu es diseñado para manejar la comunicación en el reino espiritual directamente e intuitivamente. así que cuando no estamos en este reino material, como cuando estemos con Dios en el cielo, podemos tener conciencia por medio del espíritu sin la presencia de un cerebro físico. Un caso de es son las almas bajo el altar, que puede hablar, sentir y comunicarse con Dios. (Apocalipsis 6:9,10).
6. Entonces, como vimos en los capítulos en percepción podemos recibir conocimiento directamente e intuitivamente del espíritu en la comunicación de Espíritu a espíritu. Tal comunicación va directamente a nuestra Mente. Cuando esto ocurre puede ser muy poderoso porque es directo. Cuando Daniel recibió mensajes proféticos lo dejó emocionalmente drenado. (Daniel 10:8)
7. También podemos recibir comunicación directamente por nuestros sentidos a nuestro cerebro. Esta entrada es filtrada antes de que esto alcance la conciencia y no necesariamente llega allí. Por ejemplo podemos salir de soñar despiertos para estar de repente conscientes que la caldera ha estado hirviendo furiosamente durante unos minutos y que nuestro cerebro sabía pero esta información no pasaba a nuestra conciencia. El conciente no puede ignorar los datos de los sentido. La entrada al cerebro no necesariamente significa entrada a la Mente.
8. El daño al cerebro es principalmente el daño a nuestra capacidad de tratar datos sensoriales y relacionarse con el mundo físico.
9. El daño cerebral no afecta la Mente y nuestra capacidad de tener un alma o un espíritu o experimentar la salvación. Los cristianos que trabajan con personas que tienen invalidez mental no tienen duda sobre la espiritualidad de sus clientes.
10. La mayor parte de las personas tienen una interacción fuerte entre Mente y cerebro, que produce la sabiduría, la inteligencia y la creatividad. Mientras que la Mente es por último independiente del cerebro; daño al cerebro puede reducir nuestra capacidad de experimentar nuestra Mente en esta vida por ejemplo en el caso de la confusión profunda que acompaña la enfermedad de Alzheimer.

Así nuestras emociones fluyen el más fundamentalmente de nuestra alma y espíritu, pero están relacionadas con el mundo y los sentidos por medio del cuerpo, que incluye el cerebro. Esta unión es íntima y profunda y a menos que algo lo moleste la mente y el cerebro parecen ser un todo sin costuras como las funciones complejas de espíritu y alma trabajan como una entidad integrada.

En caso de la cliente con la doble lobotomía frontal su capacidad de interactuar y de evaluar su vocabulario no estaba presente. Ella no sabía la diferencia entre las palabras que eran adecuadas y las inadecuadas. Esto era una pérdida del procesamiento cognoscitivo en el cerebro no una deficiencia de carácter o espiritualidad. También los cambios de personalidad que vienen con los medicamentos no necesariamente afectan la salvación de una persona o su espiritualidad aunque realmente afectan como la persona experimenta su espiritualidad.

Tensión

En la sección sobre Tensión uso el trabajo publicado del psiquiatra cristiano e investigador sobre tensión el Dr. William Wilkie y en particular, dos capítulos de su libro “Entendiendo la Psiquiatría”.

La tensión es un área interesante en el problema de la mente-cerebro porque la tensión es la emoción que experimentamos cuando nuestro cerebro no puede lidiar con todo el procesamiento que se le requiere. El cerebro físico es parecido a su computadora y si usted tiene muchos programas funcionando a la vez, puede que se haga mas lenta o se "congele". Hay una cantidad de cosas que su cerebro puede hacer de una sola vez. El Dr. Wilkie teoriza que esto es debido a la capacidad de formación reticular, un área en la parte posterior del cerebro que filtra la data entrante y decide que cosas recibirán atención y cuáles serán ignoradas.

Por ejemplo usted conduce a lo largo de un agradable camino rural en Australia, escuchando a la radio y disfrutando de la vista. Entonces un alto canguro rojo de 6 pies salta delante de su coche. Su formación reticular cambia el foco de su atención en una fracción de segundo, usted ya no presta atención a la radio o al paisaje y cada partícula de su atención está enfocada en el canguro y como evitar golpearlo. La decisión de que es importante y de valor para el cerebro procesar es el trabajo de la formación reticular y la mayor parte del tiempo es automático. Usted no piensa conscientemente “yo debería dejar de escuchar a la radio y el paisaje, pienso que yo debería concentrarme en el canguro.” Esto es demasiado lento. La mayor parte del tiempo el cambio de la atención ocurre rápido y automático y no bajo el control del consciente. Ahora el problema viene si además del canguro usted tiene un camión que viene en dirección contraria y una zanja en un lado del camino y un árbol grande en el otro. En este caso usted golpeará probablemente el árbol. ¿Por qué? Como la formación reticular no se enfrentará con todas las situaciones inmediatamente. Procesará al enorme camión que se acerca y el movimiento repentino del canguro y tal vez hasta la enorme zanja amenazante al lado del camino pero el árbol es sólo “parte del paisaje” y hay muchos árboles entonces usted “no lo verá” y lo golpeará con consecuencias horribles.

A una escala mucho menos dramática, esto le pasa a la gente moderna que vive a diario muy ocupada. Hay demasiado para hacer y “hay muchas cosas en el plato”. Hay algunas cosas que sabemos que deberíamos prestarle atención, y simplemente no lo hacemos. ¡Tenemos este tapón en la cabeza y hasta podríamos decir “Si tengo que pensar en algo más gritaré” o “¡Paren el mundo que quiero bajarme!” Este sentimiento que nos hace decir, “no puedo enfrentar todo esto” es lo que llamamos tensión. Sentimos tensión cuando tenemos demasiadas cosas, que son urgentes, muy complicadas o demasiado importantes, para ser todas procesadas inmediatamente. En el caso extremo esto puede llevarnos a “quemarnos” o a un se sientan puede conducir a “quemarse” o tener un “ataque de tensión”. Un ataques de tensión tiene tres etapas. En primer lugar nuestro sistema nos envía advertencias sobre la sobrecarga que experimentamos y nos sentimos ansiosos, inquietos y tensos. Estos sentimientos incómodos tratan de decirnos que estamos haciendo demasiado y sería una buena idea reducir la velocidad. Nos dicen "Estas acercándote a tus límites, regresa." Muchas personas no hacen caso de estas señales de advertencia, les gusta “ir rápido”, viviendo en la adrenalina y ellos tienen un deseo de hacer más que otros. así que suprimen la ansiedad por un acto de voluntad y continúan. Entonces entran en el peligro de la segunda etapa de un ataque de tensión. En la etapa dos la persona pierde el control de sus emociones y se enfadan o molestan muy fácilmente. Ellos pueden gritar un minuto y reírse el siguiente. Estos cambios emocionales repentinos son llamados “deuda emocional”. La persona en la etapa dos también pierde su capacidad de ajustarse a los cambios y a motivarse a comenzar nuevamente, aunque una vez que han comenzado pueden trabajar con el con tanta fuerza como cualquier otra persona. El sistema comienza a derrumbarse en este punto y la persona se hace sujeta a desórdenes psicósomáticos cuando el cuerpo trata de que la persona baje la velocidad. Esto incluye migrañas, dolores de cabeza, asma, dermatitis y fiebres. El sistema inmunológico sufre y bacterias resistentes y virus ya presentes en el cuerpo de la persona pueden ser capaces de causar enfermedades. Éstos incluyen infecciones comunes como catarros y gripe, infecciones de herpes, úlceras bucales, pulmonía, espinillas, amigdalitis e infecciones de tracto urinarias. La

mayor parte de las personas entienden la indirecta en este punto y reducen la velocidad, pero quiénes no lo hacen pueden entrar en la tercera etapa de un ataque de tensión comúnmente llamada “estar quemado”. Esto es caracterizado por tres cosas, y lamentablemente no se reconoce generalmente como que están relacionadas con la tensión. Los tres síntomas de la tercera etapa de un ataque de tensión:

1. Evitar la estimulación sensorial
2. Desarrollo de intolerancia, y
3. Un Cambio aparente de personalidad.

Los cortacircuitos del cerebro han actuado. Todo está siendo rápidamente simplificado para reducir el número de situaciones con las que la persona tiene que tratar.

A fin de evitar el estímulo sensorial la persona puede retirarse al campo, separarse de su compañero, dejar de tener el sexo, evitar la música fuerte y dejar de ir a centros comerciales. Los sonidos parecerán demasiado fuertes, el hielo demasiado frío, las luces demasiado brillantes. Ellos apagarán la radio cuando otros lo encienden. Ellos irán fuera y caminarán sólo buscando “espacio”.

El desarrollo de la intolerancia es un mecanismo para hacer la vida más fácil de clasificar, entonces la formación reticular puede tratar con la reserva. Si los colores grises y las preguntas complejas de la vida pueden ser eliminadas se hacen simples y las cosas pueden ser procesadas otra vez. Si todo puede ser reducido a estados binarios que el cerebro pueda procesar más cómodo, entonces esto puede tomar las decisiones. Cuando las decisiones son hechas el sentimiento obstruido se va y un poco de la tensión puede ser quitada. El racismo y la intolerancia pueden tener sus raíces en la habilidad de nuestros cerebros de procesar información y enfrentarse al cambio. La intolerancia sobre cosas que nuestra intolerancia no puede dañar es realmente, de un modo extraño, útil. Digamos que alguien no tolera a los Comunistas en Rusia – esto simplifica las cosas para ellos y probablemente no les hará daño a los Comunistas. (No justifico el racismo y la intolerancia aquí, esta mal, pero puede ayudarnos en parte el conocer por qué esto surge). El peligro existe cuando la intolerancia está cerca de casa y la aplicamos a personas que conocemos. En la tercera etapa de un ataque de tensión se hacen totalmente intolerables las pequeñas cosas, “Si dejas tu navaja de afeitarse sucia en el baño me voy”. Personalmente sé de casos donde esto ha pasado. Sólo una pequeña cosa, que fue antes tolerada o hasta se reían de ellas, se hace un drama mayor. Las cosas que antes eran toleradas, se hacen intolerables, en la tercera etapa de un ataque de tensión.

Finalmente la persona en la tercera etapa de un ataque de tensión puede tener un cambio aparente de la personalidad y cambiar sus valores. Pueden ser incapaz de resistir a reclutadores de un culto, facilidad para que le “laven el cerebro”, tener cambios repentinos de creencias e ideas y actitudes que requieren que haya un esfuerzo personal para mantenerlas, probablemente sean abandonadas. Algunos hablan sobre un sentimiento extraño de paz y pureza que viene con este proceso al ver que todo se simplifica radicalmente. Hay también una pérdida “de la ley de la fuerza”. Normalmente un suave golpe en la rodilla ocasiona un movimiento leve y un golpe fuerte en la rodilla un movimiento fuerte. Esta respuesta es conocida como “la ley de fuerza” y es un signo de un funcionamiento normal del sistema nervioso. En la tercera etapa de un ataque de tensión la persona no hace caso de la factura de la luz y responsabilidades de importancia mientras que se ocupa por trivialidades. Cuando la electricidad es cortada de nadie en la casa puede entender por qué se nadie pagó la cuenta. Todos los aspectos del cambio de personalidad pueden ser atribuidos a que la persona que evita la complejidad en su vida.

Lo anterior es más o menos un resumen del Dr. Wilkie, ahora nos movemos a la parte de Inteligencia Emocional Bíblica. Hemos visto que nuestras emociones están unidas a la habilidad de nuestros cerebros de procesar lo que la mente requiere de él. La mente es la clave aquí. Es lo que realmente le dice al cerebro lo que debe y no debe procesar. La mente etiqueta lo que recibe como importante o no importante, urgente o no urgente. Este etiquetaje comienza temprano en la vida y continúa toda la vida. Algunas personas desarrollan el hábito de poner etiquetas "urgentes" sobre todo como un empleado del Correo que pone la etiqueta de Prioridad sobre todo artículo. Este es un hábito muy estresante. Otros ponen la etiqueta de urgentes e importantes a cosas sobre las que no tienen ningún control. Este puede ser aún peor. Si el modo en que su madre trata a su padre es de gran importancia para usted, y como un pequeño niño usted no tiene ningún control de esto, entonces se hace tenso, ansioso e indefenso. De manera similar si lo que el jefe piensa de usted es importante, y usted tiene muy poco control sobre esto, entonces el trabajo será estresante para usted. Si, por otra parte, la calidad de su trabajo es importante para usted, entonces usted puede controlar esto. El enfoque en su trabajo más bien que en las opiniones de la gente produce menos ansiedad y tensiones y probablemente también impresionará al jefe. Finalmente nosotros podemos poner etiquetas de urgente e importante a todas las cosas incorrectas y entrar en discusiones sobre cuántos ángeles pueden caber en la cabeza de un alfiler. Podemos llenarnos de tensión sobre asuntos de apologética que son de poca importancia para la vida real. Probablemente no es su trabajo preocuparse sobre cada uno de los 6000 cultos en planeta tierra y refutar sus doctrinas una a una. Así nuestra mente puede hacer imposible que nuestro cerebro funcione adecuadamente. Nuestra mente puede dar a nuestro cerebro tantas tareas que hacer que se "frisa". (Pensando en esto, ¡yo me sentía así con la tarea escolar!) la mente puede sobrecargar el cerebro, usted puede pedir a demasiado de usted mismo. En tales casos usted tiene que hacerse las siguientes preguntas:

1. ¿Trato de hacer demasiado?
2. ¿Es lo que hago demasiado complicado?
3. ¿Es lo que hago demasiado urgente? ¿Trato de hacer demasiadas cosas en un espacio demasiado corto del tiempo?
4. ¿Es lo que hago "demasiado importante"? ¿Defino prácticamente todo como importante?

Entonces haga los cambios necesarios. También encuentro muy útil hacer una lista de todo que trato de hacer en una columna, luego tener una segunda columna donde me decido si estas cosas están bajo mi control, el control de Dios o el control de alguien más, luego una tercera columna donde anoto que acción tomaré sobre aquellas cosas donde tengo realmente un poco de control. A menudo encuentro que de treinta y tantas cosas que me preocupan, pueden ser reducidas aproximadamente a ocho acciones concretas que puedo tomar. Esto alivia mi mente.

Si la mente puede llenar M^a el cerebro demasiado entonces también puede aliviarlo. Podemos aprender un estilo de vida emocionalmente responsable donde no hacemos caso de nuestros egos y la demanda de hacer más, más, más, y establecernos en una tranquilidad Cristiana donde sólo hacemos lo que Dios quiere que hagamos. Pablo dice, "Haga su ambición, llevar una vida tranquila". Parece una extraña de la ambición en el siglo veintiuno. Era probablemente una extraña ambición en el primer siglo. Debemos apuntar consciente y ambiciosamente a la simplicidad y la vida tranquila y en piedad y paz. Al hacer esto seremos capaces de evitar "quemarnos" y establecer emociones llenas de amor y Parecidas las de Cristo.

¹ Tesalonicenses 4:11 LBLA y a que tengáis por vuestra ambición el llevar una vida tranquila, y os ocupéis en vuestros propios asuntos y trabajéis con vuestras manos, tal como os hemos mandado;

1 Timoteo 2:2 (LBLA) por los reyes y por todos los que están en autoridad, para que podamos vivir una vida tranquila y sosegada con toda piedad y dignidad.

1 Pedro 3:4 (LBLA) sino que sea el yo interno, con el adorno incorruptible de un espíritu tierno y sereno, lo cual es precioso delante de Dios.

Llevar una vida tranquila era la aspiración de Pablo y su oración y era precioso a la vista de Dios. La agitación en un ambiente tenso y vivir en adrenalina es mundano y tonto y emocionalmente irresponsable. Dios puede hacer mejor el trabajo del Reino con gente que vive quietamente y ama profundamente y descansa en Su dirección. Recuerde "Mi yugo es fácil...y encontrarán descanso para vuestras almas". El estilo de vida cristiano acosado, aprisa no es espiritual aunque lo pueda aparecer. En 1987 yo estaba en 27 comités cristianos y me sentí importante. ¡Y sentirme importante fue todo lo que conseguí! Somos importantes si hacemos la voluntad de Dios, al modo de Dios, en el tiempo de Dios, en el paso de Dios, viviendo vidas de amor, tranquilas en toda la piedad y honestidad.

¡Sé que estoy predicando un poco, pero mi audiencia principal en este libro, son mis compañeros misioneros, ¡y ellos tienen que oír esto! La tensión puede dañarnos emocionalmente y espiritualmente y conducirnos a errores tontos en el ministerio. Esto no indica una pérdida de compromiso o una carencia de fuerza espiritual y resistencia para ajustar la vida de modo que sea tranquila y piadosa. Es la voluntad de Dios para usted. Lo que me dice cuando estoy demasiado ocupado es que "los frutos del Espíritu comienzan a caerse del árbol". Cuando la paciencia desaparece, cuando la suavidad no está allí como solía estar, cuando la alegría es una memoria y la paz un estado deseado, entonces estoy demasiado ocupado.

La cosa que finalmente me curó fue cuando entendí que a nadie realmente le preocupa cuánto produce. Pero se preocuparon realmente por quién yo era y como los traté. Lo que ellos realmente querían era ver a Cristo en mí, mirarme crecer y sentir mi amor y cuidado. Usted es un árbol frutal no una fábrica y la gente quieren probar la fruta. Los árboles frutales son tranquilos y crecen mejor en la tranquilidad. Así termina la lección.

Responsabilidad de Emociones y Expresión Emocional

La edición de septiembre del 2001 del "Readers' Digest" hace una crónica de la depresión, la violencia y la crueldad que vienen con el uso a largo plazo de "shabu" o metamfetamina. La gente antes normal, una vez envenenada, es transformada a monstruos crueles que electrocutan a sus mujeres y matan a sus niños. ¿Son estas personas realmente responsables de sus acciones? ¿Pueden las medicinas cambiarnos tan profundamente que hacemos el mal bajo su influencia? ¿Cuándo nuestras emociones son "nuestras"? ¿Podemos ser responsables de acciones basadas en nuestras emociones cuándo estas emociones son el producto de sustancias químicas que hemos consumido? Las medicinas y otros productos químicos pueden quitar inhibiciones y hacer el pecado mucho más fácil de cometer. En casos extremos la persona se centra en el placer y pierde la inhibición y es incapaz de responder al llamado de la conciencia natural de modo eficaz. En este punto las personas son fácilmente asumidos por el mal (incluso influencias de demoníacas).

Esta pregunta ha tenido obviamente enormes ramificaciones legales y espirituales. De manera interesante la Ley de Moisés no tenía ninguna excusa para la embriaguez u otros actos de la responsabilidad disminuida. Pareció tener el punto de vista que usted es un adulto y que está conciente de que el alcohol o las medicinas y pueden hacerle perder la inhibición y hacer que usted haga cosas tontas. Decidiendo emborracharse usted decide así que el delito sea más probable. Por lo tanto en la ley bíblica usted es responsable del delito aun si ahora lo lamenta. Generalmente, muchos códigos de ley más modernos disculpan algunas formas de la responsabilidad disminuida. Este es el ejercicio de gracia legal más bien que justicia estricta.

El drogadicto es un caso extremo de un problema familiar. Todos hacemos cosas “bajo la influencia”, cosas que no deseamos hacer. Bajo la influencia de la cólera explotamos, bajo la influencia de lujuria cometemos fornicación, bajo la influencia de la provocación comenzamos un argumento que nunca termina. Más tarde nos preguntamos como o por qué hicimos tales cosas. Todos nosotros estamos bajo la influencia – “de la carne”. En una manera similar a los tribunales de justicia, Dios nos concede gracia pues Él entiende la lucha que tenemos con un cuerpo caído que no desea obedecer Sus leyes. (Romanos 7)

El Bien que no Deseo Hacer...

Los cristianos son una mezcla de emociones Parecidas a las de Cristo y lujurias. Mientras que no podemos parar las lujurias que se levantan dentro de nosotros (debido a nuestra naturaleza caída) podemos prevenir que nos controlen completamente. Los versos clásicos en relación a esto son Gálatas 5:16-18

(Gálatas 5:16-18 LBLA) Digo, pues: Andad por el Espíritu, y no cumpliréis el deseo de la carne. (17) Porque el deseo de la carne es contra el Espíritu, y el del Espíritu es contra la carne, pues éstos se oponen el uno al otro, de manera que no podéis hacer lo que deseáis. (18) Pero si sois guiados por el Espíritu, no estáis bajo la ley.

Los cristianos son capaces de tener victoria debido al Espíritu Santo dentro de ellos. Puede que hacen se enfaden pero no asesinan, pueden sentir la lujuria fuerte pero se alejan de la tentación de cometer adulterio. El Espíritu puede traer la carne bajo control de modo que no haga todo lo que quiere hacer. Nos paramos en seco. Dios nos retira del borde del desastre moral por la obra del Espíritu Santo.

Este nos deja con dos preguntas obvias que tienen que ser contestadas. En primer lugar –¿cuál es la naturaleza “de la carne”? ¿Y en segundo lugar “cómo los no cristianos, sin el Espíritu Santo, ganan alguna la victoria sobre el pecado?”

"La carne" son los impulsos negativos que provienen de nuestros cuerpos caído. Algunas traducciones lo llaman la naturaleza pecadora pero esto no es "una naturaleza" como tal. Es físico, esto es nuestra carne física que interfiere con nuestro espíritu que está vivo y alma que ha madurado. Es lo que Romanos 7 llama “la ley de pecado en nuestros miembros”.

Algunas personas dudan que nuestra naturaleza de pecado sea física y este en nuestros cuerpos mortales. Sin embargo está completamente claro que “la naturaleza de carne” no estará con nosotros después de la muerte. Todos los impulsos pecadores dejarán de existir al morir nuestro cuerpo. Mientras estamos en este cuerpo deseamos pecar. Cuando dejamos este cuerpo perdemos el deseo de pecar. Por lo tanto el deseo de pecar esta en el cuerpo físico caído. Si usted fuera a dar un tiro a cristiano renacido y unos minutos más tarde ir al Cielo y preguntar si algo es diferente sobre su naturaleza te diría que "todo el deseo de pecar se ha ido, he dejado la carne." En el cielo no pecaremos, ni desearíamos pecar.

Cuando el pecado mora en la carne programa nuestros cuerpos físicos para reaccionar incorrectamente al activar inadecuadamente apetitos físicos como la comida, el sexo y la comodidad y la corrupción de la respuesta natural de pelear o escapar. Así la carne es la suma de los impulsos del cuerpo que ha sido desconectado y no tiene a Dios como referencia y los hábitos formados y patrones neurales hostiles al Espíritu. Los patrones neurales son como caminos en la grama que se crean por el mucho caminar en ellos. Estos unen el estímulo con la respuesta y a veces con la respuesta incorrecta.

Ilustraré esto con un breve incidente en el mi propia vida. Antes de mi conversión yo tenía mal carácter y peleaba. Después deje esto atrás. Muchos años más tarde algunos amigos decidieron "ponerme una emboscada" por diversión. En una fracción de segundo yo tenía mis puños levantados antes de que mi pensamiento interviniera y por supuesto los bajé. La reacción programada en mí por el pecado estaba todavía allí en mis patrones neurales y fue activado por la respuesta que había aprendido en de pelear o escapar.

El apóstol Juan dice que quien es “nacido de Dios” no puede pecar, tampoco desea hacer el pecado (1 Juan 3:9-11). Aquella parte de nosotros que nace de Dios, que es Cristo en nosotros, no tiene ningún deseo de pecar. Sin embargo esto que es, en las palabras de los evangelios, “nacido de mujer” peca. La carne, nacida de la genética humana hereda la Caída. “El nuevo hombre” la parte del cristiano renacido nace del cielo, de la voluntad de Dios, nacido de arriba y no hereda la Caída. “El nuevo hombre” nace de Dios, libre del pecado y hasta nos libera del deseo de pecar. Pablo dice que esta nueva naturaleza esta “esclavizada a la honradez”. Así los Cristianos son una mezcla del Caído nacido de la genética humana y el Eterno que nace de Dios.

El Hombre Decente Pero Natural

¿Cómo entonces pueden los no cristianos conducir vidas decentes como muchos hacen? Por la ley de Dios escrita en sus conciencias por la común previniente gracia de Dios y activado por su voluntad. Dios coloca un poco de restricción en el mal humano por medio de varios controles y equilibrios incluyendo el gobierno, la conciencia humana, la Ley, las enseñanzas religiosas y ejemplos y aun la comunicación directa por sueños y visiones, signos y augurios como Abimelec tuviera cuando fue advertido en un sueño de no tocar a la esposa de Abraham, Sarah (Génesis 20:3-7). El no cristiano recibe mucha ayuda de Dios para retener el mal pero ellos no tienen la ayuda final del Espíritu Santo morando en ellos. El hombre natural, que todavía no se ha convertido tiene conciencia de Dios, pero todavía no nace de Dios. El hombre que todavía no se ha convertido puede resistir el pecado hasta cierto punto pero no pueden ser realmente santos en el sentido eterno pues carecen de Cristo en ellos.

La Mente, el Espíritu y la Carne

¿Cómo entonces puede un cristiano tener victoria sobre las malas pasiones que se levantan dentro de ellos? Poniendo nuestra naturaleza interior, nuestra Mente, en el Espíritu.

(Romanos 5:3-8 LBLA Y no sólo esto, sino que también nos gloriamos en las tribulaciones, sabiendo que la tribulación produce paciencia; (4) y la paciencia, carácter probado; y el carácter probado, esperanza; (5) y la esperanza no desilusiona, porque el amor de Dios ha sido derramado en nuestros corazones por medio del Espíritu Santo que nos fue dado. (6) Porque mientras aún éramos débiles, a su tiempo Cristo murió por los impíos. (7) Porque a duras penas habrá alguien que muera por un justo, aunque tal vez alguno se atreva a morir por el bueno. (8) Pero Dios demuestra su amor para con nosotros, en que siendo aún pecadores, Cristo murió por nosotros.

Después de la pelea entre carne y espíritu en Romanos 7 Pablo presenta el secreto de vida y paz en el capítulo 8. La mente, que puede ser renovada (Romanos 12:1,2) puede ser puesta en las cosas del Espíritu y traer la vida y la paz. Si es puesta en el remolino y ardor de los deseos de la carne entonces hay problemas que conducen a la muerte. Podemos elegir donde poner nuestro conocimiento, sobre qué meditar, en que pensar. No estamos obligados a morar en el pecado y reacciones negativas. Mejor aún podemos buscar las cosas de arriba (Colosenses 3:1-4) y contemplar aquello que es hermoso, espiritual, noble y verdadero. (Filipenses 4:8).

La formación de nuestro conciente es sumamente importante. Napoleón Hill expone esto desde una perspectiva secular cuando él habla de “ Tu derecho inalienable al máximo y completo control y dirección de tu mente a cualesquiera sea el fin que desees.” Él continúa diciendo: “nuestra mente es la única cosa que podemos controlar. Lo controlamos, o dejamos el control a

otras fuerzas, y nuestras mentes y nuestra voluntad se hacen como madera flotando en un charco, que se mueve de un lugar a otro, y nunca llega a una conclusión satisfactoria, cayendo fácilmente como víctima de cualquier viento negativo que sople.”

El cristiano debe aprender que tenemos el control de nuestras mentes y dirigirla por la fuerza a los finales que deseamos como la vida eterna y la paz. Si queremos una vida cristiana victoriosa debemos hacernos cargo de nuestras mentes y deben ser deliberadamente dirigida hacia las cosas del Espíritu. El siguiente capítulo verá con mas detalle.

No Olvide lo Médico y el Sentido Común

No todos los problemas emocionales basados en el cuerpo tienen “una solución espiritual”. El ejercicio, el descansar con regularidad, una buena dieta y algunas disciplinas básicas pueden ayudar a cambiar nuestros humores y emociones entonces somos más felices y es más fácil ser espirituales. No es nada grande orar por tener victoria sobre emociones que no tienen por que levantarse en nosotros si usamos un poco de sentido común. Si usted se siente crónicamente fuera de si, hágase un examen físico completo. Tal vez hay algo incorrecto y su cuerpo le esta advirtiendo. Si una emoción dolorosa está siendo producida por un factor físico que podemos cambiar, entonces depende nosotros cambiarlo. Si su medicamento literalmente “le vuelve loco” vea si puede ser cambiado. Si su sistema de aire acondicionado lo hace a usted un gruñón – vea lo que puede hacerse, tal vez pueda instalar un abanico. Si un nivel alto de cafeína le causa tensión y ansiedad, orar por paz puede ser menos eficaz que cambiar a descafeinado o la disminución del consumo. En resumen – no olvide ver a un doctor y usar su sentido común y cuidar su salud para mantenerse feliz en cuerpo y alma.

Otros Asuntos En la Interacción de Mente-Cuerpo-Emociones

Hay muchas áreas muy interesantes y hasta especulativas de estudio en el área de la interacción de nuestra mente, cuerpo y emociones. Por ejemplo:

- **Hazañas de Fuerza.** Las emociones sólo no pueden hacerle sentir enfermo – también pueden hacerle fuerte. Las hormonas liberadas por las emociones pueden reforzar el cuerpo para realizar grandes hazañas de fuerza en ocasiones desesperadas. Este es el lado positivo de la interacción de cuerpo de emociones.
- **Desasociación del Cuerpo.** Ocurre cuando la gente experimenta una separación entre su conciencia y su cuerpo físico generalmente a consecuencia de un trauma severo. Algunas personas relatan experiencias fuera-del-cuerpo donde la Mente parece dejar el cuerpo por medio de la desasociación y luego regresa. Pablo podría decir de su viaje al cielo “si en el cuerpo o fuera del cuerpo no sé” (2 Corintios 12:2,3). Hay también una condición clínica conocida como Desorden de Desasociación o Desorden de Personalidad Múltiple donde la persona tiene múltiples conciencias en un cuerpo, que parecen “tomar turnos”. Esto parece ser el resultado de la conciencia de la persona fragmentada por un trauma.
- **Amnesia** es el daño físico que causa pérdida de la memoria reciente y en casos severos un sentido inexacto "del yo". Los amnésicos severos parecen estar cerrados con llave en el nivel de madurez del cual tienen las últimas memorias lúcidas de modo que un amnésico de 45 años puede no recordar nada después de que tenía 17 años y pensar que tiene 17 años y vestir y actuar culturalmente como uno de 17 años. El almacenaje de memoria y estructura físico que la Mente necesita para interactuar con la cultura que le rodea ha sido dañado y un sentido inexacto del yo resulta. Este muestra que nuestra conciencia cultural descansa sobre datos del mundo exterior como el tiempo, la edad, y la moda. Cuando este es interrumpido nuestra identidad cultural es dañada.

- **Emociones y Emociones de Cognición.** Las emociones liberan hormonas que afectan la cognición. Por ejemplo la respuesta de pelear o escapar la que fluye al cerebro es reducida y en cambio es enviada a las manos o los pies. Esto nos prepara para bien para pelear, pero mal para un examen (donde el flujo de sangre tiene que ir al cerebro). Las emociones agresivas o nerviosas habituales invocan esta respuesta que entonces reduce la capacidad cognoscitiva (de pensamiento). Pruebas hechas en jóvenes emocionalmente preocupados estaban bajo promedio en pruebas académicas mientras que los más adaptados y la gente más tranquila lo hizo mucho mejor. Esto no es ninguna sorpresa para profesores que han observado este comportamiento durante años. Así las emociones afectan la cognición afectando las estructuras físicas que el cerebro usa para un pensamiento más claro. La mente no parece capaz de expresarse claramente y eficazmente a través del cuerpo si las emociones han secuestrado los recursos que necesita para esto.
- **Oración y Meditación.** Goleman relata que “la oración trabaja en todas las emociones”. Numerosos estudios muestran los efectos tranquilizantes que tienen en el cuerpo la oración y hasta los autores de Nueva Era como Paul Wilson reconocen que la oración es desconcertantemente poderosa para alcanzar de estados de la calma. Los efectos fisiológicos de una mente enfocada en Dios están claros, son inequívocos y medibles por la instrumentación moderna. La mente puede traer al cuerpo a un estado de calma bajando la tensión arterial y con emociones pacíficas.

Todas estas cosas desconcertantes contribuyen a la sorpresa y el misterio que rodea como nuestra mente y cuerpo interactúan y cómo nuestras emociones son producidas y enfrentadas.

Conclusión

Hay una interacción compleja entre nuestros cuerpos y nuestras emociones tal que nuestra salud puede afectar nuestros sentimientos, y nuestros sentimientos pueden afectar nuestra salud. Las emociones son producidas principalmente en el alma y espíritu, pero tienen interacciones muy fuertes con el cuerpo. La mente y el cuerpo son entidades separadas pero muy interconectadas. La tensión es lo que pasa cuando nuestra mente sobrecarga nuestro al cerebro y pide demasiado de nosotros. Un estilo de vida tranquilo y piadoso puede prevenir la tensión y ayudarnos en nuestra santificación. El cuerpo presenta al cristiano con un problema desde la Caída. Desde la Caída, el cuerpo ha sido corrompido por el pecado y este estado físico corrupto es conocido como “la carne”. La carne conduce a impulsos pecaminosos y emociones negativas, es débil, mortal y temporero y seremos librados de ello en la muerte. La carne y el Espíritu están en guerra. Nuestra Mente es nuestra para enfocarla y controlar y nuestra conciencia es el factor decisivo en muchos asuntos espirituales y puede ser enfocada en el Espíritu o en la carne. Las emociones parecidas a las de Cristo fluirán cuando la Mente sea enfocada en el Espíritu. Las emociones destructivas fuera de control nos dominarán si la Mente esta enfocada en la carne. La victoria emocional y espiritual depende de tener a Cristo en nosotros, la esperanza de gloria, y en decidir enfocar nuestra conciencia en las cosas del Espíritu. Esto resulta en un estado emocional constructivo conocido como “vida y paz”. Nosotros también deberíamos cuidar nuestra salud y consultar un buen consejo medico. También deberíamos reconocer que hay mucho misterio en este tema y mucho no sabemos. El siguiente capítulo trata sobre como la mente es el secreto al dominio personal.

Preguntas de Discusión

1. ¿Cómo influencia el cuerpo las emociones, y como las emociones influyen en el cuerpo? ¿Cómo puede el buen consejo médico ayudarnos con problemas emocionales aparentemente "espirituales"?
2. ¿Qué es "la carne" y cómo afecta al cristiano? ¿Cómo controla el Espíritu la carne? ¿Cuál es el papel de la mente en todo esto?
3. ¿Cuál es la diferencia entre su mente y su cerebro? ¿Usted es sólo un montón de químicos?
4. ¿Qué es la tensión? ¿Cuáles son las tres etapas de un ataque de tensión? ¿Cómo podemos descargar cosas que causan tensión? ¿Por qué vivir un estilo de vida tranquilo y piadoso es importante?
5. ¿Hasta qué punto usted es responsable de sus acciones, aún bajo la influencia de medicinas o alcohol?
6. ¿Cómo pueden los no cristianos resistir el pecado y la carne?
7. ¿Qué piensa usted sobre algunas áreas aún misteriosas de la interacción entre nuestras emociones, nuestras mentes y nuestros cuerpos?

