



2016
PLANBOOK



ALCANZANDO AL MUNDO

FAMILIAS SALUDABLES PARA LA ETERNIDAD

WILLIE Y ELAINE OLIVER



ALCANZANDO AL MUNDO

FAMILIAS SALUDABLES PARA LA ETERNIDAD

WILLIE Y ELAINE OLIVER

ALINA BALTAZAR, ROSEMAY CANGY, KATHRYN CONOPIO, CLAUDIO Y PAMELA CONSUEGRA,
TRAFFORD FISHER, LUANA GREULICH, KAREN HOLDFORD, S. JOSEPH KIDDER, LINDA MEI LIN KOH,
PETER LANDLESS, DUANE MCBRIDE, WILLIE Y ELAINE OLIVER, MYRTLE PENNIECOOK,
DAVID PENNO, CURTIS VANDERWAAL





Una publicación del Departamento de Ministerios de la Familia de la Asociación General

Editors: Willie and Elaine Oliver
Editorial Assistant: Rosemay Cangy
Design and Formatting: Daniel Taipe
Traducción: D. Vélez-Sepúlveda

Contributors:

Alina Baltazar • Rosemay Cangy • Kathryn Conopio • Claudio and Pamela Consuegra
Trafford Fischer • Luana Greulich • Karen Holford • S. Joseph Kidder • Linda Mei Lin Koh
Peter Landless • Duane McBride • Willie and Elaine Oliver • Myrtle Pennicook
David Penno • Curtis VanderWaal

Otros volúmenes de esta serie [Family Ministries Planbook] en inglés:

Reavivamiento y Reforma: Construyendo Memoriales Familiares
Reavivamiento y Reforma: Las Familias alcanzando hacia arriba
Reavivamiento y Reforma: Las Familias alcanzando hacia afuera
Reavivamiento y Reforma: Las Familias