Parte Tres

Aplicaciones Prácticas Para El Dominio de las Emociones y la Expresión

Finalmente alcanzamos la sección práctica donde vemos técnicas prácticas sobre como experimentamos y ejercemos dominio sobre nuestras emociones y como actuamos y reaccionamos a ellas. Aprenderemos a leer y entender las emociones de otros y nuestras y como expresarlas apropiadamente en amor. Teológicamente esta sección ve a Cristo en nosotros tratando de expresar Su amor por el mundo por nosotros, y en parte, por medio de nuestras emociones. Jesús en nosotros, y diciendo por medio de nosotros, tiene Su sentido de tiempo, Su debida expresión, Su equilibrio y presencia y Su modo santo y honrado de ser. Al final deberíamos irradiar amor, alegría y paz porque Jesús irradia estas cosas. Deberíamos convertirnos en gente con una presencia que manifieste la profunda autoridad y majestuosas emociones del Dios que mora en nosotros. Para hacer esto necesitamos tanto lo teológico como lo práctico. Tenemos que estar conscientes de Cristo en nosotros, pero también tenemos que saber que hacer en cualquier situación dada. “Amarse el uno al otro” no es suficiente para la mayor parte de personas. También tenemos que saber cómo amarnos el uno al otro y esto implica información práctica y técnicas. Tenemos que saber apagar nuestra ira, como ayudar a alguien que sufre, como dominar nuestras emociones y como entender lo que otro siente. Cubriremos esto. También tenemos que saber dejar fluir el amor de Dios por nosotros en el poder espiritual y es el tema del último capítulo.

La Mente Diestra

Romanos 8:4-6 LBLA para que el requisito de la ley se cumpliera en nosotros, que no andamos conforme a la carne, sino conforme al Espíritu. (5) Porque los que viven conforme a la carne, ponen la mente en las cosas de la carne, pero los que viven conforme al Espíritu, en las cosas del Espíritu. (6) Porque la mente puesta en la carne es muerte, pero la mente puesta en el Espíritu es vida y paz;

El factor decisivo en el Inteligencia Emocional Bíblica es la Mente del creyente. Si está puesta en la carne y pensamos carnalmente el resultado es la muerte. Si está puesta en el Espíritu y pensamos espiritualmente, el resultado es vida y paz. Capítulo tras capítulo este libro ha demostrado la verdad de estas dos declaraciones en Romanos.

Los capítulos anteriores han puesto un fundamento para la obra, mostrando cómo nuestras emociones fluyen desde nuestras percepciones y nuestras creencias y como ellas son afectadas por nuestro estado fisiológico. Este capítulo mira el acto decisivo de enfocar nuestras mentes en las cosas de arriba, en las cosas del Espíritu, en el dominio de nuestra vida y emociones. A través de la mente ganamos dominio. Este capítulo trata sobre experimentar este dominio.

Pelear, Escapar o Dominar

Tal vez has escuchado de la “respuesta de pelear o escapar” que los humanos y animales tienen como respuesta a la amenaza. No se necesita un alto nivel de pensamiento para reaccionar a pelear o escapar. Aún las criaturas menos pensantes, como una hormiga pueden tomar la decisión de evadir un intruso o quedarse y pelear. La respuesta de pelear o escapar es rápida, ruda, instintiva y en ocasiones bastante desacertada. Mayormente es una respuesta instintiva útil con un alto valor de supervivencia, pero no es parte de la sabiduría, ética o el Espíritu. Bajo el flujo de la adrenalina que libera la respuesta de pelear o escapar, las personas pueden efectuar grandes hazañas de fuerza; también pueden actuar de manera realmente tonta, porque la adrenalina envía una señal que le dice al cuerpo que envíe la sangre fuera del cerebro, donde se necesita para pensar y en lugar de esto, la envía a los músculos, donde se necesita para correr y pelear. Cuando las personas combinan estos dos aspectos de la respuesta de pelear o escapar y rápidamente ejecutan grandes hazañas de fuerza que pueden ser bastante estúpidas, no pensantes y mal informadas, entonces tenemos la base para la violencia y la tragedia. Cuando las sociedades ceden a su instinto de pelear o escapar, vemos divisiones, disputas, guerras y vendetta por doquier. La sobre vivencia parece depender de la respuesta de pelear o escapar, pero la verdadera civilización depende de domarla y dominarla.

¿Por qué es la respuesta de pelear o escapar tan destructiva, y si lo es por que la tenemos? Supongo inicialmente que no era algo malo. La respuesta de pelear o escapar servía para operar en un ser que estaba conectado con Dios. Esta conexión debía moderar una respuesta alterada. Pero ahora no está tan bien conectado y ha venido a ser una de las partes mas afectadas por la Caída. Caín fue la primera persona en las Escrituras que se enfrentó con la tarea de manejar una ira homicida (Génesis 4:7) - y decidió pelear. Su descendiente Lamec se jactaba de ser homicida (4:23,24) y al tiempo del Diluvio sus descendientes habían “llenado la tierra con violencia” (Génesis 6:1). Confiar a seres humanos caídos el elegir entre el dominio y pelear o escapar fue un total fracaso. Eventualmente Moisés vino con la Ley, que señalaba el camino a lo que estaba bien y mal y daba límites muy razonables y aceptables para la conducta humana. La Ley también

falló. Finalmente Dios envió a su hijo y las leyes de Dios fueron escritas en nuestros corazones a través del Espíritu Santo (Hebreos 10;16) para que podamos ser vencedores espirituales (Apocalipsis 21:7). Esto ha funcionado, pero aun así, no ha sido una tarea fácil. Solo re-estableciendo la conexión con Dios, ha traído una medida de control a las respuestas de pelear o escapar.

El problema de la respuesta de pelear o escapar en la humanidad caída es que elimina la elección y cuando eliminas la elección eliminas toda clase de cosas como la libertad, la moral, el amor y la decencia. Cuando la respuesta de pelear o escapar ocurre, la sangre fluye hacia las manos y los pies y se va del cerebro, y grandes flujos de adrenalina y otras hormonas toman control y los rápidos centros de control de acción del cerebro están al mando y de repente estas explotando ante la gente o corriendo, o peleando. En lenguaje común “te apretaron los botones” y solo reaccionas a un nivel enteramente visceral e instintivo. Esto no es malo cuando estas escapando de un gran rinoceronte. Un incidente menor viene a ser un asunto de vida o muerte. La percepción de amenaza y el impacto de la adrenalina causa que reaccionemos sin elegir nuestras reacciones.

Gente asustada han disparado accidentalmente a miembros de su familia pensando que eran ladrones y soldados han disparado a sus propias tropas con la velocidad e inexactitud de estas respuestas. No puedes ser como Cristo y estar lleno de odio y respuestas físicas de pelear o escapar. Tampoco puedes ser un tímido, que siempre se retira divagando en ataques de ansiedad como un ave asustada por cada nueva noticia alarmante, que es un efecto de la respuesta de “escapar” en la vida moderna. La respuesta de pelear o escapar elimina nuestra habilidad de tomar sabias, libres y balanceadas elecciones morales y definitivamente queda fuera de la base donde el carácter cristiano debe estar fundamentado.

[Para no ser malinterpretado, no esta mal pelear bajo ciertas circunstancias si es una elección sabia y moral. En otras ocasiones esta bien retirarse y evitar ciertas situaciones problemáticas mientras se haya pensado, sea sabio y moral hacerlo. Los grandes guerreros bíblicos como el Rey David pelearon batallas y ganaron victorias, pero lo hicieron con carácter, no por una rabia repentina. Los héroes militares de las Escrituras, como Gedeón, David, Josafat eran personas de misericordia y de mente y corazón balanceados. Ellos no eran solo un gran saco de enojo caminando por allí buscando una pelea, y tampoco era gobernados por la respuesta de pelea o escape.]

Domino

La alternativa para la respuesta de pelear o escapar es adquirir dominio de la situación. Jesús siempre demostró dominio de cada situación que se le presentaba. El nunca peleó contra los soldados que los arrestaron ni huyó de ellos, sino que a través de toda la prueba, demostró un sorprendente grado de dominio personal. En ningún punto de Su vida Jesús cedió al pánico impulsado por la adrenalina de la respuesta de pelear o escapar. El pudo haber reunido un ejército pero no lo hizo. Tal vez pudo escapar el hostil Israel e ir a Grecia y ser bienvenido como filósofo, pero no lo hizo. Hubo tiempos cuando evadió Jerusalén por causa de la hostilidad y por que su tiempo no había llegado y en ningún punto reacciones solo por instinto.

Sus acciones eran diestras, sabias y espirituales. Su mente llena del Espíritu tenía dominio total sobre Su carne y Sus instintos. Esto le dio poder, equilibrio y un grado de autoridad personal que parecer ser el aspecto principal que admiraba la gente de su personalidad y que es frecuentemente comentado en los evangelios. Los siguientes versos son solo algunos de los versos que muestran como otras personas veían Jesús, como quien tiene autoridad y como Jesús veía su propia autoridad ser usada para ejercer dominio sobre las situaciones.

(Mateo 7:29, 8:9, 21:23-27, 28:18-20, Marcos 1:27, Lucas 4:32, Lucas 9:1, 10;19, Juan 5:27, 7:17, 12:49, 14:10, 16:13, 17:2)

AQUI

Jesús no se alteró aún al encontrar al Diablo en persona. Durante la tentación en el desierto, Jesús tuvo un encuentro espiritual cara – a – cara con el Diablo que debió ser increíblemente intenso. El Diablo había salido a destruir a Jesús, el era la malicia encarnada, seducía, tentaba y empujaba a Jesús a dar una respuesta equivocada. Jesús tampoco escapo ni peleo. El ejerció dominio sobre la tentación para evitar el encuentro y entonces preservarse a si mismo de dañarse espiritualmente. El enfrento los peligros de toda la fuerza del Diablo. El se mantuvo en pie ante la pura maldad. Jesús no peleo. Jesús no se lanzo en una agresiva lucha contra el Diablo. Sino que Jesús venció a Satanás a través del pasivo uso de la autoridad de Dios basado en la Palabra de Dios. Jesús ejerció dominio sobre la situación.

AQUI

El ejemplo bíblico de Jesús en el desierto nos muestra que aun si pensamos que una situación es completamente mala y amenaza nuestra salud, identidad y éxito (como las tentaciones del desierto fueron para Jesús) no tenemos necesidad de molestarnos y reaccionar. Tampoco necesitamos empacar nuestras cosas y correr. Solo debemos tranquilamente y con autoridad exponer la situación a la verdad de las Escrituras y la autoridad de Dios. Queremos terminar moviéndonos en la vida como Jesús se movió en Usual, y lidiar con nuestras presión y amanzanar como el trato con las suyas.

Cuando hablo de dominio no hablo de perfección sin pecado. La perfección es mas como una combinación de fe, valor, decisión y balance. Es tener autoridad espiritual, balance, y poder en todas las situaciones. Nos hacemos preguntas como: ¿cómo podemos enfrentar cada situación en la vida como si fuera un golpe perfecto de golf? ¿cómo podemos dominar cada amenaza y cada frustración con gracia, poder y equilibrio? Como podemos movernos en medio de un juicio injusto con perder nuestra calma? ¿Cómo podemos perdonar a aquellos que nos clavan a la cruz? Claros esta que estas reacciones son logros supremos de una Vida perfecta. Son lo que hizo a Jesús el Cordero sin mancha de Dios. Aunque nunca lo logremos, podemos aspirar a ellas y disciplinar nuestras mentes para lograrlas.

Movámonos de lo cósmico a lo cómico y consideremos mis intentos de jugar golf. Como misionero con pocos fondos no tengo palos de golf y una membresía, pero una vez cada cierto numero de años soy arrastrado a un campo de golf por un amigo. Cuando la bola cae en lo áspero, como me pasa usualmente, tengo tres posibles respuestas - pelear, escapar o ejercer dominio. Me puedo deprimir ante la dificultad, rendir el turno y pagar la penalidad – esa es la respuesta de escape. Puedo golpear salvajemente la pelota con todas mis fuerzas y sacarla de allí – esa es la respuesta de pelear. O puedo apelar a mi considerable valor de golf, concentrarme cuidadosamente, mantener mi ojo en la pelota, visualizar la maravillosa trayectoria que tomara y salir de ahí con el toque justo. Esta es la respuesta de dominio y como puedes haber notado, es la repuesta mas difícil y la que mas trabajo cuesta perfeccionar. Rara vez me sale bien, pero es la que deseo practicar y reforzar. Realmente no hay otra elección posible pues las otras dos respuestas solo llevan al fracaso. El dominio es la elección mas difícil pero es la única elección que nos lleva a otro lugar.

La Mente

Necesito usar algunos párrafos para definir lo que quiero decir con “Mente” antes de llegar muy lejos y confundirnos. Por Mente no quiero decir varios pensamientos individuales o mente como una actividad intelectual o un grupo de abstracciones intelectuales. Quiero decir mente como el esquema o marco de la persona. Usamos la palabra Mente de esta manera en la expresión “doble

animo”. Mente en este sentido es un estado interior de conciencia que tienen ciertas propiedades. La mente es controlable y puede ser enfocada por el creyente. Pablo nos pide que fijemos nuestras mentes en ciertas cosas tales como el espíritu, las cosas de arriba, y la búsqueda de la madurez, así que la mente es algo que podemos enfocar en Dios. Para aquellos que disfrutaron el Griego, de la familia de la palabra *paren*, *phroneo*, *phronema* y *phronesis*, *phronimos* es la raíz. Entonces la mente es parte nuestra conciencia total y conocimiento de que tenemos algún control sobre ella. En esta definición no incluye sueños o el sub-conciente. El sub-conciente es parte de nuestra mente un in mayor sentido pero no es parte de ella en este mas angosto sentido lo usamos aquí porque no tenemos control real sobre el subconsciente y no puede disciplinarla o enfocarla. Tampoco es mente en este sentido de pensamientos dispersados que entran y salen de una persona que sueña despierto o viendo televisión. De tales personas en ocasiones decimos “su mente se apaga cuando ven televisión”. La conciencia interior estaba inactiva. Entonces la mente es lo que piensa cuando hacemos pensamiento real. La mente es donde tu recibes y reflexiona sobre la sabiduría y donde hagas decisiones sobre tus acciones. Esa es tu mente. Es esa parte de tu conciencia que puedes controlar, dominar y llevar la a una cercana relación con el “verdadero usted”.

A través de este libro continuare diciendo que la mente es solo la parte de su conciencia que podemos controlar y entonces esto es de vital importancia. No quiero decir que somos todo mente o sino que la mente es una parte integrada de un todo que dirige. La mente es como la rueda en el puente que controla el timón de un barco. El navegante define el curso y entonces la rueda da vuelta hacia un turno definido y el barco mantiene ese curso. El curso del barco completo es determinado por la posición del timón del capitán. El timón es solo parte del barco que puede ser enfocado en una dirección o curso de acción. EL motor guiara el barco a determinado lugar, el asimiento del cargamento hace su labor, el aire acondicionado ayuda a tolerarlo, pero el guía, conectado a l timón establece la dirección y el destino y decide a que puerto llegara el barco o aun si naufragara por la falta de cuidado. La mente es esa parte de nosotros que podemos guiar y con la que podemos determinar nuestro curso. Es la única parte de nosotros que puede hacer ese trabajo. Entonces es decisivo.

Necesitamos amar a Dios con todo nuestro ser – mente, espíritu, alma y fuerzas, y todas estas partes de nosotros son vitales e importantes, pero es la mente la que dirige el espíritu, o el alma, o nuestra energía y fuerza en Dios y Sus propósitos. La mente es el punto critico donde las decisiones son hechas y donde de determina el curso.

La mente en el sentido de la familia de la palabra *paren* generalmente significa la sabiduría y entendimiento son especialmente de los justos (Lucas 1:17; Efesios 1:8). La mente puede estar fijada en varias cosas. Cuando Jesús reprendió a Pedro el dijo que el no estaba “pensando en las cosas de Dios sino en las de los hombres” (Mateo 16:23, Marcos 8:33), los Romanos legalistas fijándose en los detalles sobre comida y bebida literalmente tenían “mentes llenas de normas” en el Griego (Romanos 14:6). La mente puede estar puesta en la carne o en el espíritu (Romanos *;5,5), y las cosas de arriba (Colosenses 3:2) o en las cosas terrenales (Filipenses 2:19), lo que causo que Pablo llorara. Debido a la renovación y la llenura del espíritu Santo podemos aun tener “la mente de Cristo” (1 Corintios 2:5). Por otro lado podemos tener una mente aniñada (1 Corintios 13:11, 14:20) La unidad de mente es importante y los Cristianos debemos tener unamente y pensar-similar. (Romanos 12:16, 15:5, 2 Corintios 13:11) Esta familia de palabras también pueden significar la mente cuidadosa, prudente, que piensa en otros, la persona atenta y pensativa (Filipenses 1:7;4:10) aunque la palabra “mente” es rara vez usada en las traducciones en Ingles que se relacionan a esto.

Entonces esta claro en el Nuevo Testamento que la clase de mente con la que terminamos es completamente nuestra elección. Podemos enfocar nuestra mente en los intereses de Dios o los intereses del hombre, el espíritu o la carne, las cosas de arriba o las cosas de la tierra. Podemos ser humildes, de similar manera de pensar, unificados y concientes de los demás o podemos ser arrogantes, aniñados, contenciosos, mundanos y carnales.

El Dominio y la Mente

El dominio es un producto de una mente enfocada y disciplinada que trae a la persona a sumisión a una ética o ethos que elimina lo anterior. A través de la historia todos, desde los monjes Zen hasta los guerreros espartanos y los comerciantes corporativos han descubierto esto. La Gente han venido a ser gente diestra al disciplinarse en toda clase de meta, desde arco y flecha, esgrima o filosofía. Es por esto que los deportes competitivos, aunque son tribales en si mismos, han formado a muchos como mejores seres humanos. Los saltos de un campeón de gimnasia no tienen sentido por si mismos. No alimentan al hambriento o tienen contenido filosófico. No es hacer los saltos lo que hace grande al gimnasta, sino la disciplina que usa. El deporte crea disciplina y fuerza mental en el gimnasta para que al llegar el fin de los días de la gimnasia, el carácter permanezca. Otro punto, el enfoque debe ser externo a si mismo. El gimnasta no encuentra la disciplina personal enfocándose en ejercer dominio sobre si mismo. El o ella encuentran el dominio al enfocarse en los saltos.

La mente es la única parte de nuestro conciente que podemos enfocar y dirigir, entonces es la única parte de nosotros que puede darnos dominio. Un millo de dólares no te darán dominio personal. La gente que ganan la lotería, usualmente terminan pobres por si falta de disciplina o dominio personal. El dinero no los hizo disciplinados. Un cuerpo fuerte no te dará dominio excepto de ciertas habilidades físicas. Los atletas pueden ser esclavizados a las drogas o el alcohol. La educación no te dará dominio personal, hay muchas personas bien educadas que tienen mentes pequeñas o son de débil volutar. Ser voluntarioso no te hará ejercer dominio, pues la voluntad puede venir a ser terca e inflexible, incapaz de adaptarse a situaciones cambiantes y entonces terminar en una inevitable derrota. Aun la religión no te dará dominio. Muchas personas son esclavizadas por cultos, atrapadas en las ataduras de la culpabilidad religiosa, o dominados por la idolatría y la superstición. Solo la mente adaptable, flexible, adiestrable, enfocada y disciplinada puede traer dominio.

Por favor, que quede claro esto, no abogo por los filósofos mentalistas, la ciencia mental, o la ciencia Cristiana, o que piensen y desarrollen ricas formas de dominio mental. Estas son medias verdades. La mente no es una terrible e importante fuerza en si misma. La mente no te da la habilidad para crear el cielo o el infierno como enseñó Blake. Dios crea el Cielo y el Infierno. La realidad es Su creación no la nuestras. La mente no crea el mundo sino que lo capacita para movernos con balance y poder. La mente no es Dios. La mente trabaja mejor cuando esta puesta en Dios. En termino bíblicos el dominio personal y emociones es un producto de poner la mente en Dios y en buirla en Su Palabra y autoridad. La mente que no tiene ayuda, operando sola y por si misma no puede producir dominio de la clase que vemos en la vida de Jesucristo. Para esa clase de dominio necesitamos mas que pensamiento positivo. Necesitamos una conexión directa con Dios y la mente debe estar resulta a fijarse en Dios, en el espíritu, en las cosas de arriba, en el Reino y en la justicia en adelante.

Dirigiendo la Mente Cristiana

así que vemos que enfrentamos tres verdades universales: Primeramente que el dominio personal es la única opinión sabia. Secundo, que este dominio es enteramente un producto de la mente. Tercero que la mente viene a ejercer dominio al ser disciplinada y enfocada en algo exterior. Este libro sostiene que el dominio solo puede ser obtenido cuando el ‘algo exterior’ es Dios. Tu

puedes lograr un sentido de demonio al enfocar tu mente en la esgrima o la gimnasia o correr caballos, pero no terminarás como Jesús solo al enfocarte en esas cosas. La mente debe ser dirigida hacia Cristo. Este es el lugar adecuado.

Entonces dirigir la mente es una actividad poderosa y decisiva. Es difícil ponerlo en palabras. No es concentrarse en Cristo, tampoco es especular sobre Cristo o estudiar o soñar despierto sobre Cristo. No es ni tan siquiera pensar sobre Jesús como tal. No es un proceso interno, reflectivo o meditativo. Es similar a pararte fuera de ti mismo y dirigirte hacia Cristo. Es como pararte en el tope de una torre de clavado y mirar hacia abajo y zambullirte dando lo mejor de ti. Es elegir donde se enfocaran las energías de tu vida y tu proceso mental. Es como salir fuera de ti pero hacia Cristo a la vez. Supongo que puedes llamarlo fe, o al menos la fe esta muy involucrada en el proceso. No tengo una analogía. Es casi como eso misiles que se enfocan en el blanco o un gato enfocado en un ratón. La mente completa esta puesta en Cristo y dirige todas las energías de la vida del creyente en esa dirección. Al obtener este enfoque todo lo demás esta implicado, las emociones, la voluntad y las respuestas. Asó como alguien absorto en un juego de video pone toda su concentración, emociones y voluntad en el juego, así debe estar un Cristiano absorto en Cristo, con la mente puesta en el espíritu, inevitablemente trae toda su vida en conformidad con Jesús.

Puede que no sea obvio inmediatamente, pero cuando dirigimos nuestra mente hacia un propósito, quiere decir que nos comprometemos con las normas y técnicas que ese propósito particular requiere. Por ejemplo al escribir este libro, debo seguir las normas del idioma español. Difícilmente estoy consciente de esto porque he internalizado muchas de estas normas. Aquí y allá el comprobador de ortografía y gramática me señala donde me equivoco. Entonces lo corrijo. Esto es parte de escribir, parte del proyecto, y parte de estar enfocado en escribir un libro. Seguir las reglas de gramática no es malo o terrible. No es una restricción a mi libertad o un legalismo o falta de gracia. Solo es requerido. El dominio de algo significa apegarse a las normas. Similarmente, seguir a Jesús tiene normas. La sumisión a los mandamientos de Jesucristo no es opcional si vamos a estar enfocados en Cristo y conocer la vida y paz. Obedecer estos mandamientos no es la totalidad de la vida cristiana pero ellas son parte de la disciplina de la vida Cristiana. Ellas hacen que fluya y si tienen dominio en tu vida cristiana debes decidir obedecer estas normas. No puedes simplemente crear un vida espiritual, como no puedes reinventar las normas gramaticales cada vez que escribes.

Decidir poner tu mente completamente en Cristo y lograr el dominio de tu vida completa es lo más difícil que harás en tu vida. ¿Pero cuales son las alternativas? Andar cojeando por ahí no es una gran vida. Rehusarlo por completo es ir a oscuridad eterna. Pero los esfuerzos parecen tremendos, el enfoque muy estrecho y las normas muy rigurosas. El enfoque debe guardado y somos difícil de gobernar. Estamos inclinados a la distracción. Somos muy livianos con nosotros mismos. No queremos levantarnos y practicar. Queremos el cielo en nuestras butacas. así que hacemos un compromiso con Cristo, entonces eso se deshace, entonces otro, entonces un rompimiento espiritual, entonces un remiendo barato. Estamos en todas partes. Nuestras mentes están puestas en nosotros mismos, o en nuestras finanzas, o en las opiniones de la comunidad cristiana o en el éxito de nuestro ministerio. Encontramos metas más fáciles y sustituimos el foco. Nos ponemos ansiosos, tensos y espiritualmente débiles. Necesitamos llegar a un punto de decisión final donde vamos el desastre, nos levantemos y decidamos con todo lo que esta en nosotros, enfocarnos completamente solo en Cristo y seguir con una sola mente, enfocados y con dominio disciplinado.

La gente alrededor vagan en el ministerio sin una real y sólida conexión con Dios porque el costo de entregar todo a Dioses muy alto. Debes llegar a tomar esa decisión. La vida cristiana es difícil

de vivir sin esto. No puedes ir y venir en lo eterno. Debes comprometerte totalmente y dirigir tu mente hacia ello.

Pre-requisitos para el Dominio personal

Los prerequisites absolutos para el progreso espiritual es que seas nacido de nuevo con una nueva naturaleza de Dios, que tengas la llenura del espíritu Santo y que firmemente seas devoto a Dios en obediencia a Su palabra. Sin estas tres cosas no tienes oportunidad.

A menos que seas nacido de nuevo es un trabajo imposible. Si no estas lleno del espíritu y guiado por el Espíritu en tu vida diaria, entonces no tendrás poder sobre la carne (vea Gálatas 5:16-18) y lucharás continuamente y perderás continuamente. Si no tienes firmeza tendrás doble ánimo y el que tiene doble ánimo no recibirá nada del Señor (Santiago 1:5-8). Permanecerás envuelto en tu duda e indecisión. Estas tres cosas son las básicas. Antes de continuar hablando sobre técnicas de dominio propio, debes tener estas tres cosas en tu vida o estar preparado para tenerlas tan pronto sea posible.

Técnicas Prácticas para el Dominio Personal

Esta bien hablar sobre la necesidad de una relación personal con Dios y tener la mente puesta en las cosas de arriba, pero ¿cómo esto evita que una persona explote la próxima vez que alguien corte frente a ellos en la carretera? ¿Cuáles son las claves prácticas para ejercer dominio sobre nuestra respuesta de pelear o escapar y para tener dominio en la vida?

Hay entonces dos niveles de dominio personal. Primeramente debemos establecer el fundamento para el nuevo yo y la mente enfocada en Dios. Esto renueva nuestra conexión con Dios y prepara algunas líneas de control espiritual sobre la respuesta de pelear o escapar. Entonces debemos aprender los detalles prácticos de cómo responder a la vida inteligentemente y sabiamente.

- Presta atención a tu estado físico. Si te das cuenta de que tus puños están cerrados y tu cuello esta rígido y que estas tenso físicamente y al tanto del peligro, entonces trata de quitar estos estados físicos. Suelta los puños, frota el cuello y relaja tu postura. La respuesta de pelear o escapar es parcialmente una respuesta física y al deshacer los estados físicos relacionados, perderá gran parte de su poder. Tal vez tratar de relajarse o usar la respiración profunda puede servir cuando tienes tensión, estás alterado o explosivo.
- Esta al tanto de la magnitud de tus respuestas emocionales y el cambio rápido a la ira o la ansiedad que la respuesta de pelear o escapar produce. Aprende a reconocer cuando estas cambiando en dirección al desastre y practica mantener un limite.
- Toma tiempo para pensar. Usa tu derecho dado por Dios para escoger tu respuesta. No solo responder en piloto automático. Una vez te detengas y pienses, es mas seguro que elijas una mejor solución.
- Desarma. Si has comenzado a formarte para ataque ¡retira las tropas! Ve a caminar, ventílate. Ora sobre lo que este pasando.
- Si vas a enfrentar una situación que te agravia (como tratar con una persona irritante) trata de tomar una decisión conciente sobre como vas a reaccionar en esa situación. Entonces ensaya tu balanceada y bíblica reacción una y otra vez en tu mente. Tal vez siete veces... ¿o setenta veces siete? (vea Mateo 18) Entrénate mentalmente para reaccionar de la manera correcta como los golfistas profesionales ‘ven la bola caer en el hoyo’ aun antes de golpear la pelota. Usa el ensayo mental para desarmar posibles situaciones conflictivas.

- En este contexto – no ensayes mentalmente las respuestas negativas. No veas en el ojo de tu mente una imagen tuya estrangulando al jefe de la compañía de teléfono. Puede ser muy satisfactorio, pero no te ayuda. Estas educandote en la dirección contraria.
- Usa el ¿Qué Haría Jesús? Como una referencia rápida.
- Cuestiona tus percepciones. ¿Es realmente un asunto de vida o muerte? ¿Me estoy poniendo tenso por algo sin importancia? ¿Qué dice de mí que me altere tan fácilmente? O en la respuesta de escapar: ¿Es esto realmente tan malo? ¿Va a terminarse el mundo por esto? ¿Esta este miedo, ansiedad y reacciones emocionales ayudándome? ¿Escapar de las cosas me ha ayudado a mi vida o me ha lastimado?
- Aprende a encontrar tu centro emocional y vive desde el y conocer cuando esta balanceado y cuando esta fuera de balance. Esto es bastante difícil para muchas personas.
- Algunas personas te empujaron para que explotes y tomar ventaja de tu reacción inmadura. Esta alerta y reacciona deliberadamente de la forma opuesta a la que te están empujando. (1 Corintios 4:12) Por ejemplo cuando te maldigan respóndeles con una bendición 1 Pedro 2:23 SRV Quien cuando le maldecían no retornaba maldición: cuando padecía, no amenazaba, sino remitía la causa al que juzga justamente
- Recuerda que cuando reacciona justamente a trato injusto “mas grande es tu recompensa en el cielo”. así que regocíjate y date una felicitación cuando mantengas la calma. Usa refuerzo positivo por una buena reacción. (Mateo 5:11)
- No regreses mal por mal (Romanos 12:17) Pon limite a tu deseo de venganza. Deja la venganza al Señor. (Romanos 12:19) Si regresamos una bendición, entonces heredaremos bendición. (1 Pedro 3:9).
- Si la gente te engaña y te insulta, no escales es a una batalla de vida o muerte sobre el honor y el orgullo. Esto es lo que Jesús quiso decir cuando dijo “no resistáis al malo” (¡Esto no quiere decir que la policía no arreste a los ladrones!) Esto significa “no permitas que una personal mala te lleve a una respuesta de escalas mayores, llena de adrenalina, de pelear o escapar. Niega la urgencia de responder que tiene el hombre natural. Si te abofetean, pon la otra mejilla, si te quita la capa, dásela y se te hace caminar una milla con ellos, ve dos. Si el dice “dame dinero” deja que tenga algo. (Mateo 5:38-42). Niega tu reacción y muestra que estas echo de algo diferente.
- No permitas que gente poco amable, mal agradecida, tacaña, mal intencionada o de mentes pequeñas te molesten. Dios es misericordioso con los malos y mal agradecidos y tenemos una gran recompensa en el cielo cuando hacemos lo mismo (Lucas 6:35). Sacude sus malas intenciones a un lado, sin tomarlas cosas muy personal y tratado tan bien como puedas con razonable seguridad (porque algunos son bastante tóxicos).
- No permitas que tu ego se enfrasque en el juego de “Comparaciones Cristianas”, mi iglesia es mas grande que la tuya. Eso solo lleva al enojo y peleas.
- No permitas que la teología te empuje a una reacciones de pelar o escapar. Por ejemplo, “No voy a estudiar la Segunda Venida, es muy contencioso este tema” (respuesta de escape) o “Eres un hereje y te voy a quemar verbalmente porque la ley no me permite quemarte en un palo” (respuesta de pelea). La respuesta de dominio es aprender sobre la Segunda Venida y otros aspectos de teología y crecer en Dios y solo debatir cajo circunstancias donde no se lastimen los escuchas (como buenos amigos ministeriales) a menos , claro esta que haya una urgente razón apologética. Aun entonces, tus palabras debes estar sazonadas con sal.
- Aprende las respuestas correctas al aprender de Cristianos maduros y al estudiar los héroes de la fe.
- Has un compromiso personal de crecer en esta área.
- Haz amigos que te hagan responder por tus reacciones y te motiven madurar.

- Disfruta el sentimiento de la gracia en lugar del poder emocional explosivo.

Venciendo Temores Paralizadores

La parte de escapar de la respuesta de pelear o escapar no ha recibido mucha atención hasta ahora. No es tan dramática y muchas personas simplemente la despachan como debilidad o nervios. Cuando florece como una gran fobia, la gente se desconecta de la vida por temor a tener un ataque pánico en público. El miedo puede crear un estado de vida que es casi insoportable. La persona sobre-actúa, se pone nervios, se retira y se pone ansiosa y puede estar llena de fobias y obsesiones. La Dr. Claire Weekes ha hecho algunos maravillosos y compasivos trabajos en esto y cada pastor debe leer sus libros, listados bajo “agorafobia” en la sección de referencia en la parte de atrás. Abajo resumiré, brevemente y tal vez un poco general, los puntos centrales de su trabajo.

Las circunstancias de la vida causan que la persona alcance, en algún punto en su vida, un punto de cansancio nervioso en la que el miedo que ya existe no puede ser suprimido o controlado por la voluntad y durante este tiempo nuevos temores pueden ser fácilmente implantados (Vea la sección de tensión en el capítulo anterior)

Extraños pensamientos de temor aparecen en una mente cansada. Esa persona se preocupa sobre estos pensamientos. Esto activa mas aun mas la respuesta de pelear o escapar y cansa la persona, así que tienen menos ejércia para controlar sus temores. Mas temores surgen, las persona se preocupa y así continua este circulo vicioso. Los extraños pensamientos en una mente cansada eventualmente alcanzas tal intensidad que llevas a la persona el borde del pánico. Un pequeño incidente entonces desata un ataque de pánico a gran escala, que, si esta espiral continua, puede ser el primero de muchos.

Dominar estos temores significa alejarse de la respuesta de pelar o escapar. En lugar de luchar con los temores o escapar de ellos, simplemente son aceptados. Esta posición de no pelar y no escapar desarma la respuesta de pelar o escapar, baja los niveles de adrenalina y ayuda a la persona a pensar. Se les motiva a ir despacio pues la necesidad de “apurarse” o tomar acción activa la respuesta de pelar o escapar. Se les motiva a descansar, comer adecuadamente y recuperar las fuerzas y mejorar su ultima reacción. Esto permite que adquieran una perspectiva de sus temores. Se les dice que la única forma de tratar con el miedo es pasar por el y su famosa frase “aun piernas de gelatina te ayudaran a pasar” ha ayudado a mucho ágora fóbicos. De gran importancia es flotar por la experiencias. El problema con las personas llenas de miedo es que se agarran a la vida demasiado fuerte. Cuando te agarras a la vida tan fuertemente ella te lleva dando tumbos de aquí para allá y terminas luchado con ella o huyendo de ella. Un poco de desligamiento puede llevarte a paz de pensamiento y Claire Weekes enseña “a flotar” en las experiencias normalmente traumáticas, como hacer compras en un gran centro comercial. La persona flota a traves de la puerta, gloria en la tienda, flota en la mesa, flotas sacando el dinero y paga por las cosas y sale flotando. La persona se desliga levemente pero no se desasocia de la realidad y es capaz de hacer la tarea que antes era imposible. La Dr. Weekes ha reducido mucha medicina compleja en cuatro cortas frases que son de gran ayuda a aquellos que tienen ataques de pánico - ¡y para el resto de nosotros tambien!

1. Enfrenta, no corras
2. Acepta, no pelees
3. Flota, no tenses
4. Deja pasar el tiempo - no te impacientes con el tiempo.

Claves sobre como practicar esto en tu vida están contenidas en sus excelentes libros, listados en la sección de referencia. El dominio del mido significa establecer la mente estable en la posición correcta. La ponemos en la situación, pero no peleamos. Estamos calmados. Somos como Tiger

Woods mirando una pelota de golf en la arena. No es la gran cosa, un pequeño problema, el puede con el. Tampoco estamos tensos. Algunas personas creen que estar tenso es ser responsable; ser tenso significa que estas poniendo tu esfuerzo hacia adentro. Eso es un error; la tensión arruina el golpe de golf y también arruina la vida. Jesús no era una persona tenso y Jesús era la persona mas responsable y comprometida que haya vivido jamás. Y el dominio significa dejar el tiempo pasar. Jesús nunca pareció preocuparse por el tiempo, Abraham y Moisés tomaron años, aparentemente perdidos. Al dejar el tiempo pasar, lo usamos mejor. Las personas que se ven mas ajetreadas y que tienen mayor conciencia del tiempo con sus organizadores son generalmente los ejecutivos menores. Los miembros del directorio parecen no tener prisa. Pensantes, cuidadosos, responsables y sabios, pero sin prisa. Hay mucha sabiduría espiritual para la gente ansiosa en las cuatro frases de arriba. Como ejercicio piensa en Jesús en el Jardín del Getsemaní y durante su prueba, usando los cuatro conceptos arriba – enfrentar, aceptar, flotar y dejar que el tiempo pase. Antes de dejar el tema del miedo quiero tratar con una manera peculiar Cristiana - reaccionar a nuevas y poderosas experiencias espirituales.

Reaccionar a nuevas y poderosas Experiencias Espirituales

Nuevas y poderosas experiencias espirituales usualmente activan nuestra reacción de pelear o escapar. El resultado es sobre-actuar, división, miedo y ansiedad. Espero que puedas ver que no hay lugar para el enojo, respuestas llenas de reacciones o escape de pánico de fuertes emociones o experiencias espirituales inusuales. Correr salvajemente no es la respuesta correcta. Debemos analizar la emoción o experiencia a la luz de las escrituras y reprender lo que es malo. El discernimiento es una respuesta de dominio no una de pelear o escapar.

Ya que somos criaturas y no el Creador tenemos cierto miedo incorporado y temor a lo ignominioso. Los antiguos escritores hablan sobre las historias de “el pavor de Dios”. Lo poderoso y lo espiritual evocan reacciones emocionales en nosotros aquellas reacciones son usualmente inmaduras. Reaccionamos y nos llenamos de temor, incapaces de tratar con las emociones y experiencias que no son familiares para nosotros. En su lugar, cuando evaluamos una nueva enseñanza o experiencia debemos decir “Soy una persona madura con un buen cerebro y conozco las escrituras bastante bien, Me quedare a mirar, tomare lo bueno y rechazare lo malo, no debo temer lo que esta pasando. Orare por protección y discernimiento, me quedare en mis limites y tratare con ello en el caminar.”

Debemos aceptar que somos criaturas complejas con emociones complejas e un mundo complejo creado por un Dios que esta mucho mas allá de nuestra comprensión y que en ocasiones encontraremos cosas que nos impactan y turban. Necesitamos aceptar estas experiencias “como son” y evaluarlas a la luz de las escrituras, guardando lo bueno y descartando lo malo.

Evadir una postura de blanco y negro donde “todo es de Dios” o “todo es del Diablo” es importante. Las personas que toman posturas de blanco o negro lanzan a la gente a una categoría o a la otra, teniendo un discernimiento empañado. “Todos los X son Y” es frecuentemente incorrecto. Pues no todos los Musulmanes son terroristas, entonces “Todos esos Árabes son terroristas” tampoco es cierto y es un juicio muy pobre. Similarmente “Todos los Bautistas son legalistas” o “Todos los Pentecostales están locos”, son estereotipos falsos. Entonces las posturas blanco o negro son un pobre discernimiento y nos llevan a hacer evaluaciones erradas y a cometer serios errores en el juicio. Jesús nunca nombro un oponente o lanzo un ataque personal contra un individuo. Sino que en cada debate El encontró lo bueno (*hagan lo que los fariseos le dicen*) y dejo lo malo (*pero no hagan lo que hacen*). Vea Mateo 23:2,3

Apliquemos esto. Supón que escuchas un sermón que contiene un error grave, ¿qué debes hacer? Dejar la iglesia y nunca más regresar (escapar) o hablar a todos con indignación y comenzar una división de la iglesia (pelear) o buscar una pacífica pero poderosa solución (dominio)? La persona con un buen nivel de Inteligencia Emocional Bíblica estudiaría cuidadosamente lo que es incorrecto y entonces hablara con el pastor y si el o ella no responden entonces tomarían en asunto a otro líder responsable de la iglesia de manera pacífica y amorosa. .

Para dar otro ejemplo de enseñanza, ¿cómo podremos reaccionar a un teólogo controversial como John Spong? Una manera sabia es escribir contra la doctrina sin atacar la persona. Podemos defender la verdad de la resurrección y exponer el error de datos errores, teología y lógica sin implicarnos en ataques personales o sentirnos abrumados por la herejía. Nuestra postura debe ser madura emocionalmente, de autoridad, bíblica y balanceada. El cristiano emocionalmente competente nunca debería pelear (no resistas al malo) tampoco debe escapar (cuando todo termine, esta quieto) sino que debemos demostrar valor, dominio, integridad, poder cuando estas variadas situaciones doctrinales se levanten como un reto.

El Problema o la solución

El miedo mira el problema, pero la fe mira la solución. El miedo general la respuesta de pelar o escapar, pero la fe genera pensamiento inteligente y dominio personal. En esta sección quiero hablar sobre ser “enfocado a la solución” como alternativa a ser “enfocado al problema” y como salida de la espiral de pelear o escapar y como un gran paso hacia el dominio personal.

Primeramente vi este concepto en el trabajo de William Hudson O’Hanlon y Michele Weiner-Davis en el libro “En busca de soluciones” que parece un nuevo acercamiento a la breve terapia familiar. Es un libro brillante y lo recomiendo. Ha revolucionado mi practica clínica. Bien, como es usual, he tratado de ir un poco mas “profundo” y busco su aplicación a la vida cristiana y esas mis conclusiones, basado en la reflexión de su trabajo, lo que presentare aquí.

Su concepto es que tratar de analizar el problema hasta su mas mínimo detalle, debemos buscar la solución. Un joven con problemas con la policía fue llevado a ellos para consejo. así que en lugar de preguntar “por qué quebrantaste la ley” le preguntaron “¿cuándo no te metes en problemas? El joven respondió “cuando juego football”. “¿Cuan seguido puedes jugar football?” contesto el consejero. Pronto, el joven estaba jugando football y otros deportes en su tiempo libre. El no se metía mas en problemas porque el tiempo que pasaba haciendo cosas malas, ahora lo usaba en cosas que no hacían daño. Encontraron una solución. En solo dos sesiones de conserjería, su comportamiento delincuente fue revertido. Pero si los terapistas hubiesen tratado de “encontrar el problema” aun estarían analizando si niñez y aun tendría problemas con la policía.

Imagine dos personas en situaciones idénticas con la llantas de sus gomas vacías por unos clavos. Pedro Enfocado-en el-Problema se dobla y encuentra el clavo en la goma y dice “¿Por qué esta este clavo en mi goma?” entonces busca las posibles fuentes de los clavos. Al no encontrar ninguna, camina al rededor buscando de donde pudo haber salido el clavo en la historia de la vida de la carretera. Finalmente envía el clavo al gobierno para un análisis de laboratorio esperando encontrar la fuente del problema. Mientras si esposa e hijos están furiosos, pero Pedro Enfocado-en el-Problema los deja en el carro, ahora caliente, porque debe encontrar la fuente del problema. Días después llega la repuesta del laboratorio del gobierno y Pedro Enfocado-en el-Problema, todavía esta allí, al lado del camino, buscando de donde pudo haber salido aquel clavo. Sam enfocado- en la – solución, ve la goma y dice “¿cómo puedo arreglar esto?” , saca el gato y la goma de repuesto, arregla la goma y esta de camino en cinco minutos. Es mucho menos

satisfactorio intelectualmente, pero su familia esta comiendo pizza, mientras los otros están estancados en la carretera.

En ocasiones en la conserjería, nos enfocamos tanto en el problema que perdemos de vista las soluciones sencillas. En lugar de hacer que nuestros clientes continúen el camino tan pronto sea posible, nos quedamos buscando de donde salio el clavo. Ser enfocados hacia la solución significa buscar una solución, no enfocarnos en el problema; encontrar el camino para las situaciones de la gente, no estancarnos en el “juego de la culpa”; dejar de hacer cosas que no funcionan y continuar haciendo cosas que si funcionan. Hacer mas de lo que funciona y tiene éxito y menos de lo que no funciona y nos frustra.

Algunos conceptos básicos como los entiendo son:

- Solo encuentra una solución. No te preguntes por que la corriente ha aumentado o te quedes por allí mirando la calidad del agua - solo busca el puente y cruza.
- Evita la parálisis del análisis. Si se vació una goma por un clavo, no analices el clavo, cambia la goma.
- No veas problemas en todas partes. Aprende a ver soluciones.
- Los grandes problemas en ocasiones tienen soluciones simples. El escorbuto era un gran problema entre maniros por siglos y el Ministerio de Marina Británico rehusaba creer que las frutas frescas eran la solución, “un problema tan grave no puede tener una solución tan sencilla”. Tomó la muerte de un tercio de la Marina Británica de escorbuto en un año y la urgencia del Capitán Cook para que el Ministerio viera que grandes problemas en ocasiones tienen simples soluciones.
- Si siempre haces lo que siempre has hecho, siempre tendrás los resultados que siempre has tenido.
- Pregunta lo que funciona y haz mas de eso. Descubre lo positivo y afirmalo.
- Si no funciona, deja de hacerlo. Si es fútil, es fútil.
- No te fijas en quien tiene la culpa – fijate en como arreglar el problema.
- Olvídate sobre reaccionar al problema y solo comienza a buscar la solución.

La persona que es crónicamente pobre y no puede pagar sus cuentas, no necesita preguntar “¿por qué soy pobre y no puedo pagar mis deudas?” Eso lo llevara solo a culparse mas, a culpar a la esposa, a sus padres, al gobierno, a su jefe y a Dios. Necesitan encontrar una solución y preguntar: ¿Cómo puedo controlar mis finanzas? ¿Cómo puede ser mas saludable? ¿Cómo puedo resolver este problema financiero? El enfoque en la solución trabajara mejor y mas rápido que todos los análisis enfocados en el problemas de su pobreza.

Cuando estamos enfocados en el problema buscamos gente a quien culpar y enemigos que acusar o nos lastima el tamaño del problema. básicamente terminamos en esto de pelea o de escape. Cuando comenzamos a buscar soluciones pensamos, usamos nuestra mente, oramos y buscamos en las Escrituras, pedimos sabiduría, utilizamos nuestros recursos y nos movemos paso a paso en fe, creyendo que Dios tiene una solución. En otras palabras comenzamos a encaminar nuestros recursos hacia el dominio.

Jesús tenía una sorprendente visión de la vida enfocada a la solución. Siempre había una solución. No hay “problemas” para Dios. En los evangelio Jesús dice que “nada es imposible con Dios” o “todas las cosas son posible con Dios” un total de nueve veces. Jesús encuentra la solución para la gente ciega, los leprosos, Legiones de demonios, Lázaro en la tumba, cinco mil seguidores hambrientos y un bote lleno de discípulos en un tormentoso mar. Cualquiera que sea

el problema siempre había una solución y siempre la gloria era para Dios. La fe de Jesús buscaba, encontraba y activaba soluciones.

Jesús nunca tuvo que hacer un largo análisis de cosas cuando los discípulos preguntaban “¿por qué?”. En Juan capítulo nueve cuando preguntaban “¿Por que este hombre nació ciego, quien pecó, el o sus padres?”. El los interrumpió. El análisis no era necesario y no ayudaba. Lo que se necesitaba era una solución que le diera gloria a Dios. así que Jesús sano el hombre ciego. Jesús no enseñó a Sus discípulos como analizar los problemas y escribir tesis sobre ellos. El les enseñó como proveer soluciones al sanar a los enfermos, levantar a los muertos, limpiar los leprosos y predicar el Reino de los Cielos. (Vea Lucas capítulos 9y10).

Obviamente un nivel básico de análisis es necesario . Necesitas identificar si la persona es ciega o coja o poseída por demonio para saber lo que tienes que hacer. Pero no te detienes en el análisis. Te mueves del análisis, por fe, a la solución. Aquí es donde el dominio entra en juego. Moverse en la vida con dominio es ser capaz de ver las soluciones en cada situación e implementarlas para la gloria de Dios. Esto requiere un cambio de mentalidad. En lugar de una mente temerosa, desamparada, analítica, contenciosa e inútil, necesitamos una que sea valiente, confidente y llena de fe que busque soluciones y esto solo puede ser posible por medio del poder del Espíritu Santo al fijar la mente en Dios.

Conclusión

Debemos retirarnos de las reacciones viscerales y auto destructivas de la respuesta de pelear o escapar, a una respuesta noble, práctica, enfocada en la solución y llena de fe que tiene el cristiano santificado. El instrumento para hacer esto es la mente. La mente es la única parte de nuestra conciencia que podemos enfocar y manejar. La podemos usar para detener respuesta automáticas y dominar nuestras emociones. Podemos enfocarnos en Dios y las cosas de arriba y estar conectados con Su poder eterno. Podemos usarla para darnos balance y poder cuando enfrentamos nuestros temores y para buscar soluciones positivas llenas de fe a necesidades apremiantes y para la Gloria de Dios. La mente disciplinada, enfocada, es el único instrumento que tenemos para sacarnos de nuestras emociones turbadas y llevarnos a la vida y la paz. El dominio es la única sabia alternativa y el dominio viene de la mente y la mente puesta en el Espíritu es vida y paz. La próxima sección tratara con Tomar nuestras emociones; primero identificándolas, entonces eligiendo aquellas que podemos expresar y las que podemos negar.

Preguntas de Discusión

1. Explica las diferencia entre pelear, escapar y dominio.
2. ¿Que es la “mente”? ¿En que cosas puede estar fijada? ¿Como enfocamos y controlamos la mente?
3. Dramatiza y entra en la tentación de Jesús en el desierto. Imagina que tu cuerpo esta hambriento, has estado solo por cuarenta días y ahora estas aislado y tentado por verdadero poder maligno. ¿Como vences? ¿A que serias tentado por naturaleza? ¿Como lograrías dominio sobre esta situación?
4. ¿Por que necesitamos fijar nuestra mente en Dios para lograr el dominio? ¿Por que no podemos lograrlo con nuestras propias fuerzas, solo por la practica?

5. ¿Que significa estar enfocado en la solución? ¿Como se diferencia de estar enfocado en el problema? ¿Que clase de diferencia hace la forma en la que la gente enfrenta la vida?
6. ¿Como debemos reaccionar cuando encontramos errores teológicos y extrañas y poderosas experiencias espirituales?
7. ¿Cuales son los cuatro conceptos que nos ayude a enfrentar niveles de miedo que nos paralizan? ¿Como son similares a muchos conceptos bíblicos?

Ejerciendo Dominio Sobre Nuestras Emociones

(Juan 11:35 NKJV) Jesús Lloró.

Os guste o no Dios nos ha hecho seres emocionales. Él quiere que tengamos emociones – Sus emociones. Él quiere que lloremos por el perdido, que seamos movidos por la compasión por el oprimido, que nos molestemos por la injusticia, que seamos provocados por la idolatría y nos enojemos con el duro de corazón. Él quiere que amemos a las ovejas en nuestro cargo, que sintamos la agonía de la intercesión y que tengamos corazones llenos de la esperanza. La vida cristiana, cuando se vive adecuadamente, está llena de emoción. Sin embargo no es simplemente sentimental, trillado o inestable. Las emociones cristianas verdaderas tienen cierta majestuosidad. Ellos son del Reino y están de acuerdo con la Verdad..

La gente y sus emociones son como campanas. Algunas personas parecen campanas de alarma que son ansiosas y ruidosas. Unos están rajados y cuando "suenan" su sonido parece doloroso o como las campanas de viejos tranvías ruidosas, resonantes, agitadas. Pero otros parecen campanas de tienda que tocan cada vez que alguien entra en su vida. Unos parecen a un carillón, suave, hermoso y plateado; finalmente están aquellos que son profundos y resonantes y convocan el pueblo para ir a misa. El objetivo de este libro es producir gente que resuene de verdad y profundamente con las emociones de Dios. Gente cuya presencia muy emocional es una declaración del Reino de Dios. Para esto debemos conseguir dominio sobre nuestras emociones, debemos ser capaces de nombrarlas y debemos comenzar elegir qué emociones expresar y qué emociones deberíamos negar.

Identificando Nuestras Emociones

Muchas personas no pueden identificar claramente sus emociones. Simplemente usan palabras generales y frases como "bien", "mal", y "OK" en vez de palabras más específicas y útiles como "inconsolable", "regocijado" "y perplejo". Para otros los sentimientos son sólo algo borroso y confuso. Y otros están tan heridos que el dolor abruma otros sentimientos más finos y para estas personas la elección emocional es el dolor constante o el olvido. Muchos eligen el olvido por medio de las medicinas, el alcohol, o la promiscuidad y cada vez más ellos se escapan en el olvido total de la muerte por medio del suicidio. Estas personas necesitan ayuda. Tienen que desenmarañar sus emociones y esforzarse para lograr la paz. Para así ser capaces de “sentir sus sentimientos” y siendo capaz de identificar y nombrar sus emociones es un primer paso crucial.

Otra razón por la cual la buena identificación emocional es importante es que una equivocada identificación emocional puede conducir al desastre espiritual. Por ejemplo tome la confusión común entre amor y lujuria. Una persona joven que aturde estos dos puede terminar en una relación desastrosa. El amor y la lujuria son contrapuestos como vemos en 1 Corintios 13: “el amor es paciente (pero la lujuria es impaciente), el amor es amable (pero la lujuria es cruel), el amor no envidia (pero lujuria envidia todas las cosas), el amor no alardea (pero la lujuria exhibe sus cosas) ... etcétera. Si pensamos que sentimos una cosa, pero sentimos de hecho su contra parte toda clase de estrago pueden suceder. La pena y el arrepentimiento pueden parecer similares. Sin embargo lamentarse está lejos del arrepentimiento del pecado. A menos que podamos identificar correctamente las emociones en nosotros y en otros que podemos cometer serios errores en el juicio.

Para la información sobre emociones y las finas diferencias entre ellas los Salmos, la poesía clásica, las novelas y la buena literatura son excelentes. Los grandes escritores y los poetas han puesto sus emociones en palabras con tal habilidad que otros durante los años han encontrado que sus descripciones sobre las emociones son importantes y exactas. Poemas enteros pueden

concentrarse en una emoción sola como Kyats En “El Desánimo”. La representación de las emociones por grandes autores nos ayuda a ponernos en contacto con nuestros sentimientos y discriminar entre ellos. Cuando un poema en particular resuena en nosotros probablemente evoca un sentimiento inexplorado que necesita emerger.

Por supuesto escribir nuestra propia poesía, guardar un diario, la pintura, un grupo de drama o asistencia a un grupo o taller de 12 pasos también pueden ser modos de ponerse en contacto con sentimientos sepultados y gradualmente clasificar los nudos emocionales que tenemos dentro. Cuando hacemos esto, es importante al principio simplemente aceptar las emociones que emergen más bien que saltar a juicios espirituales antes de que el proceso este completo. La hacer juicios espirituales sobre las emociones que experimentamos es a menudo contraproducente y hace que expresemos algunas emociones y reprimamos otras para conformarnos a un estándar o modelo espiritual que nos han enseñado la iglesia. Esto puede aturdirnos emocional y espiritualmente y es el tema de la siguiente sección.

Modelo Emocional – Eligiendo las Emociones que Expresamos y Reprimimos

Muchos Cristianos tienen una fuerte creencia sobre lo que es un cristiano perfecto. Unos pueden pensar que el cristiano perfecto es un evangelista extrovertido. Los otros pueden pensar que un cristiano perfecto es uno místico, tranquilo y ascético, mientras que otros pueden pensar que el cristiano perfecto es un creyente bendito y feliz que vive una vida feliz y contenta. Este modelo de la humanidad perfecta forma nuestra emotividad. Por ejemplo la gente que piensa que “el creyente bendecido” es el cristiano ideal tienden a enfatizar la importancia de el gozo como una emoción. También tienden a negar emociones dolorosas como la pena o la desilusión, que no caben en su modelo de un cristiano contento y feliz. Este proceso de valorar algunas emociones y negar a otras basadas en nuestra idea “del cristiano modelo” es muy común. Veamos como nuestro modelo mental de la humanidad perfecta puede afectar qué emociones usted reprime y qué emociones usted expresa. La siguiente tabla pone dieciséis modelos de la humanidad ideal con sus premisas centrales, las consecuencias para la expresión o represión de la emoción y las debilidades claves del modelo. Cada una de ellas es de algún modo una creación cultural humana, cada una queda corta ante Cristo que debería ser nuestro modelo.

Modelo De La Persona Ideal	áreas Expresadas	áreas Reprimidas	Debilidades y Limites
El Creyente Bendecido: El cristiano ideal es una persona de la gran fe que ora fervorosamente y recibe la grandes bendiciones de Dios y vive en abundancia y felicidad libre de la ansiedad y la confusión. La salvación es recibida fácilmente y alegremente y a menudo instantáneamente. Abraham, Isaac, David y Salomón son vistos como modelos. Pueden concentrarse fácilmente en las bendiciones materiales como una señal de la aprobación de Dios.	Alabanza, gratitud, alegría y contentamiento. “Alégrese en el Señor siempre”. La salvación es de la miseria a la felicidad. La felicidad es un signo que Jesús está en su corazón.	La pena, la depresión, el dolor, la ansiedad, la duda genuina, los sentimientos de la debilidad e insuficiencia, desilusión, cualquier sentido que la vida los ha tratado en una manera injusta. Las emociones negativas son interpretadas como la indicación “de una carencia de la victoria”.	El modelo falla cuando la vida parece ser mucho menos que bendita, cuando la vida parece ser injusta o cuando el dolor es aplastante o durante pena y pena. El trabajo es el ejemplo clásico de un creyente bendito desafiado por la vida.
El Peregrino Penitente: el peregrino escapa el juicio y se aleja del Mundo que es condenado. La vida cristiana implica la separación de pecado y lo mundano y la búsqueda seria de la salvación que relativamente sólo pocos alcanzan y que es un viaje peligroso. El Progreso del Peregrino. Los escapando a Sodoma.	Pena por el pecado, seriedad, introspección, corrección de faltas, penitencia, oración intensa, esfuerzo penoso, alegría sobre el perdón, ira justa, infortunio, y pesimismo sobre el	La frivolidad, la risa, el juego, la alegría, la sensualidad, atracción a cosas mundanas, sexualidad, orgullo de los logro, romance. Las emociones positivas son tratadas con la sospecha.	Puede hacerse legalista y triste. Deja de dar el lugar apropiado a la calidad de Creación y crea rebelión en la gente criada en este sistema quiénes aprenden que la vida no es tan severa como le

Santiago	mundo.		enseñaron.
El Cumplidor Independiente: Énfasis en el ministerio y conseguir cosas para Dios. El cristiano es medido por el tamaño de su ministerio y como lo lograron solos su visión personal. El pensamiento estratégico, las habilidades comerciales y el éxito personal son muy apreciados. Los modelos incluyen a Nehemías y el Apóstol Pablo	Fe, esperanza, visión, optimismo, alegría, y las emociones de la voluntad y la mente.	Tiende a no ser artístico y puede carecer de compasión a veces. Evitan la introspección necesaria y la reflexión. La duda y el miedo son reprimidos más bien que afrontados.	Pueden “quemarse”. Trabaja para algunas personas pero puede destruir a otros. Sus cónyuges a menudo sufren.
El Siervo Sacrificado: Es lo que deja por Dios lo que cuenta. El cristiano “no tiene ningún derecho” y debe “gastarse para Dios” y “consumirse por Jesús”. Los indicadores espirituales incluyen el alejamiento del lugar donde uno sirve y condiciones de pobreza. David Brainerd es un ejemplo modelo.	Entusiasmo y pasión para Dios y lealtad a la causa.	La mayor parte de emociones son reprimidas o hechas sublimes incluso los afectos más naturales.	A veces es materia de cultos. Tiende a amar solo a Dios y sacrifica el yo, la familia y al prójimo por la causa.
El Santo Sereno: Como Yoda en La Guerras de las Galaxias éstos son el tranquilo y sabio contemplativo lleno de paz y emociones profundas. Su objetivo es la tranquilidad del alma y la unión con Dios y en el dominio de sí mismo.	Tranquilidad y paz, emociones gentiles, devota oración, emociones santas, misericordia.	La cólera y las emociones más intensas incluso la sexualidad son reprimidas.	Puede ser débil en momentos críticos y dejar de abordar cuestiones de justicia y asuntos prácticos de la vida. Puede hacerse muy egoísta e introvertido.
El Revolucionario Radical: Disfruta volcando las mesas en el Templo. Buscando la justicia se identifican con los profetas de Antiguo Testamento. El cristiano ideal es un revolucionario de contracultura que trae la transformación a sociedad y justicia al pobre.	Cólera santa, pasión por la justicia, indignación, ira. La visión, la esperanza y hasta optimismo pueden estar presente.	Tiende a ser demasiado serio y perder la alegría natural y el gozo. La suavidad y la mansedumbre también pueden estar ausentes.	En algunos contextos esto es muy necesario en otros es totalmente inadecuado. No es una perspectiva de vida para la mayor parte de las personas.
El Evangelista: El cristiano ideal ve que muchas personas se salvan. Ellos son comunicadores de maestro que siempre dan testimonio. Ellos tienen personalidades fuertes son entusiásticos y tienen una clara visión.	Emociones en blanco y negro. Entusiasmo, pasión para el perdido, alegría, exuberancia.	Las emociones tranquilas reflexivas a menudo son vistas como poco prácticas.	Carece de cualquier entendimiento de ambigüedades y complejidad, un modelo muy encajonado y estrecho.
El Apologista Agresivo: defiende la fe del error a cada instante y expone herejías, cultos, brujerías y engaño al igual que contiene con sistemas de creencia. El ideal cristiano es entendido, teológicamente correcto, lógico y capaz de debatir a otros de modo que se conviertan al cristianismo o corrijan sus errores.	La razón, la lógica, la indignación santa, la cólera, fuerza, sospecha, evalúa y discrimina.	Alegría, suavidad, creatividad, compasión, piedad, emociones del corazón.	Tiende a desconfiar las expresiones emocionales y es demasiado lógico y seco. Puede ser una persona muy rígida en sus últimos años.
El Entusiasta Extático: Dirigido por el Espíritu ellos están “en el mover de Dios” y expresan un fuerte entusiasmo por las cosas espirituales. El Éxtasis espiritual es una señal de la presencia de Dios. El día de Pentecostés es el momento ideal del cristiano, que debe ser recreado en cualquier oportunidad.	Estados de trance, éxtasis, pasión entusiasmo, gozo, exuberancia, alabanza, Acción de Gracias.	Facultades cruciales, análisis, contemplación, pensamiento, reflexión y emociones negativas como el dolor, la pena y la decepción.	Tendencia a quemarse espiritualmente y puede ser muy inestable e insuficientemente crítico. Tiende a caer en engaños y es muy simplista en los asuntos mas prácticos de la vida.
El Hombre Razonable: Sabiduría y Razón son las voces del Espíritu que conduce a Cristianos a una vida equilibrada y moderada que refleje prioridades adecuadas y que esta bien ajustada al contexto social donde vive el creyente. Los extremos son interpretados como un signo de una personalidad	Razón, análisis, reflexión ética, convenciones y mores sociales, emociones bien templadas, bondad, suavidad, es razonable. “La moderación en todas las cosas	” Las emociones Fuertes de todas las clases son desaprobadas al igual que cualquier violación a los estándares sociales.	A menos que la Biblia sea enseñada clara y fuertemente rápidamente tiende a una mundanería insípida y escepticismo espiritual.

disfuncional. Salomón es un modelo.			
El Hombre Perfecto: Como el concepto de Confucio el hombre perfecto no tiene emociones inadecuadas o cualquier falta visible. La emoción es guardada cuidadosamente bajo control. El hombre perfecto es recto, ético, tiene maneras perfectas y percepción social, y es muy humilde y manso.	Comportamiento apropiado, lealtad, humildad, mansedumbre, convención, sumisión, restricción, ética, deber. "Sin faltas en la conducta de la vida"	La cólera, el dolor, cualquier emoción socialmente lisiarte, algo que puede causar la pérdida de la postura.	Como la manera en que otros perciben al cristiano es de gran importancia esto puede producir dureza e hipocresía. Muy individualista y tiende no a hacer caso de cuestiones sociales más grandes.
El Buen Samaritano: El amor al prójimo expresado como un acción social y los hechos de la piedad marcan al verdadero cristiano. La bondad, la suavidad, la piedad y la ayuda a otros son las primeras virtudes.	Piedad, gentileza, bondad, hospitalidad, inclusión, hechos prácticos de amor y compasión.	La exclusión, el rechazo, la severidad de cualquier clase, trata de desarrollar una fe muy global y no teológica.	Tiene mucho mérito, pero puede hacerse sólo la asistencia social sin proclamar un verdadero evangelio de salvación.
El Idealista de Principios esta caracterizado por la búsqueda de una vida elevada y noble vivida por principios y virtud y autorrenuncia para el Bien Ideal. La gente es valorada por sus principios, intenciones e ideales sin referirse a acciones. Hay una búsqueda de la excelencia absoluta en el nivel personal y una Utopía cristiana en el nivel corporativo	Ideales altos y aspiraciones, conceptos, ideas, justicia, filosofías, ambición, búsqueda personal por objetivos altos, visión, principios personales, ética, declaraciones de misión, nobleza, virtud, el Bien Absoluto, Utopía.	Los detalles mundanos, terrenales concretos de la vida diaria son desdeñados. La atención al detalle y la diligencia a menudo faltan. Las cosas de la tierra y el pragmatismo son percibidos como no espirituales. Tiende a no permitir la reacción a los resultados.	Con frecuencia desorganizado. También la ambición piadosa y la ambición personal pueden ser fácilmente mezcladas. A menudo tan enfocado en los objetivos externos que pierden la perspicacia personal y pueden hacerse deshonestos y traidores.
El Pragmatista Perspicaz es capaz de resumir la vida rápidamente y arreglar problemas en el momento. Un cristiano es medido por su capacidad para ser útil y por sus habilidades en juicio, análisis y realización.	Análisis, evaluación, entusiasmo, conocimiento práctico, autoridad, sabiduría, dureza, sagacidad, energía.	Empatía, bondad, compasión, piedad. La mayor parte de emociones no son sentidas profundamente y tienden a ser juzgados como irrelevantes.	Tiende a sentirse no apegado en la vida-media y siente un sentido profundo de la falta de propósito. Puede descuidar las relaciones. Puede ver la virtud como poco práctica.
El Instructor Inteligente es un cristiano culto que da clases bien y puede hacer una exégesis de los versos difíciles de la Escritura. El objetivo es el conocimiento de Dios y la sabiduría y el conocimiento que son comparados con el progreso en la vida cristiana. El valor académico es apreciado y la iglesia a menudo es hecha en un aula. Esdras es un modelo	La seriedad, el balance, la evaluación, la disciplina, la bondad, la gentileza, la lógica, la inteligencia, el conocimiento, el razonamiento, los debates, el humor, modera las emociones que sean convenientes para el aula	Las pasiones fuertes son el sospechosas y la factibilidad puede faltar. Las áreas subjetivas y no cognitivas de la vida cristiana tienden a ser profundamente desconfiadas. Carencia de celebración y alabanza.	. Puede hacerse seco, embotado y demasiado racional. La alabanza y la adoración tienden a ser vistas como sólo instrumentos de enseñanza. La idea central que el conocimiento de la teología es el progreso en Dios es profundamente estropeada.
El Niño por Naturaleza todavía vive en el Jardín de Edén y se siente libre de expresar toda clase de emoción. La espontaneidad, la libertad, la expresividad, la habilidad artística y la creatividad son principales en la agenda del día.	Casi todas las emociones son libremente expresadas. Creatividad, alegría, libertad. Dan al niño interior la libertad de jugar.	Discernimiento, sabiduría, verdad y responsabilidad. Puede ser indisciplinado e inmaduro emocionalmente.	Puede hacerse demasiado sensual y caer en el desorden moral. Hay una tendencia a la anarquía e irresponsabilidad. Carece de poder y autoridad.

Entonces vemos que el modelo mental del cristiano influye enormemente a que aspectos de la vida ellos prestan atención y qué emociones expresan o reprimen. De hecho probablemente elegimos nuestro propio modelo en parte porque nos sentimos naturalmente más cómodos expresando un grupo de emociones mas que el otro. Este puede ser debido a, entre otros factores, nuestra cultura, nuestra denominación, o nuestro temperamento natural.

Encuentro que Dios presta mucha atención a aquellas áreas fuera de mi modelo. Él desafía mis preconcepciones y estira mi visión de lo que yo debería ser. El hueco entre mi modelo cómodo natural de la vida cristiana y la vida de Jesús es un espacio que Él quiere cerrar. Él quiere que yo me modele de acuerdo Su Hijo y no permite que yo invente mi propio destino o 'una mejor idea' de como yo debería ser santificado. Por ejemplo soy naturalmente racional y cognoscitivamente orientado e incómodo con altos niveles altos de emoción, entonces Dios en Su deseo de hacerme como Jesús, ha hecho las emociones una verdadera área de desafío y del estudio para mí.

Dios no estará satisfecho con que usted sea menos que Cristo. Él trabajará en la diferencia entre el modelo de fe que usted ha adoptado y el que se muestra en las Escrituras. Su modelo mental del cristiano ideal indudablemente tiene muchas Escrituras que lo apoyan – pero aquí y allí puede ser mejorado y de hecho tiene que ser mejorado si usted quiere ser como Jesús.. En mi vida cristiana he tenido que hacer una revisión de mi fe sobre cada siete años más o menos. Me muevo de un cierto modelo a uno más Parecido a Cristo entonces este es desafiado y revisado y entonces el proceso continúa.

El Cambio de Nuestro Modelo Mental

¿Cómo corregimos nuestro modelo mental de la fe cristiana – en particular uno con el que estamos completamente comprometidos? En principio lea uno de los evangelios y note la diferencia entre como usted actúa y reacciona y como Jesús actúa y reacciona. ¿Sería feliz usted siendo amigo de publicanos y pecadores? ¿Dejaría usted a una prostituta tocar sus pies? ¿Diría usted "No puedes servir a Dios y Mamón" con convicción? En estos puntos donde su modelo y el modelo de evangelio discrepan usted debe decidir cambiar y ser como Jesús. Otras pistas son el descontento interior con donde usted está (tal vez su modelo del cristianismo es lo que está mal), o un deseo de algo más. Vaya con sus preguntas buscando respuestas en la Escritura y "ladrillo a ladrillo" construirá una idea más madura de lo que significa ser una persona Parecida a un Cristo.

¿Las preguntas centrales al cambiar los modelos mentales son “¿Puedo parecerme mas a Jesús de lo que soy ahora? Y “¿Cuál es me noción actual de la vida cristiana? ¿Es esto lo que Jesús quiso decir con la vida cristiana?” Dudar de nuestro modelo mental de la fe no es el mismo que dudar de Dios. No dudo de la autoridad de las Escrituras pero me pregunto periódicamente como las he interpretado realmente y los cuadros mentales que he generado. Así que el cambio de modelos mentales es ser honestos con Dios y las Escrituras y pensar en la en zona de comodidad personal, la cultura de iglesia y las tradiciones. Esto es una reflexión bíblica honesta sobre donde estamos espiritualmente, a la luz de Escritura.

Usted puede tener que tomar una decisión deliberada de moverse más allá de su cultura y educación, aceptando lo que es bueno y rechazando lo que es malo y moviéndose hacia la madurez en Cristo. Los judíos cristinos en el libro de los Hechos tuvieron un tiempo difícil haciendo esto porque estaban tan seguros entonces de la superioridad de la cultura judía y sus prácticas y de la necesidad de la circuncisión. Su modelo de Jesús era que Él era “un buen muchacho judío que guardó la Ley” – ¡y lo hizo! ¡Sin Embargo Él también aceptó a lo gentiles! Los capítulos diez a quince del libro de los Hechos da el detalle de la tensión terrible que Pedro y los judíos cristianos afrontaron cuando los Gentiles aceptaron el evangelio. Tuvo que llamarse una conferencia de toda la iglesia para resolver la situación. El cambio de los modelos de fe no era fácil entonces y no es fácil ahora.

Esto requiere el poder del Espíritu Santo si el cambio radical debe ocurrir y si debemos tener el coraje para ser más Parecidos a Cristo emocionalmente de lo que nuestra comunidad cree. Por ejemplo la gente que trae a prostitutas y drogadictos a la iglesia pueden no ser vistos con

entusiasmo. Salid de nuestro modelo cómodo del cristianismo a una genuina vida llena por el Espíritu y parecida a Cristo tendrá un costo enorme y será entendida sólo por otros que buscan lo mismo. [Recuerde que esta es su búsqueda y que usted puede no ser capaz de llevar su iglesia con usted. Usted puede ver la necesidad de cambiar mientras ellos están contentos con el lugar donde están. Usted hace lo que usted debe hacer para parecerse a Jesús. Esta es su responsabilidad. Ellos tendrán su tiempo y camino hacia la semejanza a Cristo.]

Para resumir – tenemos que tener dominio sobre nuestras emociones primeramente identificándolas y haciendo un decisión consciente sobre qué emociones expresar y qué emociones negar. Nuestro modelo mental de la fe cristiana afectará enormemente como expresamos o reprimimos las emociones. Nuestro modelo mental sirve como una especie de plan maestro cristiano que dirige nuestro destino, pensamientos, emociones y comportamiento. Está formado por la cultura, acondicionamiento y nuestra comunidad de fe con sus tradiciones, así como nuestras propias conclusiones sobre Dios y Jesús. Tiene que ser revisado de vez en cuando ha sobrevivido su utilidad. Tenemos que movernos a modelos mentales mas parecidos a Cristo y éstos por su parte modelarán nuestros pensamientos, comportamiento y Inteligencia Emocional Bíblica. Cuando nos parecemos mas a Cristo expresaremos y reprimiremos las emociones correctas del modo correcto y en el tiempo correcto para la gloria de Dios y la extensión de Su Reino. Esto nos conduce a un problema – y las emociones que tengo hoy, ahora mismo, antes de que haya cambiado un poco. ¿Cómo los manejo? ¿Cómo debería yo evaluarlos? ¿Cómo debería yo reaccionar? Es el tema de los capítulos siguientes.

Preguntas de Discusión

1. El nombre tantas emociones como pueda. Si usted se atasca use un diccionario. ¿Cuáles son las diferencias entre las emociones? ¿Por qué tenemos tantas palabras? ¿Cómo tienen ellas expresiones faciales diferentes? Vea si usted puede imitar las emociones de desánimo, sorpresa, felicidad, miedo, anticipación, perplejidad, y confianza. ¿Cómo se siente al hacer esto?
2. ¿Cuáles son algunas formas de registrar sus emociones? ¿Hay allí algunas emociones que usted no quiere sentir?
3. ¿Qué piensa usted de la idea de que la gente se parece a campanas? ¿Qué clase de campana es usted? ¿Cómo "le suena" la gente emocionalmente?
4. ¿Qué clase de emociones deberíamos sujetar como Cristianos? ¿Qué emociones deberíamos expresar?
5. ¿Cuál de los modelos mentales de la lista se parecen mas al suyo? ¿Dónde tiene que cambiar para ser un poco más como Jesús? ¿Cuál es el más parecido al de su iglesia? ¿Dónde tiene que cambiar para ser un poco más como Jesús?
6. ¿Cómo se siente sobre un cambio tan grande? ¿Cuál es la diferencia entre “una cultura de iglesia agradable” y “una cultura de iglesia Parecida a Cristo”?

Actuando y Reaccionando a Nuestras Emociones Fuertes

Salmos 143:4 LBLA Y en mí languidece mi espíritu; mi corazón está consternado dentro de mí.

Manejar emociones fuertes no es fácil – y la vida en el Espíritu está llena con frecuencia de emociones fuertes. El amor, la cólera santa, la compasión, el éxtasis y la alegría en la adoración pueden ser emociones superiores y poderosas que llevan al creyente. ¿Ante tan poderosas emociones qué deberíamos hacer? ¿Cómo deberíamos actuar en relación a nuestras emociones? ¿Cómo deberíamos reaccionar al están ellas dentro de nosotros? Este es el tema de este capítulo.

Jesús y Las Emociones Fuertes

¿Tenía Jesús emociones fuertes o Sus emociones eran siempre suaves y tranquilas? De incidentes como Su limpieza del templo, Su maldición de la higuera, Sus gemidos en la tumba de Lázaro, Sus reprimendas de Sus discípulos, Su cólera ardiente hacia los corazones difíciles de los Fariseos y Su alegría en el regreso de los discípulos de su viaje de ministerio; podemos decir que Jesús tenía muchas emociones fuertes. Jesús era un hombre judío totalmente emocional lleno del Espíritu Santo y enviado a una misión santa para la gloria de Dios. Él no era un burócrata aburrido y sin pasión. Él era un profeta y el Hijo de Dios.

La fuerza de las emociones de Jesús fluyó del poder de Sus percepciones y la fuerza de Sus creencias. Lo que percibimos y creemos da fuerza a nuestras convicciones y emociones. Si usted contempla un poco la realidad y no cree casi nada, entonces usted sentirá pasiones pequeñas y aburridas. Sin embargo si usted está lleno del Espíritu, y ve el Cielo abierto, y conoce la verdad, y cree las Escrituras, y está realmente en una misión del Señor entonces sus emociones serán fuertes y se clarificarán y crecerán en fuerza y grandeza. Para añadir lo obvio, lo contrario no es real, tener emociones fuertes no significan que usted es espiritual. La gente puede ser agarrada por toda clase de fuertes y carnales emociones. Entonces las emociones fuertes pueden ser tanto santas como carnales. Jesús era poderosamente emocional, pero era sin pecado. ¿Cómo lo hizo? Él ejerció el Dominio – propio.

Dominio propio, Represión, Entristecer y Apagar

Hay dos errores espirituales principales en lo relacionado a la expresión de la emoción en la vida cristiana. El primero es dar expresión a emociones carnales como ira, amargura y clamor. Esto se llama “entristercer al Espíritu” y es mencionado en Efesios 4:30,31. El segundo error es la represión de las emociones santas que se levantan dentro de nosotros debido al trabajo del Espíritu. Esto se conoce como “apagar” el Espíritu y es mencionado en 1 Tesalonicenses 5; 19. Las emociones santas con frecuencia tienen una intensidad sobre las personas que causa que muchas teman su presencia y las frenen. *El dominio propio significa manejar nuestras emociones de modo que las emociones carnales como la ira y la amargura sean guardadas de la vida cristiana y emociones santas como la compasión sean libremente expresadas en la mejor manera posible.* Así, cuando vimos en el último capítulo, el autocontrol significa realmente poner frenos a algunas emociones – pero no a todas. La vida cristiana trata de emociones santas no una existencia muerta y sin pasión. Sin embargo antes de que podamos controlar nuestras emociones y manejarlas apropiadamente debemos darnos cuenta de su existencia.

La represión es lo opuesto del dominio propio porque niega la existencia de la emoción y no nos permite controlarla de ningún modo en absoluto. Por eso la gente que usa la represión de las emociones como un dispositivo principal en su vida cristiana esta a menudo sujeta a arrebatos de la rabia. Ellos de hecho no tienen ningún verdadero control de sus emociones y ninguna perspicacia en su estado emocional. Antes de que ir más lejos quiero que usted se detenga y

piense en el concepto “del permiso de sentir la emoción”. Esto le es negado a muchas personas. Se les dice desde una edad joven que guarden las emociones, en particular las negativas, completamente cubiertas. Una vez que esto es interiorizado con éxito tales personas deben darse “permiso de sentir” aquellas emociones que han negado durante los años. Tales emociones pueden incluir emociones sensuales, placer, cólera, desilusión y pena. Puede tomar tiempo sentir gradualmente emociones perdidas por mucho tiempo. Hay con frecuencia un miedo profundo de que el control se pierda. Tiene que ser recordado por estas personas que han controlado con éxito esta emoción durante quizás treinta o más años. Ellos saben como tapar la caja cuando sea necesario. Es más improbable que ellos pierdan realmente el control, pero la experiencia se sentirá nueva y un poco asustadiza al principio. Eventualmente las emociones recuperadas conducirán a una vida más profunda de la vida y una existencia mas plena y significativa.

El objetivo del Inteligencia Emocional Bíblica es que nos movamos de represión y negación de las emociones al adecuado dominio propio de las emociones. Entonces el Espíritu Santo no va a ser apagado o entristecido por emociones inadecuadas como la ira o la amargura expresada. Esto hace a la persona del Espíritu Santo absolutamente central en la experiencia cristiana verdadera de la emoción. Cuando Él es liberado en Su plenitud es que no movemos hacia la vida emocional de nuestro Salvador. Si somos conducidos por el Espíritu para que experimentamos Su mover dentro de nuestras almas, Su pasión por el perdido, Su odio del pecado, Su amor por las cosas santas, Su alegría de la verdad. El dominio propio es un fruto del Espíritu Santo y funciona bajo la dirección del Espíritu Santo de modo que actuemos en emociones santas y abandonemos las pasiones carnales y la ira impía y la disensión. Por medio de la dirección del Espíritu Santo y Su llenura nos hacemos gente alegre, amorosa, gente santa y entusiasta llena de emociones santas y los frutos del Espíritu. (Efesios 5:18-21, Colosenses 3:16-17, Gálatas 5:16-23)

El verdadero dominio propio dirigido por el Espíritu Santo no es, ni apático, ni estoico por una parte o irresponsable e indulgente por otra. El Espíritu Santo nos hace expresar la emoción sabia y sinceramente pero también alegremente y con profundidad e intensidad. El sentimentalismo superficial no se encuentra en las Escrituras. La gente de la fe es profunda, resonante y tiene una base en ella. Tampoco con los cristiano llenos por el Espíritu fríos y estoicos o flácidos y apáticos. La gente del Dios Vivo están totalmente vivas. Es lo que hace el cristianismo atractivo. Muchas personas hablan sobre la primera vez que se encontraron a un Cristiano que “tenían algo, una alegría que realmente quise.” El creyente lleno del Espíritu Santo está emocionalmente vivo y es emocionalmente sustancial.

Dominio Propio y Otro Dominio

Si tenemos dominio propio somos dominado por otros. En otras palabras si no tomamos el control de nuestras emociones entonces ellas subirán y bajaran con cualquier cambio en el clima, cada circunstancia diferente, cada provocación diminuta. Si no tomamos control positivo y definitivo de nuestras emociones seremos simplemente restos flotantes en el mar de vida. Básicamente las opciones son el dominio propio o ser dominado por otro, el dominio o la locura en sus variadas formas.

Hay un mito común que otra gente puede “presionar nuestros botones” y hacernos explotar con cólera o hacernos llorar o reaccionar emocionalmente. “Él hizo que me molestara tanto”, “Ella me sedujo, ella me hizo tener el sexo con ella” etcétera. La mayor parte del tiempo, este es simplemente falso. Generalmente usted era capaz de dominar sus emociones en aquella situación pero usted eligió no hacerlo.

Diga que usted está en un argumento doméstico acalorado, con muchos gritos y rojo de la ira y suena el teléfono. Entonces usted lo toma y de repente su voz es tranquila y racional, usted dice hola amablemente y toma el mensaje. Al hacer esto usted tomó el control de sus emociones más

fuertes y mas airadas. Usted se dominó, en un segundo de tiempo; sólo para de contestar el teléfono. Usted sabía como calmarse y lo hizo. Usted sabía dejar de gritar, y lo hizo así. Usted demostró el movimiento instantáneo de emociones poderosas hacia la total racionalidad; apagó su respuesta de pelear o escapar. Es impresionante. El incidente telefónico demostró que usted posee realmente el poder al instante de dominar las emociones fuertes. Usted puede hacerlo tan fácil y rutinario para evitar la vergüenza. ¿Por qué entonces no usa usted el poder que ejerció cuando contestó al teléfono más a menudo? Es el poder que llamamos el dominio-propio y usted realmente lo tiene.

El incidente telefónico muestra que tenemos un "botón de apagado" para la respuesta de escapar o pelear. Podemos apagarlo de repente y completamente. El botón de apagado se parece al botón de rojo de emergencia que tienen en los trenes de donde vengo en Brisbane, Australia. El botón rojo está detrás del plexiglás que debe romperse con fuerza, pero una vez que aquel botón es presionado el tren entero con sus cientos de toneladas de locomotoras y carros llega rápidamente a un alto total. Su respuesta de pelear o escapar puede parecer un tren fugitivo pero usted tiene el botón rojo y con un poco del esfuerzo puede pararlo completamente.

Golpear el botón rojo es tan fácil como decirse a usted mismo "Para" de manera firme y un tono de mando (audible o inaudiblemente). El botón rojo puede ser presionado ***tan pronto como usted decida tomar el control*** de usted y sus emociones. Esto implica realizar que usted debe tomar control de sus emociones, apagando la respuesta de pelear o escapar y volviendo a un modo racional de ser. Veamos el incidente telefónico con mas detalle y veamos como esto ocurre:

1. Usted está en medio de un argumento. Su cara está, surge la cólera, usted flota en adrenalina y de un modo extraño la rabia se siente bien. Usted se deja llevar. Usted esta medio consciente de que la rabia le controla pero no se preocupa. Se va con el fluir de la respuesta de pelear o escapar.
2. Suena el teléfono y usted lo levanta.
3. Usted realiza que la llamada es importante.
4. Usted realiza que su respuestas presente es inadecuada.
5. Usted decide tomar el control de sus emociones.
6. Usted apaga la respuesta de pelear o escapar. (Presionando "el botón rojo").
7. Usted vuelve a un modo racional e inteligente de ser cuando usted toma la llamada.

El punto crítico es cuándo usted decide tomar el control de sus emociones. La realización de que sus emociones son inadecuada no es suficiente. Usted debe tomar una decisión interior definitiva. ¡Algunas personas realizan que sus emociones son inadecuadas, pero piensan "¡que rayos!" y se dejan llevar por la ira ¡en el teléfono también! Esta decisión interior, aquella decisión entre "¡que rayos!" y "yo debería calmarme" es crítica. Esto es el equivalente a romper el plexiglás. Este es el esfuerzo que se requiere para detener el tren completamente. Después de que esta decisión es tomada presionar el botón es fácil. Cuando usted se pone en el control personal consigue el dominio. Cuando usted decide poner su mente a cargo y no su adrenalina usted gana. Usted debe tomar una decisión firme y definida de que aun cuando las emociones son poderosas usted va a ser responsable de ellas. Esto no es represión, es dominio propio. Esta es la parte sana, racional, funcional de su ser en control de sus emociones. Su decisión es designar a tu Mente llena del Espíritu como Jefe Principal de "Yo" Inc.

Este es muy poderoso. Nadie puede hacerle reaccionar emocionalmente a menos que ellos usen tanta fuerza (como la tortura) que te dominen. Si usted definitivamente decide no reírse (diga en una broma sucia), nadie puede hacerle reír. Si usted definitivamente decide no llorar, (digamos para apoyar a alguien en una emergencia) entonces nadie puede hacerle gritar. Sus emociones son suyas para expresarlas o reprimirlas. Usted está en el control de ellas. Usted puede pararlas y

usted puede soltarlas. Su mente puede decidir como usted va o no a reaccionar cuando usted tome la decisión de establecerse clara y absolutamente responsable de su vida.

Algunas personas temen a la gente de mentes fuertes y dicen que son reprimidos y hasta que tienen “rabia profunda en su interior” que en unos casos es verdadera. La represión y la rabia viven juntos en algunas personas. Sin embargo apuntamos a un uso de la mente cristiano y lleno por el Espíritu. Queremos que la mente sea fuerte y fuertemente en el control, pero también queremos que sea santa, renovada y espiritual. Queremos que la mente permita emociones santas y apropiadas y pare las emociones carnales e inadecuadas. No queremos apagar el Espíritu. Así necesitamos discernir cuando presionar el botón. No queremos represión emocional total, o una respuesta fugitiva de escapar o pelear. Necesitamos un terreno neutral equilibrado. Tenemos que discernir nuestras emociones fuertes. Así no tenemos que escapar de la emoción fuerte sea positiva, o negativa o una profunda emoción espiritual. La presencia de una emoción fuerte no debería infundirnos pánico y una respuesta de pelar o escapar. Mejor dicho nosotros deberíamos evaluar la emoción más bien que reaccionar a la emoción, nosotros deberíamos dominar la emoción y no sólo huir de ella o tratar matarla a palos. La postura de dominio requiere el discernimiento y el discernimiento requiere el entendimiento de las emociones, sus fuentes, su lugar en nuestra vida y sus valores relativos. Las pocas secciones siguientes tratan con como podemos responder a las emociones más fuertes como tentaciones y experiencias espirituales poderosas con equilibrio, poder y sabiduría.

Las Emociones y El Discernimiento de la Verdad

Antes de que decidamos llevar un control emocional o dirigir nuestro comportamiento tenemos que saber si nos conducimos en la dirección correcta. ¿Podemos sin peligro seguir nuestros corazones? ¿Las emociones son una guía buena a la verdad y al comportamiento recto? ¿Si las buenas emociones son producto del Espíritu Santo, son todas las emociones buenas una señal de la Presencia de Dios? ¿Podemos decir lo verdadero de una doctrina o la autenticidad de un movimiento por cómo nos hace sentir? ¡No del todo! “Se siente tan bien, pues debe ser correcto” ¡es una gran mentira!

Mientras que el Espíritu Santo produce gozo y la paz, la presencia de gozo y paz no necesariamente indica la presencia del Espíritu Santo. ¡La gente puede sentir paz después de una botella o dos de vino! La gente experimenta la alegría y la paz cuando se convierten al budismo, un Grupo de Nueva Era o hasta el Islam. La gente se afilia a cultos porque se sienten mejores allí que en la iglesia. Los cultos pueden sentirse cómodos, llenos de amor, tranquilos e iluminados. Los cultos a menudo suplen las necesidades emocionales que no fueron suplidas en la iglesia local y alguien ha dicho que “los Cultos son las deudas de la Iglesia.” Entonces los buenos sentimientos no son ninguna guía a la buena teología. Lo opuesto también puede ser verdad, los malos sentimientos no son ninguna guía a una mala teología. Podemos experimentar emociones negativas cuando tenemos que enfrentar la verdad. Los profetas – quiénes hablaron la verdad – encontraron muchas personas que les reaccionan negativamente. La verdad no producía sentimientos buenos en los oyentes. Las emociones negativas no son ninguna indicación de error y las emociones positivas no son ninguna indicación de la verdad. Entonces, las buenas emociones no son una guía a una buena teología ni las emociones difíciles una indicación de una teología incorrecta.

Si esto es así, ¿es “demasiado arriesgado” cultivar una subjetividad cristiana? No si colocamos emociones en su lugar como una respuesta a la verdad y una guía a la acción. Las emociones son una respuesta válida a la verdad, pero no una guía válida a la verdad. Jesús reaccionó emocionalmente cuando percibió la verdad pero Jesús no llegó a la verdad por medio de Sus emociones. Él llegó a la verdad por medio de la Escritura. Jesús lloró cuando vio a Sus amigos

apenarse ante la tumba de Lázaro. Él fue movido por la compasión cuando vio a la gente enferma, acosada y perdida. Sus emociones eran una respuesta a Sus percepciones en un marco lleno de la verdad de Dios. Sin embargo Jesús nunca dijo "siento X por lo tanto creeré Y". Sus emociones lo movieron para actuar y Sus acciones estaban basadas en la verdad revelada del Padre. Sus emociones no le mostraron lo que era verdadero o falso – sólo lo movieron a actuar en lo que Él ya sabía (de la Escritura) que era verdadero o falso. No seguimos nuestras emociones, sino que tenemos que seguir la verdad – y la emoción expresa cuando lo hacemos así.

Bob era un ejecutivo de 50 años que tenía una crisis de media vida. En algún momento a lo largo del camino le dijeron, "sólo siga su corazón". Él siguió sus sentimientos en 'una emocionalmente satisfactoria relación' con una mujer más joven y un divorcio doloroso que ahora lamenta profundamente. El adulterio se sintió bien. Sin embargo no era de la verdad. Los sentimientos buenos no eran una indicación de un curso correcto de acción. Estos sentimientos buenos pueden ser intensos, globales y muy convincentes. Existe algo como una tentación muy fuerte. Hay emociones que pueden conducirnos al adulterio, medicamentos y adicción de alcohol, juegos de azar, y actos de la autodestrucción. Estas emociones se sienten verdaderas, auténticas y válidas entonces. Ellas pueden sentirse hasta "cósmicos" y como una forma de conciencia de sí mismo, auto descubrimiento o iluminación. Las cosas pueden parecer "totalmente correctas" en su fase inicial, la primera bebida para un alcohólico "se siente fabulosa", el gurú hace la sentir las personas "uno con el Universo". A menos que haya un examen sólido de la verdad y una conciencia de las consecuencias, estas emociones poderosas pueden conducir a la gente al naufragio en sus vidas.

Seguir nuestro corazón puede ser realmente catastrófico. Sin embargo la represión no es la respuesta. [De hecho la represión puede ser la causa indirecta de la catástrofe pues la tentación es más fuerte hacia las necesidades no suplidas y reprimidas]. En lugar de reprimir nuestras emociones y necesidades que no han sido suplidas tenemos que estar conscientes de nuestro corazón y disciplinarlo según la verdad. Durante una crisis de media vida el mejor consejo es "reconocer sus sentimientos, pero seguir la verdad." Esta bien reconocer personalmente que, "estoy siendo fuertemente tentado a tener una aventura" mientras usted mira fijamente el hecho en la cara y decide rechazar la tentación porque usted ama a Dios. También puede ayudarlo mirar las consecuencias y decir, "no haré esto porque esta mal y es destructivo y causaría el naufragio de mi vida." Reconocer la tentación y rechaza puede hacerlo crecer en la madurez emocional y espiritual.

Hay sin embargo un aspecto de emoción que puede dirigirnos y esta hecho para dirigirnos. Las emociones pueden actuar como "un análisis preliminar" de una situación compleja que nos lleva razones un poco mas. Por ejemplo nuestras emociones pueden inquietarnos sobre alguien y después de buscar un poco averiguamos que tienen una reputación de ser deshonestos, predadores o crueles. O nuestras emociones pueden darnos el presentimiento de que puede haber verdadero potencial en cierta situación. Una vez que nuestras emociones nos han alertado, nosotros podemos la situación objetivamente y ver si nuestras emociones nos han informado correctamente.

Hay un lugar para presentimientos, señales emocionales y conciencia de la atmósfera emocional. Las emociones son capaces de reducir una situación muy compleja a un cierto sentimiento o impulso y hacen esto muy rápida y eficazmente. Un hombre joven ve a una señora y siente "Wow, ella es" este juicio puede ser hecho en un segundo o dos. Este juicio sin embargo necesitará mucho examen adicional antes de que pueda conducir válidamente al matrimonio. Entonces las emociones están hechas para hacer evaluaciones iniciales de situaciones complejas – pero sólo para formar evaluaciones iniciales.

Este es útil en que nuestras emociones seleccionan las situaciones en las cuales nuestra razón se pondrá a trabajar y analizar. Un hombre joven no puede analizar la conveniencia de cada señorita que encuentra – esto sería poco práctico. El piensa en aquellas a las que es atraído. Así sus emociones seleccionan primero y su evaluación cuidadosa sigue más tarde. Las emociones pueden hacernos sentir atraídos, con sospecha, repelidos, reservados, curiosos o sorprendidos en una situación dada. A veces esta impresión inicial es validada por el pensamiento adicional en otras se prueban totalmente incorrectas.

En nuestra cultura y en el territorio familiar nuestras impresiones pueden ser bastante exactas sin embargo mientras más lejos estamos de casa empeora nuestro juicio emocional y más debemos confiar únicamente en pruebas objetivas. Las impresiones interiores tienen un lugar en nuestro discernimiento de situaciones y deberíamos escucharlas. Dios los ha colocado dentro de nosotros. Sin embargo nosotros tenemos que tener cuidado en confiar en ellas y no equivocadamente pensar que tenemos siempre razón. Si hay consecuencias significativas al seguir estas impresiones deberíamos tener mucho cuidado y comprobar los hechos antes de proceder. Estas impresiones no pueden sustituir el razonamiento, ellas nos alertan que el razonamiento debería comenzar en un asunto en particular o una línea de pensamiento. Ellos son un estímulo hacia pensar no una alternativa a ello.

Cuando las emociones son dañadas la capacidad de formar las impresiones exactas de las situaciones también sufre. La gente emocionalmente dañada tiende a ser propensa a errores en el juicio. Ellos se precipitan en el amor, ellos se alejan de la amistad, ellos se juegan en empresas tontas, y huyen de las sombras. La capacidad de sentir lo que pasa en una situación, luego recostarse y analizarlo suficientemente, es fuera de su alcance. La gente que ha sido emocionalmente dañada no deberían entrar en una relación significativa o un proyecto hasta que hayan sanado al punto de tener un discernimiento funcional y exacto. Ellos deberían evaluar su toma de decisiones y tener cuidado – buscar el consejo de amigos y familiares y esforzarse por ser tan objetivos como sea posible. Incluso si su capacidad de tasar situaciones estaba bien antes puede que no sea tan buena ahora. Esta pérdida del juicio puede ser alarmante pero es temporal y pasará cuando ocurra una sanidad emocional.

Experiencias Espirituales

Muchas de nuestras experiencias emocionales más poderosas son experiencias espirituales. La vida espiritual y la vida emocional están relacionadas estrechamente y nuestras experiencias espirituales significativas casi siempre están cargadas con emoción. La verdad, para el creyente es verdadera y viva y significativa y el descubrimiento de verdad – aquellos grandes “¡Ajá!” son con frecuencia profundamente emocionales. Cuando Esdras lee la Ley los Judíos lloraron (Nehemías 8:1-9). La verdad y la emoción fueron de la mano. La edad científica con su visión de la verdad como clínica e impasible está arraigada en el Platonismo griego no en la verdad bíblica (y sobre todo hebrea). En el Oeste esto ha conducido a una dicotomía falsa entre la teología y emotividad que es hasta reflejada en el nivel de diferencias denominacionales. Parte de la petición de la Nueva Edad es tener enseñanzas que sean emocionalmente y existencialmente significativas.

El testimonio de hombres y mujeres de Dios a través de los siglos es que las experiencias profundamente espirituales eran también a menudo acontecimientos emocionales poderosos. Biografía tras biografías habla sobre noches de oración angustiada, los tiempos en la brecha y gozo, aflicción profunda sobre el pecado y el ser asombrado por la presencia y el poder de Dios. El renacimiento en particular es visto como lleno de emoción. Sin embargo esto ha conducido al error común que las experiencias sólo profundamente emocionales son experiencias espirituales realmente genuinas. Se espera que los verdaderos convertidos lloren o se alegren o se sientan

gozosos o tengan ciertos sentimientos. La emoción, que a menudo acompaña el cambio espiritual, se ha hecho en algunos casos un requisito. Esto es simplemente una postura no bíblica. El signo bíblico de la conversión verdadera es vivir de modo que el arrepentimiento sea demostrado “y los frutos del arrepentimiento” sean mostrados. La vida, no las emociones, son el indicador verdadero de la piedad.

Desacuerdo en Emotividad

Entonces una persona muy emocional no es más o menos espiritual que una persona relativamente impasible. El nivel de volumen emocional no es terriblemente importante. Lo que es importante es que tengamos las clase correcta de emociones. Deberíamos sentir alguna clase de la contrición cuando hacemos lo incorrecto. Deberíamos sentir compasión por el hambriento. Deberíamos sentir indignación cuando ocurre la blasfemia. Éstas son emociones apropiadas y santas. Las emociones impropias y profanas podrían incluir la rabia sobre un insulto trivial o celos sobre el éxito de una persona. La pregunta no es si la emoción es fuerte o silenciada, pero si es santa o carnal.

Éxtasis, Trance, Sueños y Visión

Una visión no hace un santo. Los fenómenos espirituales poderosos son registrados tanto para profetas genuinos, videntes como místicos y falsos profetas, líderes de culto y revoltosos. La Mayor parte de los Cristianos parecen tener un sueño significativo o una visión en algún punto en su vida. Unos cuantos los tienen a menudo. Sin embargo la mayor parte de los sueños, las visiones y las experiencias de trance parecen ser de limitado valor. Soy un misionero y escribiendo este libro me enfermé con una fiebre tropical y estuve unos días en delirio. Durante el delirio las visiones asombrosas e inquietantes vinieron cada vez que cerraba mis ojos. Estas visiones eran una señal de una temperatura alta, no de la gran santidad, y los antibióticos "los exorcizaron" de mi mente. La experiencia, aunque interesante, era de poco valor espiritual y no gané nada de ello. Todo era solo materia espiritual muy interesante y esto es todo. Incluso cuando un sueño o una visión tienen una cualidad distintiva no hay ninguna garantía de que sea genuina y útil – hasta que la Escritura lo pruebe.

En ningún momento se exhorta a los cristianos a entrar en estado alterados de conciencia. En ocasiones son advertidos sobre excesos en esta área y en poner demasiado énfasis en sueños y visiones (ver Colosenses 2). Para equilibrar esto, durante mi carrera de misionero, he visto el gran valor de los sueños para la gente de tribus pre-alfabetizadas en Papua, Nueva Guinea y entre Musulmanes. La gente con frecuencia viene a Cristo o hace un cambio beneficioso definido en su vida cristiana debido a un sueño en el cual Jesús o un ángel les aparecieron. Los frutos del sueño muestran su validez y tales sueños son válidos y adecuados dentro del modelo bíblico. Sin embargo ellos ocurren naturalmente sin ningún incentivo especial o el uso de medicinas.

Entonces nosotros tenemos que tomar nuestros sueños y visiones en serio y evaluarlos sabiamente y en una manera equilibrada y bíblica. Escribirlos es provechoso y luego déjelos mientras usted ora y consulta las Escrituras y quizás un cristiano sobrio sabio o tres. Aquí hay unas pautas para hacer la evaluación:

- El uso de una fecha Cronológica no se encuentra en las Escrituras, entonces dudo de cualquier sueño que use tiempos y fechas (p.ej el 18 de septiembre de 2003) para pronosticar el futuro. La Biblia usa el tiempo de evento, (p.ej siete años después de aparecer el hombre de anarquía) no el tiempo reloj cuando se establece un calendario profético.
- Si después del sueño o visión usted esta convencido de su importancia espiritual personal entonces deténgase, piense. El orgullo espiritual no es lo que Dios quiere. El sueño o la

visión no son la Escritura y probablemente no son un nuevo capítulo en el libro de Apocalipsis. Cállese, evalúelo con mucho cuidado y luego compártalo con algunos otros. La humildad le ayudará a descifrar la verdad.

- Los sueños, visiones y experiencias espirituales pueden venir de Dios, de su propia imaginación, o del Diablo. Aquellos de Dios son bíblicos y edificantes y señalan a la soberanía completa de Dios y glorifican a Su Hijo Jesucristo, aquellos que vienen del yo tienden a estar llenos de acontecimientos diarios o políticos y son a menudo egocéntricos, aquellos del Diablo nos tientan o son aterradores o nos acusan.
- No pienso que es presumido decir “Señor, si este sueño es tuyo por favor dámelo tres noches corridas y de manera que pueda justificarlo con las Escrituras y otras señales.” Dios permite que nosotros probemos el reino espiritual (1 Juan 4:1-3). Esto es especialmente importante si el sueño señala a un cambio mayor en la dirección de la vida.
- Ningún sueño que contradice la Escritura, le invita a pecar, le llena del orgullo o aterroriza su mente, es de Dios.
- El poder de la emoción en el sueño no le indica lo importante o espiritualmente valioso que es el sueño. Usted puede tener sueños poderosamente emocionales después de demasiada pizza pero ellos no tienen ningún valor espiritual. El valor espiritual es determinado pesando cuidadosamente el sueño contra la Escritura.
- Muchos sueños no tienen símbolos directos que son fácilmente interpretados (como la higuera para Israel). La mayor parte del lenguaje de los sueños y visiones viene desde el interior de su propio subconsciente y las metáforas que usted usa. Ellos se parecen a las historietas. así que si en su sueño su esposa tiene un cuchillo en su cuello esto no significa que ella va a morir. En cambio probablemente significa que usted encuentra que ella le causa “dolor en el cuello” y que el argumento que tuvieron sobre los platos ha encontrado entrada a sus sueños. Después de que usted ha anotado su sueño busque las metáforas que usted comúnmente usa y vea si hay alguna en el sueño. Este es buen punto de partida para la interpretación.
- Doctrina fluye de la Escritura en contexto no de sueños y visiones. Un sueño puede servir como una ilustración de una doctrina (yo una vez tuve un maravilloso sueño de Jesús como el Pastor) pero ellos no son la fuente de la doctrina. Un sueño o una visión pueden ser su subconsciente haciendo realidad la verdad en forma ilustrada pero para inventar una nueva verdad. El sueño de Nabucodonosor en Daniel 4 simplemente le mostró que él tenía que hacerse humilde – este ilustró una doctrina ya existente y llevó la advertencia de Dios y las consecuencias del pecado (como lo hacen muchos sueños, vea Génesis 20:3-7).
- Algunas personas experimentan sueños vivos en respuesta a acontecimientos políticos en las noticias. Cientos de estos sueños y visiones me han sido enviados sobre el Internet y al menos el noventa y siete por ciento de ellos se ha equivocado considerablemente. Generalmente estos predicen invasiones de América o Australia, olas gigantescas, y terremotos enormes. Mi teoría es que tales sueños representan un modo de tratar con la ansiedad sobre la inestabilidad y maldad que vemos alrededor de nosotros. Ellos llevan un espíritu de miedo y ansiedad dentro de su estructura y parecen carecer de la sustancia.
- Los sueños demoníacos tienden a caerse en cuatro categorías levantan el yo, acusan, aterran o seducen. Los sueños que se inflan el yo, convencen a la persona de su propia importancia y generan el orgullo espiritual, sueños que nos acusan "revelan" los pecados supuestamente secretos de otra persona o convence al soñador de su propia condenación inevitable y juicio, el miedo en un sueño aterrador como su arma principal que a menudo implica a demonios y máscaras y a veces dejan a la persona luchando por respirar, los sueños seductores implican sueños muy realistas y vividos de actos sexuales y son

poderosamente atractivos aprovechando la profunda sensualidad en la persona para hacerlos despertar con un deseo fuerte de pecar.

- Los sueños pueden causar la distracción del ministerio. Muchos de mis colegas en el ministerio se han movido de ministerios crecientes, pero difíciles y se han ido a un lugar que vieron en un sueño para comenzar “un ministerio nuevo y emocionante”. En cada caso pienso que han terminado desilusionados. Mi teoría es que a veces las presiones de ministerio nos hacen querer escapar y nuestro subconsciente fabrica una salida para nosotros en forma de un sueño espiritualmente aceptable o una visión. Estos llamados deberían ser probados con el tiempo.

Las experiencias espirituales poderosas y los sueños y las visiones no deben ser temidos y no debemos huir de ellos. Tampoco deben ser sobreestimados. Sino que deben ser probados cuidadosamente y extraer la a verdad en ellos.

El Punto de Equilibrio

Arquímedes una vez dijo “Déme una palabra lo suficientemente larga y un lugar donde pueda pararme y yo podría mover la tierra” ¿Pero dónde podemos pararnos para conseguir dominar nuestras emociones fuertes? Es una buena noción pensar que podemos pararnos fuera de nuestras emociones fuertes, evaluarlas Bíblicamente y luego traerlas en sumisión al Espíritu Santo. Pero esta noción parece poco práctica para muchas personas que están en la montaña rusa de sus emociones fuertes. Aquí hay algunas claves para que podamos encontrar “un lugar donde pararnos” para que podamos tomar control de nuestra vida emocional.

- Tome una decisión definida y clara de colocar a Jesús a cargo de su vida con una mente Llena por espíritu como Su presidente. Su mente, puesta en el Espíritu, ha delegado autoridad de Dios para traer el resto de su persona bajo control y en línea con Sus objetivos.
- Realice que usted es el jefe. Usted es el dueño de sus emociones. Ellas no son su dueño. Usted tiene derecho de decirles que hacer. Ellas son sus emociones después de todo, su propiedad por decirlo así.
- Realice que usted tiene un panel de control dentro de usted. Usted puede presionar “el botón rojo” y tomar el control de la respuesta de pelear o escapar. Usted puede modular los volúmenes de las emociones y controlarlas.
- No desenrede sus emociones. ¡Usted tiene que poseerlas antes de que pueda dominarlas!
- Realice que la autoridad aparente de las emociones fuertes es en gran parte ilusoria. Ellas son sólo parte de usted, no son el presidente de los Estados Unidos. Ellas pueden sentirse fuertes pero no tienen ningún derecho de obligarle en absoluto.
- Piense. Use la lógica. Deténgase y piense con fuerza sobre donde lo conducen sus emociones. Compruebe las consecuencias de sus acciones. Decida ser racional y sensible.
- Evalúe la verdad de las proposiciones que las emociones fuertes le dan “sería una buena idea golpear a “X” o de una manera más sutil “deberías seguir tu corazón y tener una aventura”. Aún cuando estas cosas se sienten reales y correctas, auténticas y satisfactorias y complacientes pueden equivocarse. ¡Vea Génesis 3! Decida establecerse con firmeza en la Palabra de Dios.
- Aplique los principios en el capítulo en el dominio.
- Llénese constantemente del Espíritu Santo. Sólo ore “Señor lléname del Espíritu Santo y concédeme sabiduría y dominio propio y que pueda fijar mi mente en Ti.” Esta es la clase de oración que a Él le gusta contestar. Si usted puede conseguir el folleto de Campus Cruzada “Como Estar Lleno del Espíritu Santo” usted lo encontrará de mucha ayuda y es muy práctico y fácil de usar.

- Sea consciente de sus debilidades. Sepa que “bajo tales circunstancias tiendo a reaccionar de X manera”. Evalúese. Obsérvese con cuidado. Haga que los amigos le hagan ser responsable y que ellos oren con usted y le ayuden a encontrar su punto de sabiduría y equilibrio.
- Tenga muy claro que el Espíritu Santo es sabio e inteligente y Su dirección es generalmente sabia e inteligente. No se desestabilícese por seguir muchas ideas locas pensando que son la dirección del Espíritu Santo. Párese en la sabiduría y no se aleje de ella.

Al practicar estas técnicas cada día usted aprenderá gradualmente a generar dignidad, poder y equilibrio. De día en día usted se hará una persona más fuerte que no es sacudida de aquí para allá por cada emoción fuerte que viene a su camino. Usted saltará de la montaña rusa de sus emociones y comenzará a tomar el control de usted y su destino. Lo mejor de todo es que aprenderá a ser un cristiano lleno por el espíritu y serás capaz de demostrar consecuentemente los frutos del Espíritu.

Una vez que hemos comenzado a dominarnos podemos entrar más y mejor en relaciones provechosas con otros. Para hacer esto, y ministrar gracia, tenemos que ser capaces de reconocer y entender sus emociones, que es el tema del siguiente capítulo.

Preguntas de Discusión

1. ¿Son las emociones fuertes un problema para usted a veces? ¿Cómo son un problema?
2. ¿Cuál es la diferencia entre dominio propio y represión?
3. ¿Cómo entristecer al Espíritu y apagar el Espíritu son maneras opuestas de errores espirituales?
4. ¿Cuál es “el botón rojo”? ¿Cómo podemos apagar la respuesta pelear o escapar?
5. ¿Cuál es el lugar de las emociones en la formación de nuestras doctrinas y el comunicaremos lo que esta correcto y lo que esta incorrecto? ¿Por qué necesitamos el discernimiento? ¿Significan las emociones buenas que hemos encontrado la verdad?
6. ¿Piensa usted que Jesús tenía experiencias espirituales poderosas? ¿Confió él en emociones o en experiencias o en la Escritura cuándo tenía que ver con la formación de la doctrina y el entender la verdad?
7. Muchas experiencias espirituales poderosas son registradas en la Escritura y unos todavía pasan hoy. ¿Cómo deberíamos manejarlas?
8. Jesús pareció siempre ser equilibrado y responsable. Él había encontrado obviamente “un lugar estando de pie” a fin de manejar Sus emociones y manejar la vida. ¿Cuáles son algunas cosas que pueden hacer la gente perder su equilibrio? ¿Cómo puede usted encontrar un tan "lugar estando de pie"?

Reconociendo y Comprendiendo las Emociones en los Demás

(Mateo 9:4) Y Jesús, conociendo sus pensamientos, dijo: ¿Por qué pensáis mal en vuestros corazones?

Cuando escribo este capítulo las noticias están llenas del horror de los ataques terroristas contra La Torres Gemelas en NY. Emociones como pena, compasión, pena, cólera, ansiedad y perplejidad están siendo abiertamente expresadas. El mundo vacila en el borde de una guerra y hay ansiedad sobre la capacidad de la bolsa de abrir el lunes. El aire parece cargado de emociones altamente contagiosas. ¿Ahora cómo puedo reconocer todo esto de una pantalla de televisión? ¿Qué nos da la capacidad para leer el estado emocional de otra persona y responderle? ¿Qué pasa cuándo no lo hacemos?

Hay aproximadamente 30 y tantas emociones comunes que son razonablemente fáciles de reconocer. Éstas incluyen, temor, sorpresa, aprehensión, tristeza, euforia, duda, ansiedad, culpa, alegría, interés sexual, curiosidad, cólera, frustración, molestia, y risa entre otras. Una persona sensible, que discierne puede ser capaz de reconocer cientos de tipos diferentes de emociones mientras una persona abusiva puede reconocer solamente nueve o diez. Los criminales con frecuencia tienen el problema de reconocer o identificarse con las emociones de sus víctimas. Los Sociópatas son casi completamente incapaces de reconocer emociones en otros de cualquier de modo significativo.

Jesús y el Reconocimiento Emocional

Jesús era capaz de reconocer emociones en Si mismo (“mi corazón esta profundamente angustiado”) y en otros (“ya que Él sabía lo que estaba en los corazones de todos los hombres”) y era capaz de leer situaciones con asombrosa exactitud y percepción espiritual. Este hizo Su ministerio muy eficaz y Sus encuentro con Sus opositores muy humillante para ellos. Jesús podía leer, entender y apropiadamente clasificar a la gente por ejemplo como "lobos", “tumbas blanqueadas” o como “ese viejo zorro” y Él siempre estaba correcto. No somos tan afortunados y parece que siempre aprendemos sobre como leer a la gente y continuamente somos sorprendidos por los cambios y las vueltas de la personalidad humana.

El juicio de Jesús sobre los otros no estaba basado en la percepción sensorial solamente pues la Escritura dice que Él no juzgaría “por lo que vean sus ojos, ni sentenciará por lo que oigan sus oídos” (Isaías 11:3). Mejor dicho Él juzgó por el Espíritu del Señor. Su unión con Dios le dio la percepción, las creencias, sabiduría y el entendiendo para hacer juicios exactos sobre las otra personas. Él también habría usado Sus cinco sentidos pero los datos de ellos habrían sido alimentados por el marco de fe existente. La percepción de fe era primaria y percepción sensorial encajada en ella, aún si usted hubiera probado cualquiera de Sus conclusiones, usted encontraría que no eran vagas ni místicas, pero habrían pasado la prueba en el mundo real. Estas no eran atribuciones místicas imaginarias, sino juicios basado en hechos, correctos y perspicaces.

El consejo de Jesús en relación al tema de discernir a la gente era simplemente mirar a sus acciones, no sus palabras y sobre todo mirar el fruto en sus vidas. (Mateo 7:20) Más adelante veremos por qué este consejo es tan valioso. Por el momento sólo tenemos que notar que Jesús juzgó usando los oídos y los ojos y el intelecto al leer a la gente. Jesús no recomendó una fórmula mística peculiar para llegar a conclusiones sobre la gente sino que recomendó el análisis cuidadoso y en oración basado en hechos tomados con el tiempo. Mientras este consejo fue

apuntado principalmente para ayudar a los discípulos a tasar el carácter humano esto es también un buen consejo evaluando las emociones humanas.

Reconocimiento Emocional

Parece que el procesamiento sofisticado es necesario para el reconocimiento de emociones y que está basado en una parte del cerebro en forma de almendra llamada la amígdala. (Damasio. encontró que el daño bilateral a la amígdala perjudicaba el reconocimiento de la emoción de las expresiones faciales.) Para darle una idea de cuán complejo es esta tarea, “informática afectiva” o enseñar a las computadoras a reconocer emociones en la gente, luchas, hasta en computadoras rápidas, obtener un por ciento de éxito del 50 % en sólo 8 emociones básicas. La complejidad de la tarea del reconocimiento emocional exacto significa que esto es una tarea aprendemos durante toda la vida.

¿Pero el reconocimiento emocional no es simplemente “un atributo natural” para algunas personas que son naturalmente sensible a otros mientras los otros son brutales e insensibles? Hay muchas pruebas en la literatura de Inteligencia Emocional que el reconocimiento emocional es un alambreado en parte genético y comienza muy temprano en la vida. Sin embargo hay dos escuelas de pensamiento. Una escuela dice que la Inteligencia Emocional es realmente innata, que podemos ser dañados, pero no mejorados. Que la Inteligencia emocional es mayormente genética y como el Coeficiente Intelectual puede ser reducido (digamos por un golpe ala cabeza o abuso emocional) pero no mejorado. Entonces esta perspectiva mantiene que una persona sensible puede ser dañada y hacerse emocionalmente torpe, pero que una persona nacida con una disposición brutal no puede hacerse sensible.

El otro punto de vista es que la Inteligencia Emocional, mientras que tiene un componente genético es una habilidad enseñable. Mi experiencia de enseñar seminarios en IE consiste en que aproximadamente el 85 % de la gente es enseñable a grados variantes pero el 15 % no tiene ni el mas mínimo deseo de mejorar emocionalmente. Pienso que en general la Inteligencia Emocional es más aprendida que genética.

Reconocimiento Emocional y Ministerio cristiano

El ministerio sensible y humanitario hacia otros depende de ser capaz de reconocer exactamente y entender la fuente de la emoción en otros. Sin esta habilidad el cuidado pastoral será torpe a lo más y dañino en el peor de los casos. Las tareas como la consejería y el ministerio de oración requieren un sentimiento delicado para las emociones personales. Si Dios nos ha llamado al ministerio Él nos ha llamado ministrar la gracia a un mundo lastimado y dañado y nos ha llamado para ser capaces de entender a la gente – incluso ser capaces de leer sus emociones.

Esto se hace cada vez más difícil pues en nuestras sociedades multiculturales, el ministerio significa leer las emociones de personas de trasfondos diferentes, géneros, y pertenencias étnicas diferentes al nuestro. Cualquier pastor de una iglesia de cualquier tamaño en el mundo moderno tendrá que ser capaz de leer los sentimientos de las personas de media docena de razas y una amplia variedad de trasfondos profesionales y económicos. No podemos escaparnos de este desafío, pero debemos abrazar el aprendizaje requerido para ser ministros emocionalmente competentes en un mundo complejo.

De manera interesante un poco de investigación hecha con la Prueba de Reconocimiento Emocional Penn sugiere que los introvertidos tienen mejores habilidades en reconocer emociones que los extrovertidos. Considerando que los extrovertidos son más socialmente activos es sorprendente. Quizás los introvertidos tienen mayor sensibilidad que los hace retirarse de numerosas interacciones debido a la sobrecarga. ¡Esto también da alguna verdad al estereotipo del

ruidoso e insensible extrovertido! Así que los tranquilos y sensitivos consejeros y directores espirituales pueden ciertamente ser aquellos que deberíamos buscar cuando necesitamos que nuestras emociones sean profundamente entendidas.

Al leer el corazón de otra persona, los pensamientos, las intenciones y los sentimientos tienen que ser sacados a la superficie. Jesús, nuestro modelo, era profundamente conciente emocionalmente “y sabía lo que estaba en los corazones de hombres”. Él no leyó sólo las cuestiones emocionales superficiales, sino las corrientes submarinas más profundas del corazón. Hay algunas diferencias de género en lo que la gente oculta y lo que quieren revelar aunque éstos estén lejos de ser absolutos. En general encuentro que los hombres están dispuestos a hablar de sus proyectos e intenciones y tienden a ocultar sus sentimientos, mientras que las mujeres ocultan sus proyectos e intenciones y revelan sus sentimientos. Mientras que es relativamente fácil reconocer las seis emociones básicas de felicidad, tristeza, miedo, cólera, sorpresa y repugnancia es muy difícil reconocer pensamientos e intenciones y las emociones más sutiles como la aprehensión y la decisión. La lectura profunda de la gente toma tiempo y práctica y sabiduría. Aquí hay unas pistas que he encontrado provechosas:

1. Comienza con una posición neutral tan libre como sea posible de tu emotividad. Mientras más emoción cargues – y así la proyectes en otros, más inexacto será. Un estudio por Walz mostró que los hombres agresivos vieron más cólera en otra gente que la que realmente existía. Los hombres agresivos proyectaban su propia cólera en otros. Esta mala evaluación condujo a problemas de comportamiento en la vida cuando reaccionaron de modo hostil a esta agresión percibida pero inexistente.
2. Si usted tiene realmente mucho dolor, no trate de aconsejar a otros hasta que haya tratado con ello. Es por esto que recomiendo que los consejeros cristianos y los ministros que se han divorciado recientemente tomen dos años fuera del ministerio hasta que sus emociones hayan sido trabajadas. Hay generalmente demasiado equipaje emocional para ser exacto en la lectura de las emociones y ser terapéutico en la orientación.
3. No tome el último avance de la psicología que haya leído para usar sus conclusiones y observaciones en las personas. Tengo mucho tiempo para la prueba de personalidad MBTI e instrumentos similares pero la tipología de la personalidad puede hacerse un obstáculo al juicio cuando es tomado demasiado literal. En general vea los hechos objetivos sobre la persona primero entonces, mucho más tarde, emplee sus teorías.
4. No hay ningún premio para el juicio más rápido. Suspenda juicios religiosos hasta que tenga todos los hechos. El etiquetaje precipitado de clientes y saltar a conclusiones espirituales es imprudente y potencialmente perjudicial. Hay mucho tiempo para llegar a conclusiones, entonces úselo sabiamente y bien.
5. Escuche para entender y no juzgar. Hay en efecto un lugar para encarar el pecado – después de que hemos entendido totalmente la situación. Si procuramos entender primero y escuchar atentamente y con inteligencia y sabiduría nuestras palabras de la advertencia serán mucho menos, mucho más en el objetivo, y más fácilmente aceptado por el feligrés.
6. Expanda su vocabulario emocional. Por ejemplo use palabra como exhilarante en lugar de “bien” o “satisfecho” en lugar de “ok”. Al estar al tanto de una amplia variedad de términos emocionales y como aplican a su persona, podrá percibirlos en los tonos emocionales de los otros.
7. Usar “el principio del espejo” para calcular lo que la otra persona piensa. Por el principio de espejo quiero decir que la observación de que lo que A piensa de B es generalmente el espejo enfrente de lo que B piensa de A. Por ejemplo si usted piensa que alguien es muy alto entonces usted probablemente le parece bajo. Si usted piensa que alguien no es demasiado inteligente usted probablemente le parece a un intelectual complicado. Si usted piensa que cierta gente es tranquila y cortes, ellos probablemente piensan que usted

- es fuerte y grosero. Y si usted piensa que la gente joven es fuerte y excesiva y enérgica ellos probablemente piensan que usted es serio, tranquilo y un poco lento. La gente a menudo le ve en una imagen especular exacta de como usted los ve.
8. Si usted puede conseguir “una carta de las emociones” hágalo. Estas cartas tienen docenas de expresiones faciales diferentes con las emociones etiquetadas debajo. Un consejero debería ser capaz de ayudarle a conseguir uno.
 9. No leer sólo un aspecto de las expresiones por ejemplo las faciales, voz, lenguaje corporal o declaraciones verbales. Contemple a la persona entera y busque patrones en general. Sólo la lectura del lenguaje corporal solo puede desviarlo. Por ejemplo una persona con sus brazos cruzados simplemente puede tener frío por el aire acondicionado – sin rechazar lo que usted dice en absoluto. Usted tiene que mirar todos los otros factores también.
 10. Trata de entender lo que dicen y lo que no dicen. Por ejemplo si una persona habla libremente de cada miembro en su familia a excepción de su padre – sobre quien ellos callan totalmente, entonces puede haber algo que valga explorar.
 11. Estudia las multitudes recoge información sobre distancia social, acciones y reacciones. La posición de la persona en el cuarto, a que se dirigen, entre cuanta gente se mueven y el grado de movimiento que muestran. Por ejemplo una persona que se siente tímida puede estar en la esquina del cuarto, la persona que se siente sola puede estar apartado, el socialmente inseguro puede estar pegado sólo una persona y la persona trágicamente deshilvanada puede estar cerca de la barra y bebiendo demasiado.
 12. Asume que hasta el comportamiento aparentemente mas irracional parece inteligente a la persona que lo hace. Entonces trata y desarrolla cual es esa razón. ¿Qué pensamiento está detrás de este comportamiento? ¿Qué necesidad tratan ellos de suplir? ¿Qué emoción lo conduce?

Aspectos Positivos Falsos y Negativos Falsos

La mayor parte de nosotros tiene un área en la que “nos equivocamos” consistentemente cuando leemos a otros. Un aspecto “positivo falso” es cuando usted piensa que alguien es feliz y no lo son. Es pensar equivocadamente que la situación es mejor de lo que realmente es. La mayor parte de hombres piensan que sus matrimonios están bien cuando sus mujeres piensan lo contrario. Así los hombres tienen un aspecto “positivo falso” en lo relacionado a la lectura de sus mujeres en relación al estado emocional. Un “negativo falso” es cuando una persona piensa que una situación es mala cuando de hecho esta bien o normal. Por ejemplo una persona de una familia llena de rechazo puede ver la cólera o el rechazo alrededor de ellos en situaciones amistosas normales. Ellos tienen “un negativo falso” en lo relacionado a la lectura de las emociones de otros. Ellos “llean los blancos” con rechazo y encuentran difícil de creer que son aceptados. Estas atribuciones falsas pueden tener consecuencias sociales enormes. El hombre joven que piensa que una muchacha lo ama cuando ella no lo ama y se marcha afligido, el marido que piensa que su esposa coquetea con otros hombres cuando este no es el caso y se enfurece “por nada”, o el sentimiento en muchas oficinas que “el jefe no se preocupa por nosotros” cuando esto esta a menudo lejos de la verdad. así que aprender a leer las emociones los demás con exactitud puede evitarnos mucho dolor.

La lectura falsa de las emociones de otros puede conducirnos a acciones equivocadas y reacciones de nuestra parte. La gente reacciona "a sombras" en vez de a la realidad y se defiende de amenazas emocionales percibidas que simplemente no existen. Por ejemplo si creemos que el jefe nos odia y está a punto de despedirnos podemos comenzar un rumor o hasta renunciar a nuestro trabajo para evitar el rechazo. ¡Qué sorpresa si en cambio somos promovidos! No reaccionamos sólo a circunstancias reaccionamos a nuestra interpretación de aquellas circunstancias, en particular la percepción emocional – caigamos bien o mal, seamos aceptados o rechazados,

valorados o despreciados. La mayor parte de personas se quedarán hasta en un trabajo de paga inferior si perciben que son agradables, aceptados y valorados. Por lo tanto la gente que habitualmente entiende que no le agradan al mundo, que los rechazan y desprecian van a encontrar que la vida es un poco difícil. Ellos, como Caín, serán vagabundos en la tierra. Esto es en efecto trágico si sus miedos son injustificados y su rechazo sólo existe en sus propias mentes.

Para continuar con este pensamiento tenemos que mirar como los “negativos falsos” pueden afectarnos social y políticamente. Cuando la gente constantemente lee mal las intenciones de otros hacia ellos y esto se extiende a un grupo, entonces a un grupo de iglesias, denominaciones, ciudades y hasta naciones pueden verse enredadas en esto. Este aspecto grupal del malentendido emocional a menudo es indicado por frases como “ellos me odian” “o ellos están tramando algo” donde “ellos” está definidos con ligereza. Eventualmente los negativos falsos pueden terminar incluyendo clases de personas enteras por ejemplo “todos los hombres son violadores lujuriosos” o “todos los americanos odian a Musulmanes” que por supuesto rápidamente conduce al perjuicio. Si esto va bastante lejos el negativo falso puede implicar una proyección del totalidad de miedo y sospecha en el ambiente total. Este miedo y actitud defensiva produce una definición áspera de límites entre aquellos que están “adentro” y aquellos que están “afuera”, aquellos que están con nosotros y aquellos que están contra nosotros. Y aún entre aquellos que son de Dios y aquellos que son del Satán. El miedo, la paranoia, el prejuicio y el odio pueden fluir por causa de permitir que atribuciones negativas falsas de otros crezcan y sean aceptadas y creídas.

¿Cómo ocurren estas percepciones falsas? Principalmente ocurren por tres errores básicos en observación y lógica:

El primer error es **no juntar todos los hechos**, o usar una fuente parcial de los hechos. Tomemos el prejuicio “Todos los Musulmanes son terroristas”. Si basamos nuestra prueba en películas de acción donde todos los Musulmanes son terroristas podemos llegar a esta conclusión. Sin embargo si juntamos todos los hechos reales encontraremos que hay más de un billón de Musulmanes y que hay tal vez 10,000 terroristas. así que si hacemos nuestra suma vemos que sólo uno en cien mil Musulmanes es terrorista. Así los hechos completos no confirman el prejuicio que todos los Musulmanes son terroristas. Si se dijera la verdad, los hechos dictan lo contrario.

El segundo error es elegir **filtrar injustificadamente los hechos** de modo que algunos aspectos estén enfatizados y unos grandemente rebajados. Por ejemplo tome la retórica feminista radical “todos los hombres son violadores”. Esto es fácilmente refutado según las estadísticas. Sin embargo alguien a quien se le muestra la estadística de violación podría decir “Bien, no todos los hombres han sido atrapados como violadores y tal vez no todos los hombres han violado a alguien – pero lo harían si pudieran” y así la negativa falsa es mantenida usando “un filtro” que mantiene el prejuicio intacto.

En tercer lugar podemos **no tener ningún hecho en lo absoluto**. Todo puede ser imaginario. Podemos ser tan inexactos en nuestra lectura de la gente mal interpretamos todo en primer lugar. Este es a menudo debido a nuestra formación familiar que nos enseñó a ver las cosas de cierta manera por ejemplo, viendo rechazo donde no hay ninguno o sospechando excesivamente sobre los motivos de otros.

Otra fuente de error que encuentro común en los círculos cristianos son las “atribuciones místicas” como “siento en mi espíritu que tal y tal tienen un espíritu de Jezabel”. Esto a menudo carece de una base objetiva en hechos. Donde lo he visto en operación esto ha sido un juego de poder que hace a quien habla parecer espiritual y perceptivo y etiqueta a su enemigo con un

estigma que es difícil de impugnar o quitar. A menos que haya pruebas sustanciales para tal juicio estas observaciones místicas que salen del aire deberían ser tratadas como insustanciales y aun como peligrosas. A lo más, estas surgen de ser mal enseñados sobre la naturaleza del don de discernimiento. El discernimiento genuino es tanto espiritual como inteligente con el Espíritu Santo funcionando a través de una mente renovada y viva y no sólo por impresiones.

La gente que funcionan solo por impresiones interiores están susceptibles a cometer serios errores. Aquellos que tienen un regalo genuino de discernimiento están generalmente caracterizados por una mente aguda, un hábito de la observación continua, una gentileza profunda y tranquila, un espíritu que escucha y la capacidad de guardar sus conclusiones para ellos mismos. Mientras que el hombre espiritual en efecto juzga realmente todas las cosas, él o ella no lo hacen tan irracionalmente y de prisa o únicamente sobre la base de una intuición interior. El juicio espiritual verdadero es sólido y justificado. Cuando Jesús dijo que los Fariseos eran “tumbas blanqueadas” Él era capaz de indicar claramente por qué en términos actuales, como devorar de las casas de la viuda. ¡Él no dijo “En mi espíritu sólo sé que ustedes son tumbas blanqueadas no me pregunten por qué!”. La percepción espiritual es un nuevo marco que encierra los hechos conocidos y los justificados. Jesús dijo que es como leer el clima y saber que un cierto viento significa lluvia y otro calor. Primero hay observación y hechos, entonces hay interpretación de todos los hechos observados en la luz de Escritura y la dirección del Espíritu Santo.

En este punto tome un minuto y se pregúntese lo siguiente sobre la manera en que usted forma los juicios:

- ¿Dicen otros que usted es demasiado crítico o defensivo?
- ¿Con qué frecuencia junta adecuadamente todos los hechos?
- ¿Con qué frecuencia se sienta usted y calcula las cosas y comprueba los hechos?
- ¿Busca a fondo usted las Escrituras usando una concordancia o Biblia de computadora o solo saca versos de aquí y allá?
- ¿Usted “considera el lado negativo de cosas”?
- ¿Elimina usted aspectos positivos?
- ¿Pone demasiado énfasis usted en lo negativo?
- ¿Espera usted rechazo cuándo no hay ninguno?
- ¿A menudo sospecha usted de la gente y luego se da cuenta de que sus sospechas eran injustificadas?
- ¿Traza usted límites marcados entre grupos de personas, amontonándolos como "adentro" o "afuera", bueno o malo, con usted o contra usted?
- ¿Se fija en usted lo negativo y no hace caso del aspecto positivo?
- ¿Hace una cosa mala que todo sea incorrecto para usted?
- ¿Sigue usted intuiciones interiores y emociones oscuras que están separadas de pruebas objetivas?
- ¿Siente usted que usted debe ser juez, jurado y verdugo?
- ¿Imagina usted cosas terribles sobre la gente y los imagina haciendo cosas malas? (por ejemplo “estoy seguro que nuestros vecinos son ladrones bancarios.”)

Si este en parte esto le describe entonces usted tiene que estar consciente de estas tendencias y esforzarse por enfrentarlas. Si usted tiene un sentido constante de rechazo tal vez tenga que decirse: “probablemente solo imagino esto, siempre veo mas rechazo del que realmente hay.” Si usted sospecha de la gente deténgase y pregúntese “¿Será esto real, están mis sospechas basadas en pruebas sólidas, o solo en fantasías alocadas? Si usted está constantemente a la defensiva y ve una crítica en cada comentario, entonces intente reinterpretar esos comentarios

“Tal vez ellos hacían sólo una sugerencia constructiva, tal vez esto no era una crítica personal en absoluto.”

Este implica tomar una posición fuera de sus propios procesos mentales y evaluarlos. A esto se le conoce como "meta-cognición" o pensar sobre el pensamiento. Usted piensa en la manera en que piensa y cuando usted hace esto, corrige lo que es inútil, ilógico, irracional o falso. En el ámbito de las emociones hacemos esto realizando que el pensamiento sobre nuestro ambiente emocional y otra gente puede estar equivocado. Podemos pensar sobre nuestro pensamiento y desafiar nuestras percepciones negativas con la simple pregunta “ ¿Esto es realmente así? “¿ Es verdad que mi esposa tenga una aventura? ¿Es verdad que mi vecino sea un ladrón de bancos? ¿Es realmente que todos me persiguen?

Un buen medio de reconocimiento emocional significa adquirir las emociones que realmente están presentes en una situación, como el amor y aceptación y no proyectar emociones que pueden no estar realmente presentes en una situación como la crítica y el rechazo.

Los aspectos positivos falsos no son generalmente tan peligrosos como los negativos, pero pueden ser tan difícil de reconocer y tratar. El pastor puede construir un castillo de un elogio y puede comenzar a creer que la agrada a todos y puede estar inconciente de sus debilidades. El ingenuo y refugiado puede creer francamente que toda la gente es hermosa y tiene buenas intenciones – y sólo se entera de la otra parte en las lecciones difíciles de la vida. El misionero puede pensar que el pueblo lo acepta porque los tratan con cortesía mientras en su interior ellos son sienten cólera por sus equivocaciones culturales.

La indicación de aspectos positivos falsos es la desilusión constante. La muchacha no te ama. La maravillosa oportunidad comercial le llevó a quiebra. La iglesia no responde a su llamado. El pueblo finalmente le dice lo que piensa. Hay un equilibrio aquí, por una parte es bueno ser positivo, optimista, esperanzador y estar lleno de fe y esta bien esforzarse y caer de vez en cuando. Esto es la parte del viaje, un error honesto. Por otra parte es torpe estar constantemente y continuamente decepcionado, engañado y herido. Seamos francos, es estúpido, una locura, es no escuchar las advertencias que tenemos. Hay a menudo una línea fina entre la fe y la locura y el dolor es una advertencia. Los golpes son para las espaldas de tontos. Si usted está constantemente decepcionado en las relaciones entonces quizás usted es demasiado optimista sólo sobre cuánto la gente le ama. Si usted recibe golpes repentinos y sus proyectos regularmente caen con un ruido ensordecedor quizás una evaluación de la realidad es necesaria.

Hay dos fuentes principales de aspectos positivos falsos que son a) ser engañado por otros y b) ser engañado por nosotros mismos. A veces los dos trabajan juntos de modo que la gente que quiere algo de nosotros se aprovecha de nuestra vanidad y luego nos vamos a casa soñamos con lo maravilloso que somos. Cuando hacemos esto nos acercamos peligrosamente a la catástrofe y la desilusión.

Tomemos una difícil pero justa perspectiva sobre esto. Todos somos pecadores, y para la gran mayoría de la gente el Yo está en el trono. ¿Qué significa esto? Esto significa que la gente más ordinaria actúa principalmente buscando su propio interés personal y no está en particular preocupada por tus intereses excepto cuando estos se cruzan con los intereses personales. Ellos no son terroristas o ladrones bancarios pero tampoco son santos. Ellos son sólo egoístas con unos estallidos del altruismo en las Navidades y durante una crisis. Después de esta temporada de buena voluntad vuelve a ocuparse en el número uno. La mayor parte de las personas no esta interesada en observar los delicados puntos de ser terriblemente bueno, honesto y ético, cuando

esto entra en conflicto con sus intereses más egoístas. Seguro que no son tan deshonestos como un estafador, pero no están nada interesados en ser la Madre Teresa.

Este significa que el egoísmo gobierna y que el verdadero amor y la apreciación son relativamente raros. La Biblia no pinta el cuadro de un mundo lleno de la gente buena, agradable en las que podemos confiar y quiénes realmente nos aman. Tampoco nos pinta un mundo lleno de terroristas. Pinta el cuadro de un mundo egoísta que se ha desconectado de Dios. Esta debería ser de igual manera la imagen que debemos tener. Si vemos a todos como "agradables" probablemente tenemos un cuadro incorrecto, o un estándar muy bajo de lo que es ser agradable es. Si entramos a un nuevo grupo de gente y creemos que hemos sido aceptados al instante y que todos nos aman y sólo piensan en nuestro bienestar – entonces quizás usted debería re-evaluar la situación. Tal vez detrás de su aceptación tienen un motivo egoísta. Ellos pueden querer su dinero, su membresía o hasta su alma. La gente normal es sólo muy agradable cuando esta a favor de su interés personal. Siempre pregunte, “¿Quién se beneficia?”

No esta mal preguntar “¿Es esto real?” en circunstancias positivas, sobre todo si son excepcionalmente positivas, y muy sobre todo si las cosas parecen “demasiado buenas para ser verdad”. No tengo ninguna intención de sumergirlo en duda y cinismo, por eso traté con los negativos falsos primero. Pero no quiero que usted sea engañado por vendedores agradables de cosas inútiles, coches usados, bienes inmuebles baratos y relojes falsos; o en el reino espiritual por cultos y algún televangelista. Mi experiencia consiste en que quizás una docena de personas, máximo, realmente nos ama, y actúan en nuestro mejor interés y cuidado. Esto está bien y hace que la vida valga la pena. El resto de las 6 billones de personas en el planeta sólo es agradable a fin de conseguir algo. Ahora esto está bien si esto es un negocio justo. Pero a veces no es un negocio justo y nosotros estamos siendo engañados o usados. En cuyo caso seremos decepcionados. Usted no puede confiar que los 6 billones como confía en los doce. Usted tiene que tener cuidado y ser cauteloso y sabio.

Por naturaleza soy un optimista positivo, lleno de fe que ama ver a la gente lograr cosas e involucrarse en proyectos grandes y magníficos esquemas. Lamentablemente soy casi siempre demasiado optimista y confiado y necesito ayuda con los detalles. Entonces valoro la información de gente que pueda ayudarme a ver la realidad. He tenido que adoptar un pensamiento enfocado en la solución, mencionado antes en el libro y mirar meticulosamente los datos y hacer preguntas realistas difíciles si debo hacer lo imposible, posible en el mundo real. Hay un equilibrio entre digamos, creer en todos/seleccionar el mejor personal posible; o entre ver todas las cosas como posibles / y la elección de proyectos que son sabios, sanos y provechosos y que no llevarán a la bancarrota a Hermanos Fronterizos.

Las preguntas que encuentro de más provecho al desenterrar la realidad son:

- ¿Quién se beneficia?
- ¿Cuál es su historial?
- ¿A qué conduce esto?
- ¿Por qué me quieren ellos en particular?
- Si miro solamente sus acciones, separadas de sus palabras y políticas establecidas, ¿qué es lo que veo?
- ¿Cuales son las estadísticas existentes? ¿(oportunidad comercial etc.) ¿me muestran ellos las estadísticas? ¿Son las estadísticas que me muestran confiables y verificables?
- ¿Cuánta extrapolación existe aquí? ¿Tomo un poco de aceptación y entiendo total aceptación o una pequeña ganancia como un indicador de una gran riqueza? ¿Estoy simplemente Fantasmando?

- ¿Qué porcentaje de gente que hace esto es realmente exitoso? ¿Los entrenadores y los conferenciantes ricos y todos los demás pobres? ¿El negocio en sí mismo genera dinero o hablar sobre el genera dinero y el negocio es un timo?
- ¿Cuáles son los intereses obvios, lógicos de esta persona/grupo de personas?
- ¿Qué hay sobre las cuatro áreas de interés propio que son el dinero, el sexo, el poder y el estatus? ¿están implícitas en esto, de ser así, cómo?
- ¿Qué quieren ellos de mí? ¿Puedo lograr estas expectativas? ¿Debería yo lograr estas expectativas?
- ¿Conseguiré un trato justo al final del día?

Las preguntas anteriores pueden parecer al principio tener poco que ver con nuestras emociones. Pero tienen mucho que ver con evitar la desilusión por una parte y no hacerse demasiado cínico por otra. Estas son preguntas que traerán a la verdad del asunto y le ayudarán a entrar en contacto con la realidad, que es SIEMPRE buena para nosotros emocionalmente. Estas preguntas no tienen que tener respuestas negativas. Usted en efecto puede ver que tendrá ganancias, que es un trato justo, que usted realmente les agrada a los proponentes y que ellos son gente confiable, honesta con un historial limpio. ¡Si es bueno! ¡Vaya por ello! Las anteriores preguntas le ayudarán a clasificar el trigo y la cizaña. Le permitirán conducir una vida con menos engaños y le guiarán a áreas que valgan la pena y que sean provechosas para pasar su tiempo, dinero y energía de vida. De hecho con regularidad miro el canal de inversiones CNBC, que es un poco extraño para un misionero que no tiene ninguna inversiones de ninguna clase. Hago esto porque quiero averiguar cuan realista y acertadamente piensan las personas. Las entrevistas en relación al liderato y las preguntas difíciles que las gente hace y el énfasis en los hechos y la data, son saludables para mí, pues soy una persona que necesito tocar la tierra con regularidad y no perderme en mis especulaciones teológicas agradables, cómodas pero al final poco prácticas.

En lugar de ser engañados por otros podemos ser engañados por nosotros mismos. Podemos confundir la mera cortesía con amor genuino o que se nos dé una posición en comité como muestra de aceptación genuina. Proyectamos nuestra propia fe y optimismo en la situación. Extrapolamos y construimos castillos en el aire. Construimos expectativas de amor y calor y esperanza y éxito que van más allá de los hechos, y que este mundo puede que no nos de. El orgullo y la vanidad cambian nuestra capacidad de mirarnos objetivamente a nosotros y a nuestros proyectos y a los demás. El orgullo y la vanidad nos hinchan de modo que se hace doloroso ser honestos con nosotros y difícil mirar la realidad en la cara. Tenemos que llegar “a una estimación sobria”, no una estimación alocadamente proyectada, de nosotros y de la realidad. Cuando tenemos una idea justa de quién somos nosotros y quién son los otros son podemos ver mas allá de la adulación y la cortesía aceptándolo simplemente como tonterías sociales usuales. Podemos entonces escuchar los verdaderos valores del corazón y las preocupaciones de aquellos alrededor de nosotros. Podemos oír lo que realmente dicen. Podemos aprender a enfrentarnos a la verdad; que bien puede ser que “somos principalmente egoístas y sólo te amamos un poco”. Si nosotros vamos a percibir las emociones de otras personas realmente y entender y comunicarnos con ellos bien, y obtener un alto Inteligencia Emocional Bíblica, entonces debemos ser humildes y mansos para oír lo que está realmente allí.

¿Pero qué hará esto a nuestra estima propia? ¿Si no podemos engañarnos a nosotros mismos cómo permanecemos felices? ¿Si tenemos que afrontar verdades como “somos principalmente egoístas y sólo te amamos un poco” - ¿vale la pena creer esto? ¿Por qué no quedarse con la ilusión? Vivir en la realidad es mucho más funcional emocionalmente y hará finalmente que su amor propio crezca y usted sea más acertado. ¿Cómo? Le daré un ejemplo común de la cultura cristiana.

Los obreros cristianos piden a la gente que oren por ellos y los apoyen y ellos consiguen muchas respuestas positivas. Con una pequeña porción de extrapolación ellos pueden pensar que "Toda esta gente me ama y cientos de personas estarán orando por mí y me apoyarán, ellos realmente sienten cariño por mí". Mantenido a flote por todas estas ideas se tornan eufóricos y se lanzan al ministerio. Ellos perciben las emociones de otros como altruistas, positivas, que se preocupan y están llenas de amor. Todos son agradables y ellos son felices. Pero seis meses más tarde hay una gran caída. La gente olvidó orar, y la gente no apoyó, y la gente eran simplemente agradables. No era real. Sus folletos terminaron en el zafacón. Entonces la amargura alcanza al obrero cristiano. La cólera y el resentimiento se elevan a la superficie. Todas aquellas promesas rotas duelen y duelen mucho. Si el obrero cristiano tiene suerte despertarán y dirán: "esto es la vida, yo no debí haber esperado que un mundo caído fuera agradable. Dividiré a quienes me apoyan en tres grupos. Aquellos que conozco bien y quienes conozco que quieren todos los detalles sobre lo que hago, entonces aquellos que pienso que me apoyarán con regularidad, pero no están terriblemente interesados en los detalles del ministerio, entonces los débiles que me apoyarán un par de veces entonces se retiran. Dividiré mi esfuerzo proporcionalmente y esperaré comprensión y apoyo en la oración del primer grupo, mi apoyo económico del segundo grupo y un poco extra de vez en cuando del tercer grupo pero no confiaré en ellos". Así el obrero cristiano se adapta a la realidad, toma una mirada sobria y realista de la gente, y calcula como avanzar de manera enfocada en una solución. Ellos tienen éxito. La vida se estabiliza, y el ministerio ocurre, y la estima personal aumenta. La realidad es buena para usted.

¿Qué Pasa Aquí?

Una de las grandes barreras para leer correctamente las emociones de otra persona es que no podemos entender como pueden reaccionar de la manera que lo hacen. Traemos luz a la realidad de las emociones de la otra persona. Las personas pueden reaccionar de manera inmadura pero todavía tenemos que intentar entender la fuente de su inmadurez. Marcar a alguien como "no espiritual" sin entender por qué no son espirituales no contribuye en nada a la solución. Esto sólo contribuye al problema. Veamos por ejemplo como un caso clásico, un joven que explota diciendo "tu no me amas". El adolescente se va a su cuarto, cierra de golpe la puerta y acusa a sus padres de no amarlos. ¿Por qué? ¿Esto es un medio de ganar distancia emocional para que entonces ellos puedan sentirse libres para crecer? ¿Estaban dolidos o decepcionados sobre un asunto personal y no fueron escuchados a en casa? Decir que la reacción es no espiritual o tratar de sacar un demonio de rebelión sólo hará que las cosas empeoren y privará a los padres de la comprensión y el entendimiento y de una valiosa oportunidad de construir una relación con su hijo adolescente. Dejar pasar el mal humor de la reacción y buscar entonces entenderse es mucho más provechoso.

- En primer lugar reconozcamos la emoción como verdadera. Puede parecer extraño pero al menos hay una expresión.
- Después, busque el concepto en el que la persona está actuando o reaccionando. Con el adolescente el concepto al que reaccionan puede ser "ustedes no me escuchan y no me entienden".
- Trate de poner ese concepto en una sola frase u oración. Una vez que ha reducido a qué están reaccionando, en una oración, ha conseguido probablemente la idea esencial del asunto.
- ¿Entonces pregunte "por qué han llegado a esta conclusión, es una conclusión equivocada o una conclusión correcta, y qué puedo hacer para ayudar en este asunto?"

Con aquellos cuatro pasos simples puede llegar lejos al clasificar las emociones. Además tenga en cuenta los tres niveles de una conversación difícil que mencioné antes en este libro – Hechos, Sentimientos e Identidad:

¿Cuáles son los hechos de la situación?

¿Cómo se interpretan esos hechos y como generan ciertos sentimientos?

¿Qué sienten sobre su identidad – está su núcleo bajo amenaza de algún modo?

Para resumir este capítulo – como Cristianos tenemos que ser sensibles a las emociones de otros par poder ministrar gracia a un mundo frágil y herido. Esto significa que tenemos que ser capaces de leer con exactitud las emociones de los demás. Si nuestro juicio es inexacto es a menudo debido a positivos falsos o negativos falsos. Tenemos que examinar nuestros modelos de pensamiento para que sean tanto positivos y llenos de fe como realistas y humildes. Mucho puede ganarse al resumir en una sola oración el pensamiento que está detrás de la emoción de una persona. Esta oración provee el pensamiento clave en el que están actuando o reaccionando. También puede ayudar preguntar sobre los hechos, sentimientos y cuestiones de identidad implicadas.

Una vez que hemos identificado las emociones de otra persona necesitamos saber como responder apropiadamente. De esto trata el siguiente capítulo.

Preguntas de Discusión

1. ¿Cuan importante es para las personas involucradas en el ministerio ser capaces de leer correctamente las emociones de otras personas?
2. ¿Cuáles son algunas de las principales maneras en las que cometemos errores al juzgar las emociones de otra gente?
3. Jesús “sabía lo que estaba en los corazones de los hombres”; ¿Cómo piensa usted que esto debió ser para Él?
4. ¿Qué es “un negativo falso”? ¿Cómo ocurre? ¿Cómo podemos vencer nuestras tendencias de pensar que no le agradamos a la gente?
5. ¿Qué es un aspecto positivo falso? ¿Cuáles son algunos peligros de los aspectos positivos falsos? ¿Cómo puede mejorar nuestra vida cristiana el ser realista?
6. Jesús y los profetas a menudo destilaban la actitud de una persona en una sola oración que comenzaba con una frase como “En sus corazones ustedes piensan...” Escoja a cuatro personas conocidas como estrellas de cine y trate de poner en una oración lo que ellos podrían pensar en sus corazones.

La Expresión Adecuada de las Emociones

Eclesiastés 3:7-8 LBLA tiempo de rasgar, y tiempo de coser; tiempo de callar, y tiempo de hablar; (8) tiempo de amar, y tiempo de odiar; tiempo de guerra, y tiempo de paz.

Una vez que estamos en contacto con nuestras emociones y las emociones de otros necesitamos poner aquellos sentimientos en palabras de modo que toquen mentes y corazones y ministren la gracia de Jesucristo al mundo. Con Jesús como nuestro modelo y un poco de dirección de la literatura de Sabiduría de la Escritura veremos como hablar y actuar con entendimiento emocional y expresión apropiada.

Cuestiones de Tiempo - Hay un Tiempo

No somos libres como para “dejar volar” nuestras emociones. Según la Escritura hay un tiempo apropiado para toda y cada forma de expresión emocional. Este no es el tiempo cronológico como “a las 3:00 de la tarde usted puede llorar”, pero tiempo evento unido a los eventos y acontecimientos de la vida, “en un entierro es un buen tiempo para expresar simpatía”. Una emoción “fuera de tiempo” es discordante y poco edificante y puede ser hasta cruel. La risa en la broma de un pastor es apropiada; la risa en la desgracia de una persona no lo es. Cada expresión de emoción tiene su tiempo y lugar. Cada uno es “hermoso en su tiempo” (Eclesiastés 3:11). Las emociones en su tiempo son realmente del Espíritu y una bendición a otros.

Generalmente nuestras emociones deberían ser emparejadas con aquellos alrededor de nosotros para que “Nos alegremos con aquellos que se alegran, y lloremos con aquellos que lloran.” (Romanos 12:15) Las emociones deberían ser congruentes tanto en tipo como en intensidad. Por ejemplo si la gente se alegra en voz alta es apropiado alegrarse en voz alta con ellos, si ellos lloran silenciosamente es apropiado llorar silenciosamente en compasión. Cuando María y Marta lloraron sobre Lázaro – Jesús también lloró. En tiempos de profunda angustia y sufrimiento el silencio puede ser el mejor consejo (Job 2:13). La cultura, las circunstancias y las dinámicas sociales normalmente nos dicen que expresión emocional es apropiada en cualquier situación dada pero este puede ser modificado por el Espíritu Santo de vez en cuando.

La gente percibe incorrectamente el tiempo social de la expresión emocional puede terminar rápidamente en un destierro social. La figura cómica clásica es alguien que siempre hace un lío de las cosas en situaciones sociales. En el otro extremo esta la gente que siempre se acomoda perfectamente. A tal gente le pueden carecer de autenticidad y hacerse falsa e hipócrita, debilitada moralmente por la sobre conformidad a la norma. “El tiempo para hablar” es dictado finalmente por el Espíritu Santo no la convención social (aunque tales convenciones sean útiles y deberíamos conocerlas). Jesús y los profetas a menudo parecían “hablar fuera de turno” en dar el mensaje de Dios a su tiempo y lugar. Otros como Esdras y Daniel parecieron ligarse mucho más estrechamente en el urdimbre y el sonido de sus situaciones sociales.

Como sea que Dios nos llame a hablar deberíamos recordar es a Sus intereses que servimos con cada palabra nuestra y cada expresión de emoción. Nuestra comunicación debe fluir del Espíritu y ser para la edificación de otros. Esto no a nuestros propios intereses que servimos o nuestra necesidad de expresarnos. Por último el amor de Dios y el amor al prójimo debería gobernar la expresión y el tiempo de nuestras emociones. Veamos algunas pautas Bíblicas sobre como podemos hacer esto.

Asuntos de Intensidad - Ser Fuerte con el Fuerte y Débil con el Débil

Tenemos parrear nuestra expresión emocional con la fuerza de la persona y la profundidad de las necesidades espirituales de aquellos alrededor de nosotros. Cuando Jesús habló a la gente fuerte, difícil y obstinada él era fuerte y áspero y directo (Mateo 23:1-10). Por otra parte con el quebrantado y lastimado él era tan suave que podría ser dicho de Él “una caña cascada Él no romperá” (Isaías 42:3). Pablo hace la declaración desconcertante “con el débil me hice débil” (1 Corintios 9:22). Esto significa que Pablo no abrumó almas débiles con su poderosa personalidad. En cambio Pablo midió la fuerza de sus reacciones a lo que la persona necesitó y podría soportar. Pablo también nos dice “sostened al débil y sed paciente con todos” (1 Tesalonicenses 5:14) y que nadie era débil sin que él se hiciera débil (2 Corintios 11:29). Por otra parte cuando Pedro estuvo equivocado este mismo Pablo “lo resistió cara a cara” (Gálatas 2:11). El renovador Charles Finney solía clasificar a los pecadores en "endurecido", "despierto" "y penitente" cada uno requería un acercamiento diferente del evangelista.

Vemos un buen ejemplo de este principio a principios del libro de 1 Samuel cuando Ana lloraba ante el Señor (1 Samuel 1:9-18). Elí el sumo sacerdote al principio severamente reprochó a Ana pues pensaba que había bebido. Esto fue una respuesta "fuerte" – y en este caso era inadecuada. Realizando que Ana desahogaba su alma ante el Señor Elí cambió de una respuesta “fuerte” respuesta "débil" o suave. Él se hizo conciliatorio y contestó “que el Señor responda tu petición”. En hacer a esto Elí ajustó su expresión emocional para satisfacer las necesidades espirituales de la situación. Elí era bastante grande como para admitir su error y ajustar su respuesta.

Debemos ser tanto sacerdotes como profetas. ¿La persona es fuerte y difícil y tiene que ser traída al arrepentimiento? Entonces sé fuerte y habla como un profeta. ¿Están ellos se turbados en su alma como Ana - entonces ministre gracia como un sacerdote.

Cuestión de Lugar - Emoción Privada y Pública

En 1 Corintios 14 Pablo escribe sobre el uso del don de lenguas diciendo que las lenguas privadas eran para momentos privados y no para el servicio de adoración general. Este estableció el principio que sólo las cosas que edifican a la iglesia en total deberían ser traídas en la esfera pública. Las experiencias espirituales y emocionales privadas pueden ser muy provechosas a la persona en privado – no lo son para el uso del público general.

En la vida de iglesia tenemos niveles diferentes de compartir, el que compartimos a solas con Dios, y el que compartimos sin nuestra familia y amigos íntimos, el que compartimos con un grupo de célula y el que compartimos con el público en general. Como regla empírica, mientras más alto el nivel de emoción más privado debería ser el compartir. El compartir emocional esta restringido a lugares donde pueda edificar sin peligro a la gente que oye. Incluso entre Jesús y los discípulos en la Última Cena Jesús dijo " *Aún tengo muchas cosas que decirlos, pero ahora no las podéis soportar.* " (Juan 16:12) Él limitó su compartir mas íntimo a lo que los discípulos podrían recibir y ser edificados.

El principio “para la edificación de todos” necesita ser sopesadas cuidadosamente cuando se comparte de testimonios personales íntimos, o el uso de palabras proféticas y las visiones y hasta durante tiempos del oración intercesora que gime y padece en una lengua conocida. Conozco a una mujer que es una poderosa intercesora profética que gime y padece ante Dios. Lamentablemente padecimiento, dolor, cólera y justa indignación privada son expresadas con tal intensidad profunda en el servicio de la tarde que la gente no es edificada, sino sólo avergonzada. Este ha hecho que muchos dejen aquel servicio o hasta busquen otra iglesia. Es la emoción correcta en el lugar incorrecto. Mientras que es profundamente sincera y no pecaminosa como tal, simplemente esto no edifica o es provechoso. Su torrente emocional que tiene su lugar ante el

trono de Dios en privado esta fuera de lugar en un servicio de adoración general. Las emociones privadas fuertes, aun cuando son emociones santas, no son para el público en general. Veamos como Jesús y aún los Apóstoles observaban esta norma.

Para la frustración eruditos de Biblia y estudiantes de oración, Jesús nunca reveló en público la naturaleza de Sus tiempos de oración íntimos con el Padre. Tampoco Él reveló a Sus discípulos mucho sobre Sus sueños y visiones o describió en detalle Su experiencia del mundo espiritual. También Pablo era muy reticente en describir lo que fue probablemente su experiencia espiritual más poderosa en 2 Corintios 12. Los eruditos todavía discuten si esta fue la experiencia de Pablo o alguien que él conoció. Si Jesús y Pablo y los apóstoles fueron muy reticentes para hablar sobre sus experiencias espirituales privadas y si innumerables hombres y las mujeres de Dios desde han compartido su reticencia quizás deberíamos tener mucho cuidado de expresar esta clase de cosas en público. Sobre todo tengo cuidado sobre la expresión de sueños privados y visiones o las numerosas experiencias de viajes a Cielo o Infierno. En Colosenses Pablo severamente advierte a Cristianos sobre la gente que toma su postura basándose en visiones que han visto y se desvía de la Cabeza, que es Cristo (Colosenses 2:18,19).

La excepción a esta norma se da en los pequeños grupos donde la intimidad se ha desarrollado con el tiempo y el permiso para un profundo compartir es una comprensible parte de la dinámica de grupo. Aquellos que siguieron a David en el desierto, los 12 discípulos de Jesús y varios compañeros de misiones de Pablo son ejemplos Bíblicos de pequeños grupos que parecieron haber vivido y haber compartido a un nivel muy profundo. Los grupos de célula, los estudios de Biblia y grupos de 12 Pasos son todos lugares donde compartir y la expresión emocional puede alcanzar un nivel más profundo para los Cristianos. Todos necesitamos salidas para nuestras emociones profundas y mientras los amigos y la familia deberían proporcionarle, a menudo ellos no lo hacen muy bien, entonces algunas estructuras alternativas tienen que ser creadas. Si nuestro mundo privado nos falla no podemos llevar nuestras emociones abrumadoras a la esfera pública. Ellas tienen que ser compartidas en privado con un consejero, un grupo de terapia o un pequeño grupo que aceptará con mucho gusto emociones en este nivel y las guardará. Es simplemente inseguro compartir en público con un mundo caído, que no está comprometido o comedido a respetarle a usted y su intimidad.

¿Cómo podemos saber cual es la expresión apropiada de las emociones y de las experiencias espirituales? En primer lugar tenemos que preguntarnos ¿Es el tono emocional el mismo del grupo? ¿Es el compartir mucho más intenso que el de los demás que están compartiendo? ¿Es "mucho más profundo" que lo que el grupo normalmente enfrenta? ¿Es el tono de voz mucho más fuerte y estridente que el de los otros que están compartiendo? ¿Trata sobre asuntos que los presentes no puede enfrentar o sobre el cual no tienen ninguna experiencia personal? ¿La gente tiene miradas extrañas o parecen sentirse avergonzados? ¿Espera usted que personas a las que apenas conoce actúen como familia o amigos íntimos, o hasta sean terapéuticos?

En segundo lugar tenemos que preguntar si Dios quería que compartiéramos algo particular en primer lugar. Con algunas visiones Dios dijo a la gente "sellen el rollo", y otros debían anunciarlo. Cuando los siete truenos hablaron al apóstol Juan no le permitieron anotar lo que dijeron. (Apocalipsis 10:3,4) pero a Ezequiel Dios dijo, " Hijo de hombre, come lo que tienes delante; come este rollo, y ve, habla a la casa de Israel. " (Ezequiel 3:1). Necesitamos el permiso de Dios para compartir nuestros sueños y visiones y sin Su permiso la regla general debería ser de callar y esperar el Tiempo de Dios para esta aquella revelación

En tercer lugar tenemos que evaluar espiritualmente lo que pensamos que el Señor nos ha dicho compartir, sobre todo si tiene un elevado contenido emocional. A menudo lo mejor es anotar con

cuidado exactamente lo que usted piensa que Dios quiere que diga – tal y como los profetas anotaron sus revelaciones. Entonces espere en oración durante al menos 48 horas. Finalmente compártalo con dos o tres personas en los que usted confía y quiénes puedan ayudarle si ha dicho por casualidad algo que no está completamente de acuerdo con la Escritura. Muchas iglesias tienen la política de que toda la profecía debe ser dada los ancianos de la iglesia antes de ser dicha en público y este parece prevenir mucho abuso de lo profético.

En cuarto lugar tenemos que tener cuidado con la presencia de la gente joven y aquellos con disposiciones más sensibles y impresionables. Algunas horrorosas ilustraciones de sermones (sobre todo un sobre un padre que deja a su hijo ser muerto en un puente de oscilación para salvar un tren que pasa) son tan emotivas que sólo pueden ser descritas como manipuladoras. Éstas pueden asustar a la gente joven en la congregación y se retiran de la iglesia con una visión distorsionada de Dios y la iglesia. Los sermones tienen que ser clasificados – G cuando hay niños presentes.

En quinto lugar los ministros tienen que tener sumamente cuidadosos sobre compartir información íntima o sensacional, sobre todo aquella de una naturaleza sexual, desde el púlpito. Hay ciertas líneas que tenemos que trazar cuando tratamos con males sociales y Pablo rechaza comentar sobre ciertas perversiones gruesas que “no deberían ser ni mencionadas entre los santos” (1 Corintios 5:1, Efesios 5:3). El material sensacional y vivo rara vez edifica a menos que sea magistralmente manejado. Esto tiende a provocar asociaciones malsanas, comienza rumores, y abre paso a la curiosidad latente o informa a la gente sobre cosas que sea mejor para ellos que se mantengan ignorantes sobre el tema. Las confesiones en particular sólo deberían ser hechas a Dios o a gente de mucha confianza en confidencialidad. Si algunos detalles tienen que recibir publicidad debido a la naturaleza pública de la ofensa, estos deberían ser reservados a un edificante mínimo.

Finalmente, las emociones profundas sólo deberían ser compartidas cuando hay presente una confianza genuina – no para sacar confianza o como un acto de manipulación. Algunas personas listas comparten sus emociones de manera que atrapa a las personas. Ellas usan el compartir emocional para levantar una confianza – que ellos más tarde violan. La expresión adecuada de las emociones al compartir se da en una confianza preexistente y no es un instrumento para manipular a otros con.

Una vez que tenemos el tiempo de nuestra expresión emocional correcto y decidimos si debe ser privada o pública, entonces tenemos que asegurarnos que damos un mensaje claro, inequívoco y equilibrado.

Cuestión de Equilibrio – Asegurando que Ambas Partes de Su Mensaje Sea Comprendido

Las emociones a menudo se mezclan y a fin de expresarlas claramente tenemos que dar un cuadro completo de todas las emociones implicadas en una situación particular y sus fuerzas relativas. Por ejemplo considere un padre cristiano que mira a su hija salir en su primera cita con un joven cristiano del grupo de juventud de la iglesia. Él puede decir algo como:

“Ana, Esteban es una buena opción y estoy *contento* que hayas decidido salir con él y no con otro joven. Él tiene *verdadero carácter* y estoy seguro que te tratará bien. Sin embargo esa falda que tienes es un poco atrevida. Sé que es tu primera cita y *quieres verte atractiva* pero *quiero que la cambies* ahora mismo. También te quiero aquí a las 10:00 y no más tarde. Esto nos asegurará a tu Mamá y a mi que *tienes una actitud responsable en relación* a las citas y podemos *confiar en ti* en el futuro. Que tengas una buena noche, *diviértete* y no olviden orar. Espero que *disfruten* de la película, parece buena.”

Aquí el padre expresa una amplia variedad de preocupaciones cada una balanceada con las otras dando a un mensaje coherente. La ansiedad no está fuera de equilibrio con el amor y las reglas claras son puestas en un contexto general de aprobación, cuidado y preocupación. Este es lo que llamo la técnica de “luz y sombra”. Esta implica expresar todos los aspectos de un asunto, sus límites, la luz y la oscuridad y varios contrastes para que no sea mal entendida.

A menudo uso las frases como “estoy diciendo” “y no estoy diciendo...” por ejemplo “digo que tienes que rehacer el trabajo, pero no digo que usted es un mal empleado. Sigo valorando sus servicios.” Al hacer contrastes, al expresar claramente lo que usted dice y lo que usted no dice, el mensaje es llega completamente claro y el malentendido es eliminado. El padre preocupado en la ilustración anterior puede simplemente decir "Usted no sale de aquí con esa falda." sin otra explicación. Si él hubiera hecho esto a la hija podía haber llegado a una variedad de conclusiones bastante dramáticas y negativas. Al incluir el apoyo y al colocar las cosas en su contexto, el potencial del malentendido y el conflicto fue evitado. Pablo a menudo usa esta técnica en sus epístolas donde él recuerda a la iglesia de sus oraciones y luego corrige firmemente una amplia variedad de cuestiones.

Este uso de la técnica de “luz y sombra” toma un tiempo para dominar. En primer lugar debes conocer los principales temores de la otra persona y luego usted tener el calor para dirigirse a ellos directamente. Por ejemplo para que una persona haga nuevamente un trabajo de calidad inferior usted podría decirle "Este trabajo está muy por debajo de tu nivel Carlos y estoy decepcionado de que tu lo hayas producido. NO hay ningún peligro de que pierdas tu empleo pero quiero que usted levante su nivel y vuelvas a hacer este trabajo otra vez. Valoro tu trabajo y tengo un alto concepto de tu trabajo por las contribuciones que hechas en el pasado, pero esto simplemente no es lo suficientemente bueno. Estoy seguro que usted harás un mejor trabajo esta vez." Los temores obvios de un despido y de sentirse incompetente son atendidos y hay más tranquilidad. Al mismo tiempo, el mensaje de que el trabajo no es lo suficientemente bueno es clara y firmemente comunicado.

Esto levanta una de las preguntas más difíciles de la comunicación humana – ¿cuánta verdad emocional podemos expresar en una situación dada? Podemos tener el tiempo correcto, la audiencia correcta (en privado o en público), una declaración equilibrada y discreta, pero ¿cuánto realmente decimos a la gente sobre la verdad emocional de la situación?

¿Cuestión de Realidad Emocional – ¿Por qué No Disimular Hasta el Final?

¿Algún fingimiento no es un normal y hasta una parte esencial de la vida? ¿Y que sobre la gente que está en papeles sociales obligados como un arzobispo o alcalde donde se requiere un grado alto del control emocional? ¿Realmente quiere usted a un policía emocionalmente honesto durante una crisis? ¿No se supone que estemos alegres, entonces cuán equivocados la falsificación un poco del entusiasmo?

Los cristianos no expresan emociones por el simple manejo de la impresión, o por una catarsis personal so pretexto de la autenticidad. Las emociones son expresadas para la gloria de Dios, para la edificación de Su gente y o el amor al prójimo. Así un policía en una crisis no expresa sus sentimientos, sino que mantendrá un buen control emocional y un comportamiento profesional pues este es el correcto y más edificante curso de acción en una crisis. Al contrario de algunos libros modernos de psicología esto no es represión. De hecho este es un manejo responsable emocional Cristiano. Esto no es fingimiento; es autocontrol.

El fingimiento ocurre cuando usted pretende experimentar una emoción que realmente no tiene dentro de usted. El autocontrol es cuando usted trae una emoción verdadera y existente en línea

con la voluntad de Dios. Disimular hasta el final solo produce actores buenos e hipócritas hábiles. La emoción falsa termina por engañar a la gente y erosionar nuestra moral. No podemos mentir sobre nuestro estado emocional sin mentir sobre nosotros mismos y el peligro ocurre cuando creemos la mentira y perdemos contacto con nosotros mismos para siempre. Por otra parte, ¿No deberíamos estar tan enamorados “de la sinceridad total” que contestamos a la pregunta “¿Cómo está usted?” ¡con una lista de infortunios y quejas!

Nuestras emociones deberían ser verdaderas y no falsas pero ellas también deben ser adecuadas y edificantes. Debemos expresar emociones verdaderas que son moduladas por las circunstancias, el tiempo y las necesidades de la situación. Pensamos antes de ser emotivos. Nuestra meta es edificar, ser apropiados, e inyectar aquellos sentimientos a la situación que animan, elevan o consuelan. Equilibramos la verdad con la gracia, trayendo a ambos a la situación. Jesús no dejó de expresar la emoción, Sus emociones eran verdaderas y auténticas y espirituales. Había una verdad sólida y apropiada sobre ellos. Aún ellos comunicaron la gracia y encajaron el momento perfectamente.

Entonces nunca deberíamos falsificar una emoción a menos que usted sea realmente un actor. La emoción cristiana debe ser verdadera, pero también debe tener dominio propio. La emoción expresada debería encajar las circunstancias, y esto debería edificar a otros. Si estoy tan enojado que parece que hiervo no gano nada “siendo honesto”. Estoy mucho mejor manteniendo el dominio propio. Pero tampoco debería simular felicidad a fin de disfrazar mi cólera. Esto termina por ser auto reformativo y una mentira. ¡Dios se auto revela pero Él también auto oculta! Él revela la verdad sobre Él, un poco a la vez, a medida que podemos manejarla y enfrentarla. Él no revela todo inmediatamente. Del mismo modo, tenemos que revelar la verdad sobre nosotros, entonces no podemos fingir emocionalmente, pero tenemos que aplicar la verdad a lo que los otros pueden aguantar.

Conclusión

En este capítulo hemos visto que hay un tiempo apropiado para cada emoción y que este es “tiempo evento” no un tiempo de reloj. También vimos que las emociones tienen una intensidad apropiada que depende de la persona – ser fuerte con el fuerte y débil con el débil. Las emociones tienen su audiencia apropiada y las emociones privadas pertenecen a un lugar privado. También hemos visto un poco sobre como equilibrar las emociones en nuestro manera de hablar y como expresarlos sabia y sinceramente para la gloria de Dios y la edificación de otros. Mucho más sobre la expresión emocional apropiada puede ser aprendido observando a gente de integridad en su propia cultura y alrededores Observe como ellos manejan las situaciones y como los equilibrios delicados son conseguidos, lo que es dicho y lo que es excluido, como ellos animan y como ellos corrigen y como ellos llevan la imagen de Jesús en su comportamiento. El capítulo final será sobre el amor. ¿Después de todo no es el amor a lo que apuntamos cuando expresamos nuestras emociones?

Preguntas de Discusión

1. Lea Eclesiastés 3:1-11, ¿qué le dice sobre el tiempo de la expresión emocional?
2. ¿Cuán fuertes deberíamos ser con la gente? ¿Qué piensa que es ser fuerte con el fuerte y débil con el débil? ¿Ha estado alguna vez usted en una situación como Elí dónde usted ha realizado que usted ha tenido que cambiar su modo de acercamiento?
3. ¿Cuán abiertamente podemos compartir nuestras emociones? ¿Qué emociones son mejor guardadas privadas?

5. “Que todo sea hecho para la edificación de otros. ¿” Cómo afecta este principio el modo que nos comunicamos personalmente? ¿Cómo afecta este principio la manera de comunicarnos en la iglesia?
6. Enumere algunas formas en las que los malentendidos pueden causar problemas grandes. ¿Cómo puede usar la técnica de “luz y sombra” para evitarlos? Use la técnica de luz y sombra para abordar el siguiente problema “Algunos buenos pero bastante activos adolescentes se sientan en la parte de atrás la iglesia, se dan codazos el uno al otro y son un poco juguetones durante los servicios aunque no de un modo malo. Algunos miembros de la iglesia se sienten ofendidos por esto y han venido exigiendo que se haga algo. Usted tiene que decir algo a ambos grupos aquí. ¿Qué diría usted y cómo lo diría?
6. ¿Deberíamos disimular hasta el final? ¿Por qué no?

El Amor Es Una Cosa Esplendorosa

(Efesios 3:19 SRV) Y conocer el amor de Cristo, que excede á todo conocimiento, para que seáis llenos de toda la plenitud de Dios.

Efesios 3:19, es mi verso de Biblia favorito. Nunca deja de hacerme suspirar en temor y maravilla, sobre todo la última frase “para que seáis llenos de toda la plenitud de Dios”. Según San Pablo usted y yo podemos estar llenos de toda la plenitud de Dios. Es absolutamente alucinante. Si este verso no estuviera en la Escritura yo lo habría llamado herejía y nunca me habría atrevido a inventarlo. Es demasiado, y no puedo absorberlo totalmente. Dios quiere que seamos como Jesús que era la plenitud de Deidad en la forma corporal (Colosenses 2:9). Nosotros participamos de esta clase de plenitud y debemos crecer en todos los aspectos y parecemos a El.

Digo que nosotros podemos participar de la plenitud de Dios y estar llenos de ella. No estoy diciendo podemos hacernos Dios. No seremos “Él que se sienta en el trono”. Seremos estos que agitamos ramas de palma y tenemos trajes blancos cantando Aleluya en el Cielo. Independientemente de lo que signifique ser lleno de toda la plenitud de Dios, esto no nos convierte en un objeto de adoración, o nos hace el Creador y sostenedor del Universo. Ser lleno de la plenitud de Dios es compartir una naturaleza, y es lo que los teólogos llaman “participando en los atributos comunicables de Dios”. Los atributos incommunicables como ‘*el omni's*’ pertenecen a Dios solo.

Esta promesa de que por amor podemos estar llenos de la plenitud de Dios es una maravillosa promesa hecha en medio de una maravillosa oración. Veamos la oración que hace Pablo y pongámosla en el contexto apropiado.

(Efesios 3:14-21 SRV) Por esta causa doblo mis rodillas al Padre de nuestro Señor Jesucristo, (15) Del cual es nombrada toda la parentela en los cielos y en la tierra, (16) Que os dé, conforme á las riquezas de su gloria, el ser corroborados con potencia en el hombre interior por su Espíritu. (17) Que habite Cristo por la fe en vuestros corazones; para que, arraigados y fundados en amor, (18) Podáis bien comprender con todos los santos cuál sea la anchura y la longitud y la profundidad y la altura, (19) Y conocer el amor de Cristo, que excede á todo conocimiento, para que seáis llenos de toda la plenitud de Dios. (20) Y á Aquel que es poderoso para hacer todas las cosas mucho más abundantemente de lo que pedimos ó entendemos, por la potencia que obra en nosotros, (21) A él sea gloria en la iglesia por Cristo Jesús, por todas edades del siglo de los siglos. Amén.

Hay una sucesión de ideas y “etapas espirituales” aquí, cada una de las cuales conduce a la siguiente crea el fundamento para el siguiente:

- 1) Somos fortalecidos con poder por Su Espíritu en el ser interior.
- 2) Este conduce a que Cristo more en nuestros corazones por la fe.
- 3) Entonces somos arraigados y cimentados en amor.
- 4) Entendemos con todos los santos la grandeza del amor de Cristo
- 5) Para que podamos ser llenos de toda la plenitud de Dios.

Los otros capítulos de este libro han tratado con la etapa uno – ser fortalecidos en nuestro ser interior y lograr el dominio personal. Ellos también han tratado con la etapa dos y siendo enfocado firmemente en Cristo para que el more en nuestro corazón por fe y que experimentemos vida y paz. Entonces en los últimos capítulos hemos comenzado a explorar la etapa tres y hemos aprendido un poco sobre ser basado en un estilo de vida de amor donde nos expresemos de maneras edificantes.

En este último capítulo intentaré y le llevare a través de las últimas tres etapas – ser arraigados y fomentados en amor, entendiendo de la grandeza del amor de Cristo y siendo llenos de toda la

plenitud de Dios. Todas las tres etapas finales implican el misterio llamado amor. La práctica y la experiencia de amor, nos conduce a la plenitud de Dios. Las alturas de vida espiritual tratan sobre perfeccionar nuestra capacidad de amar a Dios y amarnos el uno al otro. El amor es el fin del Inteligencia Emocional Bíblica. El uso final de nuestras emociones es el amor de Dios expresado en la adoración y este el uso que se les dará en el Cielo. El estado final de nuestras emociones es el amor puro. El tono mas elevado de nuestras emociones consiste en amar a nuestros enemigos.

(Mateo 5:43-48 SRV) Oísteis que fué dicho: Amarás á tu prójimo, y aborrecerás á tu enemigo. (44) Mas yo os digo: Amad á vuestros enemigos, bendecid á los que os maldicen, haced bien á los que os aborrecen, y orad por los que os ultrajan y os persiguen; (45) Para que seáis hijos de vuestro Padre que está en los cielos: que hace que su sol salga sobre malos y buenos, y llueve sobre justos é injustos. (46) Porque si amareis á los que os aman, ¿qué recompensa tendréis? ¿no hacen también lo mismo los publicanos? (47) Y si abrazareis á vuestros hermanos solamente, ¿qué hacéis de más? ¿no hacen también así los Gentiles? (48) Sed, pues, vosotros perfectos, como vuestro Padre que está en los cielos es perfecto.

Si amamos a nuestros enemigos alcanzamos la perfección espiritual. El amar a nuestros enemigos y bendecir a los que nos blasfeman nos hace hijos de nuestro Padre en el cielo (Mateo 5:43-45). En el verso 48, la aparentemente absurda orden de Jesús es “Sed, pues vosotros perfectos, como nuestro Padre que está en los cielos es perfecto”. Esto es tan 'ridículo' como decir que podemos ser llenos con toda la plenitud de Dios. Las dos declaraciones que son aparentemente absurdas, están por supuesto relacionadas. El amor nos conduce a la plenitud de Dios, y el amor a nuestros enemigos nos hace ser perfectos como nuestro Padre en el cielo. Ambas perfecciones son alcanzadas por medio del amor. Dios desea que moremos en el amor perfecto donde podemos amar al amigo y al enemigo igualmente.

El camino a la perfección espiritual es el camino de amar a nuestros enemigos, venciendo nuestra reacción de luchar o escapar, ejerciendo nuestras habilidades de Inteligencia Emocional bíblicas y morando en una benevolencia perfecta hacia todos, libres de animosidad, odio, venganza y de los impulsos rencorosos de la carne. Esto es terreno elevado en efecto. {Permíteme rápidamente añadir que cuando dije antes en el libro, que la Inteligencia Emocional Bíblica es sólo parte de nuestra santificación y una porción de la obra de Dios en nosotros, sin embargo pienso que es una parte importante.}

El amor es por supuesto la realización de la ley, la perfección de lo que llamo Inteligencia Emocional Bíblica y un gran Atributo de la naturaleza que se asemeja a Cristo. Todo Cristiano está de acuerdo con esto. Su parte de lo que los americanos llaman “maternidad y pastel de manzana”. Una declaración sentimental que hace todos nosotros sentirse cómodos y con la que nadie se atreve a discrepar, pero que aparentemente tiene poco impacto real o valor práctico. En la mayor parte de los Estudios Bíblicos muchos de los presentes pueden decir que el amor es bueno y que cumple la ley y deberíamos amar mas, y que el Buen Samaritano era muy agradable y un maravilloso ejemplo, y deberíamos amar todos a Dios y a nuestros vecinos y esto significa a cada uno en particular, Amén. Entonces no voy a decir nada de eso. Usted ya lo sabe. Voy a hacer unas preguntas difíciles como “¿Por qué no sabemos amarnos muy bien, o por qué aun somos principalmente egoístas y sólo amamos un poquito?” y “Pablo habla sobre el amor de Dios siendo derramado en nuestros corazones y que este amor nos transforma de la gloria en la gloria hasta hacernos perfectos y llenarnos de la plenitud de Dios. ¿Bromeaba? ¿Es esto habladuría teológica? ¿O es ello verdad? Y si es real ¿como podemos asiros de ello?” Estos son algunas de las preguntas de la vida cristiana y este libro trata sobre esta clase de preguntas, especialmente cuando estas se cruzan con nuestra vida emocional. Pero primero una definición de amor:

El amor es un estilo de vida legal y práctico, que exteriorizamos del Cristo en nosotros, en una común y benevolente comunión con Dios y con otros.

El amor es legal. Se alegra en la verdad y no toma ningún placer en el mal. (1 Corintios 13:6) el verdadero seguidor de Dios en el A.T. era alguien que “me ama y guarda Mis mandamientos” (Éxodo 20:6, Deuteronomio 5:10). En el N.T. el amor es demostrado en guardar los mandamientos de Jesucristo. (Juan 14:15, 21; 15:10 1 Juan 5:3) En 2 Juan el amor es definido por la obediencia: “este es el amor, que andemos según Sus mandamientos” (2 Juan 1:6). Así el amor no es una especie de sentimentalismo inconformista que puede cabalgar sobre las leyes y hacer lo que le agrada al ir en búsqueda de la una gran pasión. El amor es la naturaleza de Dios en obra y Dios es legal y santo entonces el amor también es legal.

El amor es práctico. Como vimos en los capítulos sobre creencias nuestras emociones se supone que nos muevan a la acción cristiana. La fe que obra por el amor debería movernos a hacer las buenas obras que Dios ha dispuesto de antemano para nosotros (Efesios 2:8-10, Gálatas 5:6). La parábola del Buen Samaritano (Lucas 10; 29-37) nos muestra que amar a nuestros vecinos a menudo implica una acción práctica. Este es sostenido en pasajes innumerables de las Escrituras siendo el más notable los capítulos 2 y 3 de Santiago y en 1 Juan, en particular 1 Juan 3:16-18.

(1Juan 3:16-19 SRV) En esto hemos conocido el amor, porque él puso su vida por nosotros: también nosotros debemos poner nuestras vidas por los hermanos. (17) Mas el que tuviere bienes de este mundo, y viere á su hermano tener necesidad, y le cerrare sus entrañas, ¿cómo está el amor de Dios en él? (18) Hijitos míos, no amemos de palabra ni de lengua, sino de obra y en verdad. (19) Y en esto conocemos que somos de la verdad, y tenemos nuestros corazones certificados delante de él.

La ayuda práctica específica con la que debemos amar a nuestros enemigos la encontramos en el libro de Romanos. (Romanos 12:20-21 SRV) Así que, si tu enemigo tuviere hambre, dale de comer; si tuviere sed, dale de beber: que haciendo esto, ascuas de fuego amontonas sobre su cabeza. (21) No seas vencido de lo malo; mas vence con el bien el mal.

Así que el amor no es una mera emoción que está separada de la acción. No es un sentimiento que “podemos tener en nuestros corazones” sin practicarlo. El amor nos mueve a lección. La fe que trabaja por el amor nos mueve a hacer cosas de una naturaleza práctica.

El amor es un estilo de vida. (Efesios 5:1-2 SRV) Sed, pues, imitadores de Dios como hijos amados: (2) Y andad en amor, como también Cristo nos amó, y se entregó á sí mismo por nosotros, ofrenda y sacrificio á Dios en olor suave.

“Andar en amor” significa que sea nuestro estilo de vida. Este estilo de vida es reflejado en Hechos capítulos 2-7 donde se muestra a la iglesia temprana viviendo en amor, ayudando a viudas, curando el enfermo, predicando el evangelio, obedeciendo los mandamientos y soportando la persecución en un espíritu noble y perdonador. El estilo de vida de la iglesia temprana era uno de adoración constante, compañerismo constante, unidad de alma y espíritu y un deseo increíble de suplir las necesidades del otro (Hechos 4:31-37).. Era un estilo de vida de amor, motivado por el Espíritu Santo y dirigido por los apóstoles. Esta clase de estilo de vida es llamada “andar en amor” en 1 Juan y significa morar de día a día en amor hasta que totalmente caracterice nuestra vida. El amor al que somos llamados, que nos perfecciona, no es un impulso ocasional del afecto. Nadie puede ser formado a la plenitud de Dios por un impulso ocasional de afecto. Andar en amor, en el que podamos caminar a diario y que nos transforme, no es tibio sentimiento que siente cantando canciones de las Escrituras, aunque esté ligeramente relacionado. El verdadero amor es mucho más sólido y verdadero y ético y práctico que esto. Continuemos a ver si podemos entender como es este estilo de vida de amor perdurable y transformador.

El amor es exteriorizado por Cristo en nosotros. El Amor es una cosa de Jesús. El amor es lo que el Jesús en nosotros quiere hacer. El amor fluye de Cristo dentro en nosotros. El hombre natural no puede llegar a esta clase del amor, el amor que se preocupa por los enemigos, que está establecido en los mandamientos de Dios y nos hace ser la plenitud de Dios. Si el hombre natural pudiera hacer esto, entonces Dios habría guardado a Jesús en el cielo. Si el hombre natural fuera capaz de hacerse como Dios entonces no hay ninguna necesidad de una cruz, una resurrección, un Espíritu Santo en nosotros y una nueva naturaleza. Así que si necesitamos una nueva naturaleza para amar, entonces la vieja naturaleza es inútil y la Ley es inútil. El cuidado de ley no nos hace amar sólo nos hace sentir derrotados y condenados porque somos débiles y la carne siempre gana (Romanos 5-8, Gálatas 3 y 4). A lo más, la Ley es un tutor santo, y honrado y bueno que trae la convicción del pecado y nos conduce al arrepentimiento. El hombre natural bajo la tutela de la santa, justa y honrada ley sólo terminó en un gran lío. La carne corrió desenfrenada. Dios fue bloqueado. Entonces Dios instituyó un nuevo pacto, en Cristo, donde la ley es escrita en nuestros corazones por el Espíritu Santo y la vida cristiana es vivida de adentro hacia fuera, no de la ley de los libros.

¡Escuche! Usted sólo puede vivir la vida cristiana de una manera – desde Jesús en usted, hacia otros y el mundo. El amor no es un sentimiento que entra en usted. El es agua viva que se derrama de lo más íntimo de tu ser porque Cristo mora en nuestros corazones por la fe. ¡Escuchen! ¡ Escuchen! ¡ Escuchen! Cristo en usted ES la esperanza de gloria. La única esperanza, la única esperanza sólida, Él es todo que usted tiene en la lucha contra el pecado y la búsqueda de un carácter piadoso. Su fuerza, intelecto, inteligencia, fuerza de voluntad y cuidado de las normas no pueden prevalecer. Ellos no son “una esperanza de la gloria”. Ellos son un fracaso cierto y atormentador. ¡Es Dios que está obrando dentro de usted! Deje al nuevo hombre vivir la nueva vida. Deje a Jesús en usted amar a otros a través de usted.

¿Pero cómo? Esta fue mi pregunta por años cuando la gente hablaba de vivir la nueva vida de Cristo en nosotros. ¿Cómo nos ponemos en contacto con Cristo en nosotros y como “lo hacemos”? Esto sólo me pareció mucha teoría, una esperanza que no había ningún modo de asirla. Pero la iglesia temprana conocía realmente este amor. Funcionó para ellos y puede funcionar para nosotros. El secreto es la unión. Forjar la unión con Dios y con otros, y mantener esta unión como si su vida dependiera de ello, que de hecho así es, y Cristo fluirá de lo más íntimo de su ser. Sin conexión, no hay fluir, unión profunda, fluir profundo. Veamos esto con más detalle.

El amor implica una común y benévola unión con Dios

(1Corintios 6:17 SRV) Empero el que se junta con el Señor, un espíritu es.

Muchos teóricos de orientación exploran ahora el poder transformador del amor cuando este fluye en una conexión personal directa hacia Dios y hacia otros. Nuestra individualidad egoísta nos ha pervertido. Para demasiado tiempo hemos querido recetas de conserjería que podemos trabajar solos sin necesidad exponernos a Dios o al hombre. Descubrimos que Dios ha diseñado Su mundo para estar en primer lugar relacionado con El y luego el uno con el otro en una enorme cascada de amor. Respecto a esto recomiendo el trabajo reciente de Larry Crabb y su libro *Conexión (“Connecting”)*. También recomiendo el trabajo de doctor Ed Smith en “*Theophostics*”. Éstos son sólo dos personas en un vasto y creciente movimiento que trata de explorar los aspectos transformacionales de la relación con Dios y otros. No somos islas, somos personas y las personas necesitan la unión. Esta unión es una parte vital de nuestro Inteligencia Emocional y una llave a la madurez en Cristo.

(Efesios 3:19 SRV) Y conocer el amor de Cristo, que excede á todo conocimiento, para que seáis llenos de toda la plenitud de Dios.

Conocer el amor es vital. Es la unión que transforma. Es conocer a Cristo y el grado de Su amor, que nos madura. Es experimentar esa relación, y ser arraigado y cimentado en amor, que nos estabiliza. Comencé mi vida cristiana creyendo que yo debía estar “bien basado en las Escrituras” y esto era bueno y provechoso. Sin embargo fue mas adelante que vi la necesidad de estar arraigado y cimentado en amor y en Cristo. Usted y yo somos cimentados en una relación personal con nuestro Salvador. Ahora, aun si mi Biblia fuera confiscada yo todavía tendría fundamento solidó en mi relación con Dios. Las Escrituras se han contribuido enormemente en esta relación, por supuesto. Sin embargo me relaciono con una Persona no con un grupo de Escrituras o aún con un grupo de doctrinas elegantes. Ahora, el Espíritu de Dios en mí, y Su unión personal a mí, que me lleva de gloria en gloria.

(2 Corintios 3:17-18 SRV) Porque el Señor es el Espíritu; y donde hay el Espíritu del Señor, allí hay libertad. (18) Por tanto, nosotros todos, mirando á cara descubierta como en un espejo la gloria del Señor, somos transformados de gloria en gloria en la misma semejanza, como por el Espíritu del Señor.

Los Judíos tenían el Torah pero nosotros tenemos a Cristo y con caras descubiertas lo contemplamos y por el poder del Espíritu somos transformados, arraigados y cimentados y perfeccionados en amor, y vamos de la gloria en gloria hasta que alcancemos la plenitud de Dios.

La unión es todo y por medio de ella recibimos el amor que realmente nos cambia. Dios es nuestra mayor y única verdadera necesidad. No tenemos que continuar comiendo, o trabajando o respirando, pero si necesitamos que permanecer en conexión con Dios. Establecemos esta unión en nuestra conversión cuando nos arrepentimos del pecado y colocamos nuestra fe en Cristo. Mantenemos nuestra unión al poner nuestras mentes en el Espíritu, en las cosas de arriba, en Cristo y los intereses de Dios. Tenemos que hacer un compromiso claro y definido de fijar nuestras mentes en el lugar correcto. Esto es lo único que podemos hacer para mantener la conexión. La mente es la única parte de nuestra conciencia que podemos controlar. Fijándola en Dios por medio de la oración, meditación y amor concentrado en el Espíritu es todo lo que puedo hacer humanamente para mantener mi eslabón de transformación con Dios.

Por medio la obra transformadora funciona esta conexión en mí y gano dominio sobre la respuesta de pelear o escapar, sobre la carne y todos los impulsos incorrectos que esto contiene. Por medio de esta conexión encuentro el poder para ser obediente y obedezco, en el Espíritu, no según la letra. Con el tiempo el Espíritu produce Su fruto en mí y cargo amor, gozo y la paz y me hago humilde, manso, paciente, gentil, amable y lleno del autocontrol. Comienzo a amar a mis enemigos y a orar por aquellos que me persiguen. Tengo la fuerza en mi interior para no responder. Entonces soy cimentado en amor y mi mundo cambia de ser egocéntrico a Dios-céntrico y sirviendo a los demás. Comienzo a comunicarme con gracia y ministrando con eficacia y entendiendo la altura y la profundidad y la anchura y la longitud del amor de Dios hasta que, de aquí a muchos años, sea lleno con toda la plenitud de Dios.

Esta unión parece horriblemente frágil al principio y el Diablo hace lo mejor para romperla. Él lo ataca con duda, confusión, distracción, lujuria, y cada ataque espiritual que él pueda manejar. La primera parte de este libro se dirige a estas preocupaciones y está claro que podemos dañar nuestra conexión con el pecado y la carnalidad. Ahora vamos lo que las Escrituras dicen sobre la naturaleza de nuestra unión con Dios. Cuando usted lea las Escrituras debajo notará: el a) Lo que Dios ha hecho para establecer la unión con nosotros, y la naturaleza de esta unión. el b) Lo que debemos hacer para mantener la unión, c) Como nuestra unión con Dios también significa la unión con otros Cristianos.

(Romanos 5:1-5 SRV) **Justificados pues por la fe**, tenemos **paz para con Dios** por medio de nuestro Señor Jesucristo: (2) Por el cual también tenemos **entrada por la fe á esta gracia en la cual estamos firmes**, y nos gloriamos en la esperanza de la gloria de Dios. (3) Y no sólo esto, mas aun nos gloriamos en las tribulaciones, sabiendo que la tribulación produce paciencia; (4) Y la paciencia, prueba; y la prueba, esperanza; (5) Y la esperanza no avergüenza; porque **el amor de Dios está derramado en nuestros corazones por el Espíritu Santo que nos es dado**.

(1Corintios 6:17 SRV) Empero el que se junta con el Señor, un espíritu es.

(1Corintios 15:2 SRV) Por el cual asimismo, **si retenéis la palabra** que os he predicado, sois salvos, si no creísteis en vano.

(2Corintios 5:20 SRV) Así que, somos embajadores en nombre de Cristo, como si Dios rogase por medio nuestro; os rogamos en nombre de Cristo: **Reconciliaos con Dios**.

(Efesios 2:13-22 SRV) Mas ahora en Cristo Jesús, vosotros que en otro tiempo estabais lejos, **habéis sido hechos cercanos por la sangre de Cristo**. (14) Porque él es nuestra paz, que de ambos hizo uno, derribando la pared intermedia de separación; (15) Dirimiendo en su carne las enemistades, la ley de los mandamientos en orden á ritos, para edificar en sí mismo los dos en un nuevo hombre, haciendo la paz, (16) Y **reconciliar por la cruz con Dios á ambos** en un mismo cuerpo, **matando en ella las enemistades**. (17) Y vino, y **anunció la paz** á vosotros que estabais lejos, y á los que estaban cerca: (18) Que por él los unos y los otros tenemos **entrada por un mismo Espíritu al Padre**. (19) Así que ya no sois extranjeros ni advenedizos, sino juntamente **ciudadanos con los santos, y domésticos de Dios**; (20) Edificados sobre el fundamento de los apóstoles y profetas, siendo la principal piedra del ángulo Jesucristo mismo; (21) En el cual, compaginado todo el edificio, va creciendo para ser **un templo santo** en el Señor: (22) En el cual vosotros también sois **juntamente edificados, para morada de Dios en Espíritu**.

(Colosenses 2:17-19 SRV) Lo cual es la sombra de lo por venir; mas el cuerpo es de Cristo. (18) Nadie os prive de vuestro premio, afectando humildad y culto á los ángeles, metiéndose en lo que no ha visto, vanamente hinchado en el sentido de su propia carne, (19) Y no **teniendo la cabeza**, de la cual todo el cuerpo, alimentado y conjunto por las ligaduras y conjunturas, crece en aumento de Dios.

(1Timoteo 6:10-12 SRV) Porque el amor del dinero es la raíz de todos los males: el cual codiciando algunos, se descaminaron de la fe, y fueron traspasados de muchos dolores. (11) Mas tú, oh hombre de Dios, huye de estas cosas, y sigue la justicia, la piedad, la fe, la caridad, la paciencia, la mansedumbre. (12) Pelea la buena batalla de la fe, **echa mano de la vida eterna**, á la cual asimismo eres llamado, habiendo hecho buena profesión delante de muchos testigos.

(Santiago 4:8 SRV) **Allegaos á Dios**, y él se allegará á vosotros. Pecadores, limpiad las manos; y vosotros de doblado ánimo, purificad los corazones.

(Apocalipsis 2:13 SRV) Yo sé tus obras, y dónde moras, donde está la silla de Satanás; y **retienes mi nombre**, y **no has negado mi fe**, aun en los días en que fué Antipas mi testigo fiel, el cual ha sido muerto entre vosotros, donde Satanás mora.

Dios ha hecho un trabajo preparatorio enorme. Él nos ha acercado por medio de la sangre de Cristo, que nos limpia del pecado y permite que nos acerquemos al trono de gracia en el tiempo de la necesidad (Hebreos 4:14-16). Tenemos el acceso al Padre por el Espíritu y este acceso es tan íntimo que Pablo dice que estamos unidos con el Señor y somos un espíritu con Él (1 Corintios 6:17). Estamos en paz con Dios (Romanos 5:1-5) y el amor de Dios es derramado en nuestros corazones por el Espíritu Santo, quien nos es dado. Pero, como vimos antes nosotros podemos causar pena, apagar y resistir al Espíritu por medio del pecado. Mantener la unión significa el mantener una buena relación con el Espíritu Santo quién es nuestro acceso a Dios (Efesios 2:18). Para mantener esta conexión abierta de par en par y acercarnos a Dios debemos purificar nuestros corazones si somos de doble ánimo y dejar el pecado (Santiago 4:8). También tenemos que tratar con la espiritualidad especulativa que puede desconectarnos de la Cabeza que es Cristo (Colosenses 2:19). Tenemos que huir de la avaricia y la mundanería y el amor al dinero y perseguir la virtud como hizo Timoteo de modo que podamos echar mano de la vida eterna (1 Timoteo 6:10-12). El mantener nuestra conexión fuerte puede implicar un poco de esfuerzo vigoroso, en medio de la persecución debemos sostener y no negar la fe, una prescripción que aparece en varias oraciones en las cartas a las siete iglesias (Apocalipsis 2:13).

Lo que hacemos con todo esto no es inventar una nueva ley, sino mantener una ya existente relación con Dios por medio de la fe, según Su gracia. Nuestra relación comenzó con una conexión de fe con Dios y se mantiene guardando aquella unión de fe en buenas condiciones de modo que pueda decirse que la vida cristiana es “de fe en fe”.

(Romanos 1:17 SRV) Porque en él la justicia de Dios se descubre de fe en fe; como está escrito: Mas el justo vivirá por la fe.

Ahora la conexión de fe se guarda en buenas condiciones al amar intensamente a Dios, y fijando nuestras mentes Él para que Su Espíritu puede tocar nuestra conciencia, que está absolutamente estancada en las cosas de arriba. Cristo en mí quiere enfocar totalmente Su atención en el Padre y las cosas del Espíritu, pero por la razón que sea en la manera que Dios ha hecho las cosas, esto requiere que mi mente esté puesta en cosas de arriba. Hay un acto de mi voluntad antes que Cristo pueda unirse totalmente. Así como el Padre se comunica con Su Hijo en mí, por el Espíritu que nos da el acceso al Padre, experimento la gracia y soy transformado.

Esta gracia requiere mi fe. Yo debo confiar en Dios y confiar en Su palabra y lanzarme y descansar en Él. Al acercarme a Dios por la fe me alejaré naturalmente del pecado. Si quiero quedarme cerca del pecado, es muy difícil acercarme a Dios. La fe significa confiar que Dios es galardonador de aquellos que lo buscan. La fe es el cálculo pragmático interior de que los beneficios que recibo por mi unión con Dios son mucho mejor que los beneficios que pienso que recibiré por el pecado. Esto es una decisión de que la palabra de Dios es confiable, y que la recompensa que Él prometió llegará, y que Dios es totalmente confiable. Dios me da una clave de que esto es así por medio del Espíritu Santo, que es la garantía de la herencia venidera. Cuando tomo esta decisión definitiva, y firme decisión de buscar mi bienestar en Dios y no en el pecado la vida de Cristo dentro de mí es totalmente liberada.

Esto es “mantener”. No quiero decir que usted tiene que mantenerse o se caerá. No es que clase de sostenimiento. Usted no está en una relación precaria con un Creador enojado. Usted está de pie perdonado en el amor de Dios. El problema es "yo", no Dios, soy yo quien rompe la unión no Él. Mantengo la conexión para no desconectarme de la Cabeza o dar pena al Espíritu Santo que se derrama en mi corazón.

Veámoslo de otra manera. La relación con Dios es la roca sólida de su parte. No tengo que hacer nada para complacerlo. Soy justificado solo por la fe y no por cualquier obra de la ley. Soy seguro en la gracia. Es como un matrimonio aquí en las Filipinas donde no hay ninguna posibilidad de divorcio. Usted puede pecar todo lo que quiera en ese matrimonio y teóricamente y legalmente nunca se romperá. Es sólido. Pero amo a mi esposa y valoro nuestra relación y no tengo ningún deseo de causarle pena, entonces no pecho contra ella. De manera similar estoy seguro con Dios, y legalmente hablándola relación es sólida, puedo pecar mucho y de todos modos Él será fiel aunque yo sea desleal (2 Timoteo 2:13). Pero si yo hiciera esto la relación de amor ágape estaría en pedazos. No tengo ningún deseo de causarle pena a El, entonces decido no pecar, no porque “tengo” que evitarlo para entrar en el cielo, sino porque quiero a fin de conocerlo más y porque quiero ser transformado por Su amor derramado en mi corazón por el Espíritu Santo. Me he decidido por la plenitud de una vida Parecida a la de Cristo. Sin embargo el pecado le causa pena. El pecado es perjudicial para nuestra relación, entonces se debe ir. No lo quiero.

¿Qué incentivo tengo para tomar esta decisión tan fuerte? ¿Y qué tiene que ver con amor, que después de todo es el tema de este capítulo? Este amor en el que vivimos y caminamos, y que penetra cada parte de nuestro ser, es el camino real a los niveles más elevados de la vida cristiana y el fundamento de todo lo que usted y yo heredaremos en Cristo.

Cuando amamos, cumplimos la Ley (Romanos 13:10), nos hacemos imitadores de Dios (Efesios 5:1,2), y perfectos como nuestro Padre celestial es perfecto (Mateo 5:43-48), obtenemos toda la plenitud de Dios (Efesios 3:19), y moramos en Dios y Él mora en nosotros (1 Juan 4:16), y somos hechos a su imagen (1 Juan 3:1-3) y compartimos aspectos claves de Su naturaleza, entonces el apóstol puede decir “como Él es, somos”. (1 Juan 4:17). Esto no es la herejía esto es la Escritura. Dios quiere que seamos parecidos a Jesús, en cada aspecto y que seamos llenos de amor. Es decir debemos ser espirituales, eternos, amorosos, sabios y maduros como Jesús es. Somos los redimidos (Apocalipsis 5:8-10). Somos el tizón arrebatado del fuego (Zacarías 3). Somos estos vestidos de ropas blancas de pie ante el trono de Dios, y cuando estemos de pie allí realizaremos que nos parecemos a Él (1 Juan 3:1-3). Nuestro destino es llevar su imagen (Romanos 8:28-31) y seremos eternos, e inmortales, y vestidos de un cuerpo espiritual, (1 Corintios 15: 42-54). No pareceremos tanto a Él que Jesús no estará avergonzado de llamarnos hermanos (Hebreos 2:11-17). Dios ha hecho algo magnífico en nosotros por la gracia, y nos sentó en lugares celestiales con él, para que en los años sucesivos puedan maravillarse (Efesios 2:4-7). La herencia que quiero es ser tan transformado por el amor ardiente de Dios derramado en mi corazón que sea hecho completamente como Jesús Cristo. Esto es algo valioso en lo que podemos enfocarnos, y hace que dejar el pecado valga la pena.

El amor implica unirse con otros

En este punto algunos de ustedes dicen probablemente algo como “John, pensé que este iba a ser un libro maravilloso, práctico, pero usted va y lo arruina al final con toda esa teología”. ¡Ajá! Este es el punto, yo podría haberlo dejado como un 'maravilloso libro sobre como – hacerlo' y usted podría haber tratado de ponerlo en práctica con su propia fuerza. Y usted habría hecho lo que siempre ha hecho y conseguido los mismos resultados. A menos que usted aprenda a dar un toque al poder de Jesús que esta dentro de usted, este libro sólo será de poca utilidad. Sin embargo, si usted consigue que esta conexión comience y el poder de Dios está obrando dentro de usted y usted se enfoca en la redención de sus emociones entonces usted puede parecerse a Jesús y amar a la gente – entonces, ¿sabe qué? Usted avanzará diez veces mas el progreso.

Ahora regresemos a nuestra definición del amor: el Amor es un estilo de vida legal y práctico, que vivimos de Cristo en nosotros, en una unión benévola y común con Dios y con otros. ¿Qué es el "y con otros"? ¿Qué es tan especial sobre la iglesia temprana? ¿Cómo es que la gente se amaban el uno al otro? ¿Cómo es que mi iglesia es fría y muerta y egoísta? Volviendo a una de las preguntas con las que comencé este capítulo: ¿“por qué no amamos muy vienen lo absoluto, por qué somos todavía principalmente egoístas?”

El egoísmo viene de gente que cree en la conservación personal, a toda costa, y en ser competitivo. La persona egoísta que empuja en la cola del Cajero Automático es auto-conservadora (de su tiempo) y competitiva (con los demás en turno). El egoísmo causa envidia y ambición egoísta y una larga lista de comportamientos dañinos que causan desorden en iglesias y en las comunidades y que son muy bien descritos en Santiago 3 y Gálatas 5. En contraste directo con esto, el amor a otros fluye al darnos desinteresadamente por medio de la cruz. Veamos un pasaje muy famoso de la Escritura:

(Juan 3:16-18 LBLA) Porque de tal manera amó Dios al mundo, que dio a su Hijo unigénito, para que todo aquel que cree en Él, no se pierda, mas tenga vida eterna. (17) Porque Dios no envió a su Hijo al mundo para juzgar al mundo, sino para que el mundo sea salvo por Él. (18) El que cree en Él no es condenado; pero el que no cree, ya ha sido condenado, porque no ha creído en el nombre del unigénito Hijo de Dios.

Cuando Dios quiso amar el mundo Él no envió un poema. Él no envió un correo electrónico con unas gráficas agradables y una melodía pegajosa. Él envió a Su Hijo, así Él se dio a si mismo.

Cuando amamos a otros enviamos un poco de nosotros a ellos. Cuando Cristo ama a otros por nosotros, Él envía un poco de Él a otros por medio de nosotros. Temprano en mi ministerio recibí una nota muy agradable de una pareja en la iglesia que dijo, entre otras cosas “vemos el amor de Dios brillar a través de usted.” Yo me sentí asombrado y me sentí lleno de humildad. No tuve ni idea que el amor de Dios podría ser visto en mí. Todo que yo podría ver eran mis errores. De alguna manera Jesús se había dado a otros a través de mí. Cuando Pablo dijo, (2 Corintos 4:7 NKJV) Pero tenemos este tesoro en vasos de barro, para que la extraordinaria grandeza del poder sea de Dios y no de nosotros. Así cuando amo a otros establezco una unión y envío un poco de mí mismo a quienes están lo largo de esta conexión, al mismo tiempo Cristo usa aquella unión para enviarse a si mismo a ellos. Dios todavía envía a Su Hijo al mundo – a través de ti y de mi.

Por si acaso piensas que me he vuelto loco y místico, revise las metáforas sobre la Iglesia en la Escritura. Cristo es la Cabeza de la iglesia, que es Su cuerpo, y cuando las partes de su cuerpo aman a una persona Él ama a esa persona. Cuando sostengo la mano de mi esposa, no es sólo mi mano que ama a Minda, soy yo completo, incluso mi cabeza y corazón. De manera similar cuando una parte del cuerpo de Cristo ama a alguien, también Jesús es quien ama a esa persona. Recuerdo que pasé por un tiempo muy oscuro en mi vida una vez, que duró por unos meses. Cada vez que estaba en mi nivel más bajo una habladora amiga aparecería de la nada con un poco de mi comida chatarra favorita y restauraba mi espíritu. Anne era como un ángel. Ella era Cristo ministrando a mi vida. En ella vi y sentí el amor de Dios. Dios envió a Jesús envuelto en Anne. Esta identificación entre Cristo y Su gente es tan cercana que cuándo Jesús se reveló a Saulo en el Camino de Damasco, Él dijo “Saulo, Saulo, ¿por qué me persigues?” y “Yo soy Jesús al que persigues.” Perseguir la iglesia era perseguir a Jesús.

(Hechos 9:4-5 LBLA) y al caer a tierra, oyó una voz que le decía: Saulo, Saulo, ¿por qué me persigues? (5) Y él dijo: ¿Quién eres, Señor? Y El respondió: Yo soy Jesús a quien tú persigues;

Cristo está en Su cuerpo. Donde Su cuerpo va Jesús va, lo que Su cuerpo ama, Jesús lo ama. Lo que Su cuerpo perdona, Jesús lo perdona. (Juan 20:23, Santiago 5:15) Lo que Su cuerpo liga y suelta en la tierra es ligado y soltado en el cielo. (Mateo 18:15-20). Así hay una relación muy íntima entre el amor de Jesús y el amor de Su iglesia. Jesús todavía ama el mundo en el sentido de Juan 3:16, y Jesús quiere amar el mundo, por Su medio de su cuerpo, la iglesia. Él quiere liberar Su increíble amor a Su cuerpo para que ellos por su parte puedan liberarlo al mundo. La iglesia en los primeros capítulos de Hechos era una comunidad llena del amor transformador de Jesús que entonces salió y amó a la gente y cambió al mundo. El trabajo básico de la Iglesia no es la evangelización, es gente que ama. Amarlos hasta la madurez en Cristo. (Efesios 4:11-16)

Bien, ¿por qué son tantas iglesias frías y egoístas o sólo tibios en su amor? Aquí hay mas o menos una docena de motivos que pueden aplicarse:

- 1) Ellos tienen una pequeña idea de la vida centrada en Cristo y llena del Espíritu y están luchando en el legalismo.
- 2) Ellos han perdido la visión o el conocimiento de que la tarea principal de la iglesia es amar a la gente hasta la madurez en Cristo.
- 3) Su concepto del amor es débil y un poco más que “ser agradable con la gente” combinado con raras declaraciones de afecto. Esto carece de realidad o factibilidad.
- 4) Ellos han descendido al comportamiento carnal o al comportamiento mundano y han causado pena al Espíritu.
- 5) Ellos han optado por control y respetabilidad y han apagado el Espíritu.
- 6) Ellos se concentran en las cosas de este mundo como acontecimientos corrientes o política o buenas teorías de orientación más bien que en Cristo.

- 7) Ellos no tienen ningún dominio, ningún foco, ninguna actitud mental disciplinada, ellos no están constantemente relacionados con Cristo, sino que son inestables, y van de aquí para allá por las últimas modas / “vientos de doctrina”.
- 8) Ellos han optado por una teología liberal o tendencias de la Nueva Era y siguen las enseñanzas de hombres, que tienen el aspecto de sabiduría y piedad, pero carecen de cualquier verdadero poder de transformación.
- 9) Ellos están siendo acribillados por la desunión; esto los priva de poder y amor.
- 10) Ellos son espiritualmente perezosos y tardos para oír u optan por la comodidad y evitan la cruz.
- 11) Ellos son económicamente deshonestos como Ananías y Safira.
- 12) Hay gran pecado o inmoralidad en el liderato.

¿Cómo entonces puede la iglesia regresar a un amor ardiente donde ame a Jesús sobre todo y donde nos amamos el uno al otro con el amor ágape basado en el Espíritu de modo que Jesús se de a sí mismo a diario en medio nuestro? ¿Cómo podemos conseguir esta “unión el uno con el otro en el poder de Cristo y el amor del Espíritu Santo”?

- 1) Arreglar cualquiera de las 12 faltas mencionadas.
- 2) Renovar la adoración para que este centrada en Cristo. Dé clases en la vida y el ministerio de Jesús.
- 3) Fije sus mentes en la eternidad y busque la presencia del Espíritu Santo.
- 4) Dar a la gente una visión del verdadero amor bíblico como está descrito en este capítulo y hágalos sediento de ello.
- 5) Siga las instrucciones del Espíritu Santo.
- 6) Engrane en un verdadero, provechoso y práctico ministerio de amor del uno por el otro (vea el excelente libro de Gene Getz los mandamientos del uno con el otro). Ame el uno al otro en hecho y verdad, no sólo de palabra.
- 7) Trate y levante una comunidad de aprendizaje aventurera, llena de fe como es descrita antes en este libro.

Todo que digo es que conecte la Iglesia a Dios, y que ellos puedan liberar a Cristo en ellos y el uno al otro, entonces apártese. En una comunidad cristiana que funciona la comunidad entera está relacionada hacia arriba con Jesús Cristo que es la Cabeza y luego horizontalmente como Cristo en nosotros ministra el amor el uno al otro por medio de una asombrosa red de uniones interpersonales que cargan el amor de Dios. Si cada persona esta enfocada en Cristo y da desinteresadamente, entonces un enorme poder está presente cuando somos uno en el Espíritu. No hablo de un grupo cultista de pensamiento o una conformidad grupal, sino de una diversidad creativa Llena por el Espíritu, donde la gente es una en alma y espíritu pero tan diferente como pueden ser individualmente.

(Efesios 4:11-16 LBLA) Y El dio a algunos el ser apóstoles, a otros profetas, a otros evangelistas, a otros pastores y maestros, (12) a fin de capacitar a los santos para la obra del ministerio, para la edificación del cuerpo de Cristo; (13) hasta que todos lleguemos a la unidad de la fe y del conocimiento pleno del Hijo de Dios, a la condición de un hombre maduro, a la medida de la estatura de la plenitud de Cristo; (14) para que ya no seamos niños, sacudidos por las olas y llevados de aquí para allá por todo viento de doctrina, por la astucia de los hombres, por las artimañas engañosas del error; (15) sino que hablando la verdad en amor, crezcamos en todos los aspectos en aquel que es la cabeza, es decir, Cristo, (16) de quien todo el cuerpo (estando bien ajustado y unido por la cohesión que las coyunturas proveen), conforme al funcionamiento adecuado de cada miembro, produce el crecimiento del cuerpo para su propia edificación en amor.

Aquellos que ministran deberían edificar el cuerpo de Cristo en la unidad de la fe y el conocimiento del Hijo de Dios, a un hombre perfecto, a la medida de la estatura de la plenitud de Cristo. Estamos de vuelta donde comenzamos este capítulo hablando de la plenitud de Dios. Esta plenitud es conseguida en la comunidad. Es algo que el cuerpo consigue para sus miembros. No

lo hacemos nosotros mismos. Nosotros tenemos que amar a la gente y ser amados por la gente si la plenitud va a ocurrir en nosotros. ¿Cómo llegamos allí? Diciendo la verdad en amor, (v.15) y decir la verdad en amor es una definición bastante buena de lo que el Inteligencia Emocional Bíblica nos permite hacer. FIN.

Preguntas de Discusión

1. ¿Qué ha adquirido usted de este libro? ¿Ha cambiado?
2. Hable sobre la definición de amor dada en este capítulo. ¿Qué es una unión benévola?
3. ¿Cómo el amor nos conduce a los altos niveles de la vida espiritual? ¿Por qué piensa usted que Jesús dice que el amar a nuestros enemigos nos hará perfectos como nuestro Padre en el cielo es perfecto?
4. ¿Cuáles son los atributos comunicables y los atributos incommunicables de Dios? ¿En cuales podemos participar? ¿Cómo podemos ser “como Jesús”?
5. ¿Cuáles son las cinco etapas que se mencionan en la oración de Pablo? ¿Qué implica decir ser lleno de toda la plenitud de Dios? ¿Qué significa esta extraordinaria declaración?
6. ¿Qué importante es Cristo en nosotros cuando se trata de amar con eficacia?
7. ¿Cómo puede una comunidad llena por el Espíritu ser un lugar de gran bendición y amor? ¿Cómo aprendió amar correctamente la iglesia temprana?

Indice

- Acknowledging emotions, 148
- Addictions, 22, 23, 27, 31, 33, 38
- Adultery, 133
- Adventurous discipleship, 88, 90
- Affairs, 133
- Affective computing, 140
- Agoraphobia, 118
- Altered states of consciousness, 136
- Ambiguity, 90
- Amnesia, 107
- Amygdala., 98, 140
- Apostles, 24, 29, 31, 40, 44, 76, 80, 90, 92, 93, 151, 152, 158, 161, 165
- Archetypes, 28
- Archimedes, 137
- Authenticity, 10, 41, 42, 77, 90, 133, 150, 154
- Authority, 113
- Authority, 72
- Balanced communication, 153
- Baptism with the Holy Spirit, 21
- Barrenness, 72
- Basic doctrines, 91
- Belief structure, 12, 26, 76, 79, 95
- Beliefs
 - Good works, 81
 - Inconsistent, 76
 - Learning to believe, 77
 - Why change them?, 77
- Binary states, 83, 102
- Biological urges, 22
- Bitterness, 11
- Body
 - And emotions, 97
 - Emotional memory, 98
- Carnal Christian, 38
- Cell groups, 152
- Christian simplicity, 103
- Christians
 - Faith-abounding, 78
 - Miserable, 78
- Churches, 164
- Classroom, 89
- Commitment, 116
- Commandments, 116, 157, 158, 160
- Community, 88, 165
- Congruent emotions, 150
- Connection, 159, 161
- Connection to God, 160
- Conned by ourselves, 147
- Conscience, 106
- Consciousness, 99
- Control of emotions, 132
- Cults, 95
- Curses, 71, 72, 73, 74
- David. M. Burns., 50
- Delaying gratification, 13
- Deliverance ministry, 74
- Demonic dreams, 137
- Descartes, 99
- Difficult conversation, 148
- Diminished responsibility, 104
- Disappointment, 11, 49, 125, 126, 130, 145, 147
- Discernment, 120
- Disciples
 - As learners, 89
- Discipline, 115
- Discussion Questions, 8, 13, 20, 30, 36, 42, 56, 75, 87, 96, 108, 123, 129, 138, 149, 155, 165
- Disinhibition, 104
- Dissociation, 107
- Doctor, 107
- Double-mindedness, 76, 77
- Dr Claire Weekes, 118
- Dr. Kath Donovan, 48
- Dr. William Wilkie, 101
- Dreams and visions, 136
- Early church, 164
- Eccentricity, 34
- Ecstasy, Trance, Dreams and Vision, 135
- Edification, 151
- Emotional Competence, 4
- Emotional damage

- And impaired judgement, 134
- Emotional intelligence, 6
- Emotional intensity, 9
- Emotional lability, 101
- Emotional maturity, 36
- Emotional Modelling, 125
- Emotional paralysis, 82
- Emotional recognition, 140, 145
- Emotional safety, 91
- Emotional tone, 152
- Emotional vocabulary, 142
- Emotions
 - Physiological basis, 98
- Emotions
 - Ability to provoke, 131
 - And spiritual discernment, 133
 - Appropriate expression, 150
 - As a source of beliefs, 133
 - Five step model, 26
 - Fleshly, 10
 - Holy, 10
 - Human, 10
 - Identifying, 124
 - Physical correlates, 98
 - Preceding rigorous analysis, 134
 - Predictions, 38
 - Projecting on to others, 141
 - Recognising in others, 140
 - Types of, 10
 - Variance among people, 135
- Ephesians 3:14-21, 156
- EQ skills
 - Three stages of, 19
- Ethics, 12
- Event time, 82, 85, 87, 136, 150, 155
- Exorcism, 71
- Experiment, 91
- Explanatory style, 44, 45, 46, 48, 56, 75
- Explanatory style
 - Errors in, 45
- False negative, 142, 143, 149
- False positive, 142, 149
- False positives, 145, 148, 149
- Fear, 118
- Fight or flight, 98, 105, 107, 111, 112, 117, 118, 119, 120, 121, 122, 123, 131, 132, 157, 160
- Fight-or-flight, 98, 111, 112, 117, 118, 132
- Financial needs, 93
- Flesh, 105
- Flesh and spirit, 106
- Following our heart, 134
- Folly
 - As causing spiritual problems, 66
- Fruitfulness, 72
- Fullness of Deity, 156
- Fullness of God, 59, 60, 156, 157, 158, 160, 162, 165, 166
- Games, 76, 83, 174
- Genesis 3, 72, 138
- Gift of discernment, 144
- God
 - Goodness of, 49
- Godly emotions, 33, 34, 42
- God's love, 4, 59, 163, 164
- Golf, 4, 113, 119
- Grieving the Spirit, 130, 138
- Hebrews 11, 32, 49, 60, 78
- Hegel, 99
- Heroes, 32, 33, 112, 118
- Holy Spirit, 3, 4, 6, 7, 8, 9, 11, 18, 20, 21, 22, 23, 27, 28, 29, 30, 35, 38, 39, 40, 41, 42, 51, 53, 59, 60, 61, 63, 65, 66, 67, 73, 74, 81, 90, 92, 94, 105, 106, 111, 114, 116, 122, 128, 130, 131, 133, 137, 138, 144, 150, 158, 160, 161, 162, 164, 165
- Sins against, 39
- Homogeneous, united leadership, 93
- Human spirit, 7, 63, 65, 66, 68, 70, 74, 75, 171
- Illusion, 147
- Image of God/image of Jesus, 14
- Impression management, 154
- Impulse control, 40
- Inheritance, 162
- Inner impressions, 144
- Inner impressions, 134
- Inner motivational factors, 83

- Instability, 54, 76, 137
- Intentions
 - Conflicting, 84
 - Evil, 84
- Intentions of our heart, 77, 81, 84, 86
- Intents of our heart, 8, 82, 84
- Intercessors, 151
- Interpersonal connections, 165
- Intolerance, 102
- Jacob's Ladder, 15
- Jerusalem, 44
- Jesús
 - An appropriate model, 14
 - Baptism of, 21
 - Becoming like Jesús, 19
 - Beliefs of, 24
 - Body of, 21
 - Church as body of, 163
 - Cleansing of the temple, 24
 - Cultural and gender relevance, 18
 - Emotions of, 17
 - EQ skills, 19
 - Gethsemane, 119
 - Humanity, 15
 - In the wilderness, 113
 - Loves the world, 164
 - Marvelling, 25
 - On Galilee, 25
 - Perception of, 23
 - Soul and spirit of, 23
 - Spirituality, 18
- Jesús' perceptions, 24
- Joined to the Lord, 161
- Jonathan Edwards, 36
- Joy, 131
- Jung, 62
- Key sentences, 148
- Kingdom perspective, 24, 31, 32, 33, 38
- Larry Crabb, 159
- Leaders, 92
- Learning Organization
 - And beliefs, 94
- Learning Organizations, 88
- Leibniz, 99
- Leraning Organizations
 - Eight creative tensions, 91
- Life-scripts, 83, 84
- Light and shadow, 153, 154, 155
- Limbic system, 98
- Love, 156
 - Definition of, 157
 - Of others, 163
 - Perfects us in Christ, 162
- Love involves a common benevolent connection with God, 159
- Love is a way of life, 158
- Love is lawful, 157
- Love is lived out from Christ within us, 158
- Love is practical, 158
- Mastery, 4, 25, 33, 108, 111, 112, 113, 115, 116, 117, 118, 119, 120, 121, 122, 123, 126, 131, 132, 138, 156, 160, 164
 - Practical technInteligencia Emocionalues, 117
- Mental model, 128
- Mental processes, 145
- Meta-cognition, 6, 145
- Methamphetamine, 104
- Miind
 - Definition of, 113
- Mind, 160
 - And mastery, 111
 - Directing, 115
 - Focusing, 106
 - How it works, 82
- Mind-body dualism, 97
- Mind-Brain problem, 99
- Mirror principle, 142
- Missionaries, 104
- Models of the emotional life, 9
- Moods, 7, 63, 70, 107
- Morality, 12
- Moses, 18, 33, 34, 58, 60, 104, 111, 119
- Motherhood and apple pie, 157
- Multi-cultural societies, 141
- Multiplication, 72
- Mystical attributions, 143
- Neo-cortex, 83
- Non-believers, 41, 42, 75
- Obedience, 116

- Occult, 70, 71, 72, 73, 74
- Optimism, 44, 45, 172
- Pay-off, 83
- Perception, 44
 - In and by the Spirit, 58
- Perfected in love, 160
- Permission to feel, 130
- Personality changes, 102
- Perspective restorer, 48, 50, 51, 56
- Peter Berger, 86
- Place to stand, 137, 139
- Plausibility structures, 86
- Positive confession, 55
- Positive end results, 86
- Positive-thinking, 78
- Praxis, 79
- Prayer and Meditation, 108
- Prayer for the Ephesians, 156
- Predications from theory, 31
- Prejudice, 143
- Pretence, 154
- Pride and vanity, 147
- Private emotion, 151
- Prophets, 31
- Psalm 30, 33
- Psalm 31, 97
- Psalm 42, 51
- Psalm 73, 54
- Psychosomatic, 86, 101
- Public emotion, 151
- Quenching, 130
- Quiet life, 104
- Red button, 131
- Rejection, 49, 50, 127, 142, 143, 144, 145
- Repression, 130
- Responsibility, 104
- Resurrection, 22, 33, 53, 81, 90, 97, 158
- Reticular formation, 101, 102
- Revelation, 8, 27, 58, 60, 75, 152
- Revival, 35, 36, 37, 40, 93
- Ripped off, 146
- Rules and regulations, 62
- Salesmen, 78
- Scripture memory, 56
- Secular approach, 7
- Secular sources, 7
- Self-acceptance, 35
- Self-control, 131
- Self-control*, 130
- Self-esteem, 10, 147, 148
- Self-exhortation, 51
- Self-interest, 145
- Selfishness, 145
- Selfishness, 163
- Self-revealing, 155
- Self-talk, 76
- Sensitivity, 141
- Sensory stimulation
 - Avoidance of, 102
- Sentimentality, 36, 131, 157
- Seven key aspects, 8
- Shabu, 104
- Sin
 - As cause of spiritual problems, 65
- Sinners, 151
- Sins of the spirit, 66
- Social timing, 150
- Solution-focused, 86, 121, 122, 123, 146
- Soul, 53
 - Perspective of, 51
- Spirit of bondage*, 62
- Spirit of fear*, 63
- Spiritual adventure, 91
- Spiritual Attack
 - As the cause of spiritual problems, 70
- Spiritual discernment, 133
- Spiritual experiences, 120, 133, 135, 136, 137, 152
- Spiritual eyes and ears, 58, 59
- Spiritual focus, 49
- Spiritual inflation, 62
- Spiritual life, 15, 116, 135, 157, 165
- Spiritual perception, 24, 25, 56, 58, 59, 60, 75, 144
 - Deceptive spirits, 61
 - Dullness, 61
 - Spiritual bondage, 62
 - Spiritual inflation, 62
 - Spiritual timidity, 63
- Spiritual perception
 - Errors in, 60

Spiritual responsiveness, 44
Spiritual sensitivity, 59, 60, 74
Spiritually blind, 59
Sterility, 72
Stress, 101
Stress breakdown, 101
Strong, 150
Strong emotion, 130
Suffering and discipline, 88
Supporters, 148
Symbols, 28
Temperament, 34
Terminating event, 82
Terrorist attacks, 140
Theatre, 95
Theophostics, 69, 159, 173
Thomas Huxley, 99
Thoughts and intentions of the heart, 76, 81, 88
Threat, 112
Tiger Woods, 119
Tradition, 92
Trauma
 As causing spiritual problems, 68
Urgent and important, 103
Value, 12
Visions, 135
Vow, 76, 78, 82, 83, 85, 86
Weak, 151
Wesley, 32, 35, 91, 93, 174
Wisdom and knowledge, 4
World-view, 60, 76
Worship, 53, 54

Guía del Maestro

Las siguientes sugerencias no están destinadas para ser preceptivas para el educador profesional, son simplemente unas sugerencias para ayudar a aquellos que no somos educadores profesionales, pero que tenemos responsabilidades de enseñanza.

Inteligencia Emocional Bíblica puede ser usado como un libro de texto en el desarrollo emocional y sugiero que el libro sea enseñado en 24 conferencias de 1 hora como sigue – una introducción de 1 hora, seis horas en los seis primeros capítulos en la sección teológica, diez horas en los cinco capítulos de la sección ontológica y finalmente ocho horas de conferencias en los seis capítulos en la sección práctica (2 horas por en los capítulos primero y último en la sección.) Como sea enseñado el libro pienso que 20 horas de conferencias serían mínimo para la mayor parte de estudiantes no licenciados para captar y digerir el tema.

Para cursos de perfeccionamiento y extensión recomendaría leer el libro de antemano y discutirlo capítulo por capítulo por tele conferencia o en grupos de discusión de correo electrónico. El libro puede ser también fácilmente ser dividido en tres talleres de un día, un para cada sección, y enseñado como un intensivo durante un fin de semana largo. También preparo un seminario de día para grupos de iglesia que sólo cubre muy básicamente los temas en el libro.

La discusión de grupos pequeños de tres o cuatro es absolutamente esencial para esta clase de material. El objetivo de este libro no será útil si usted lo enseña en un aula grande y solamente usa asignaciones y exámenes como el instrumento de evaluación. Un estudiante brillante podría estudiar el material sin alterar. Los estudiantes deberían interactuar cara a cara sobre los asuntos y retarse el uno al otro, con gentileza, de modo que el verdadero cambio y el verdadero crecimiento ocurra. Dirección y guía pueden ser necesarias de parte del conferenciante para asegurar que estos grupos de discusión consiguen sus objetivos. La sección en emoción privada y pública debería ser quizás brevemente examinada en clase al comienzo de los grupos pequeños pues algunos estudiantes vulnerables pueden compartir demasiado emocionalmente mientras que otros comparten muy poco.

Yo animaría a los estudiantes a llevar un diario personal de sus reflexiones en el curso (si esto es considerado una forma aceptable de evaluación) y anime la discusión de casos que ellos encuentran en su experiencia de ministerio. El libro levanta muchas preguntas profundas y provocativas como el problema de la mente- cerebro y la naturaleza del espíritu humano. Si una clase es propensa a perderse en temas de poca edificación y argumentos sobre estas cuestiones estos podrían ser canalizados en debates formales de 15 minutos con una conclusión definida. Estos debates podrían ser hechos parte de “la participación” que la mayor parte de conferenciantes dan.

Mientras el libro tiene un objetivo de conseguir la transformación emocional también tiene un objetivo informativo y es de rico contenido. La evaluación de la comprensión del contenido y el entendimiento de los conceptos implicados es muy importante, entonces yo animaría alguna forma académica de la evaluación, como un examen de unas dos hora al final del curso. Si las asignaciones deben ser usadas en vez de un examen yo sugeriría tres asignaciones separadas – un en cada sección pues pienso que sería muy difícil cubrir el contenido del curso de un solo trabajo. Incluso en caso de servicios y cursos donde la evaluación formal no es usada el contenido académico necesita un poco de énfasis porque estos conceptos son lo que se quedarán con el aprendiz, quizás adquiriendo importancia muchos años en el futuro. Que el Señor de dirija al enseñar los aspectos académicos y experimentales del Inteligencia Emocional Bíblica.

Para Mayor Referencia

Addictions

Alcoholic Anonymous World Services; *Twelve Steps and Twelve Traditions*, Sydney 1952 (authors are anonymous of course!)

Anderson, Neil T. *Set Free*, London 1998, Monarch

Anderson, Neil T. & Quarles M& J *Freedom From Addiction*, Ventura 1996, Regal

Agoraphobia

Weekes, Claire; *Peace From Nervous Suffering*, Sydney 1973, Angus and Robertson

Weekes, Claire; *Simple Effective Treatment of Agoraphobia*, Sydney 1977, Angus and Robertson

Weekes, Claire; *The Latest help For Your Nerves*, Sydney 1989, Angus and Robertson

Behavioral Medicine

Melamed, Barbara G. & Siegel, Lawrence J. *Behavioral Medicine*, New York 1980, Spinger

Boundaries (Personal)

Cloud, Henry; & Townsend John; *Safe People*, Grand Rapids 1995, Zondervan

Cloud, Henry; & Townsend John; *Boundaries*, Sydney 1992, Strand Publishing

Community Building

Banks, Robert; *Life In The New Testament Church* (or a similar title)

Crabb, Larry; *Connecting*, Nashville 1997, Word

Holpp, Lawrence; *Managing Teams*, 1999 McGraw Hill, "A Briefcase Book" imprint.

Limerick, David; & Cunnington, Bert; & Crowther, Frank; *Managing the New Organisation 2nd Edition*, Warriewood 1998, Business and Professional Publishing

Peters, Tom *The Circle of Innovation*, London 1997, Hodder & Stoughton

Senge Peter et. al *The Fifth Discipline Fieldbook* , London 1994, Nicholas Brealey

Cognitive Psychotherapy and Depression

Burns, David M. *Feeling Good A New Mood Therapy*

Seligman, Martin E.P.; *Learned Optimism*, Sydney 1998, Random House

Winter, Richard; *The Roots of Sorrow*, Westchester Illinois 1986 Crossway Books

Emotions and Emotional Intelligence

- Cava, Roberta; *Dealing With Difficult People*, Sydney 2000, Pan Macmillan
- Cooper, Robert; & Sawaf, Ayman; *Executive EQ*, London 1997, Orion Business
- Dobson, James; *Emotions Can You Trust Them*, Ventura 1980, Regal
- Goleman, Daniel; *Emotional Intelligence*, London 1996, Bloomsbury
- Goleman, Daniel; *Working With Emotional Intelligence*, London 1998, Bloomsbury
- Weisenger, Hendrie; *Emotional Intelligence At Work*, San Francisco 1998, Jossey-Bass

Family Therapy (not directly quoted but behind a lot of my ideas on community)

- Minuchin, Salvador; *Families and Family Therapy*, London 1974, Tavistock Publications
- Minuchin, Salvador; & Fishman, Charles; *Family Therapy TechnInteligencia Emocionalues*, 1981, Harvard College

Inner Child/ Trauma Counselling

- Bradshaw, John; *Homecoming*, New York 1990, Bantam Books
- Pellaur, Mary D. Chester, Barbara; Boyajian, Jane; (Eds) *Sexual Assault And Abuse, A Handbook For Clergy and Religious Professionals*, San Francisco 1991, Harper
- Smith, Ed; *Theophostics – Beyond Tolerable Recovery* (workshop manuals)

Mid-Life Crisis & Dream Therapy

- Kelsey, Morton; *Dreams A Way To Listen To God*, New York 1978, Paulist
- Langs, Robert; *Decoding Your Dreams*, New York 1988, Ballantine Books
- O'Connor, Peter ; *Understanding The Mid-Life Crisis*, Melbourne 1981, Sun Books
- O'Connor, Peter ; *Dreams and The Search For Meaning*, Sydney 1986, Methuen Haynes

Mind Power

- Hill, Napoleon; & Keown, E. Harold; *Succeed And Grow Rich Through Persuasion*, New York 1989, Signet

Nouthetic Counseling (based on biblical exhortation and repentance)

- Adams, Jay E. *Competent To Counsel*, Phillipsburg 1970, Presbyterian and Reformed
- Adams, Jay E.; *The Christian Counselor's Casebook*, Phillipsburg 1974, Presbyterian and Reformed

Pastoral Counseling (General approaches to)

- Collins, Gary R. *Christian Counseling*, Waco 1980, Word

Oates, Wayne E. *The Presence of God In Pastoral Counseling*, Dallas 1986, Word

Southard, Samuel; *Theology and Therapy*, Dallas 1989, Word

Tournier, Paul; *The Strong and The Weak*, 1984, Highland

Tournier, Paul; *Guilt and Grace*, New York 1973, Harper & Row

Tournier, Paul; *The Meaning of Persons*
(anything by Paul Tournier is deep, thoughtful and worth reading)

Solution-Focused Thinking

O'Hanlon, William Hudson; & Weiner-Davis, Michele; *In Search of Solutions*, London & New York 1989, W.W Norton & Co.

Spiritual Discernment

Israel, Martin; *The Spirit of Counsel* , London 1983, Mowbray

Spiritual Experiences

Wesley, John; Wesley, Charles; Whitfield, George; (abr, by Weakley, Clare G.) *The Nature of Revival*, Minneapolis 1987, Bethany House

Spiritual Warfare, Power Ministry, Healing Ministry

Murphy, Ed; *The Handbook For Spiritual Warfare*, Nashville 1992, Thomas Nelson

Taylor, Harold; *Sent To Heal*, Ringwood Victoria 1997, Order of St. Luke The Physician

Wimber, John; *Power Healing*, London 1986, Hodder and Stoughton

Stress

Wilkie, Dr. William; *Understanding Psychiatry* , Melbourne, 1987 , Hill of Content Publishing Company.

Temperaments

Kiersey and Davis , *Please Understand Me*

La Haye, Tim; *Transformed Temperaments*, Wheaton, Illinois 1971, Tyndale House

Transactional Analysis (*Games, Life Scripts for section on Thoughts and Intentions of the Heart*)

Berne, Eric; *Games People Play*, London 1976, Penguin

James, Muriel; Jongeward, Dorothy; *Born To Win: Transactional Analysis With Gestalt Experiments*, Reading Massachusetts 1973, Addison-Wesley

Note: Where references are missing some publishing details, these are books I have lent and lost but which I have found very useful and which I recommend. Most of the above works are secular and some are even a bit anti-Christian but if you read them with discernment and in the framework Biblical EQ places them in I am sure you will find them very profitable and useful.

Sobre el Autor

John Edmiston B.Sc. Adv. Dip. Min. B.D. Es Director de Campo de la sociedad misionera Frontier Servants en la Filipinas. El ha servido como misionero en Papua nueva Guinea e hizo su entrenamiento teológico en un seminario bautista en Queensland, Australia. Antes de ser misionero John trabajó como director de carrera y consultor de consejero en lugar de trabajo, principalmente para el sector público. Su pasión es ver el llegar el avivamiento a la iglesia de Dios por la renovación espiritual y emocional de trabajadores cristianos y las estructuras en las que trabajan. John esta casado con Minda, conferenciante en Botany, y viven en LA-USA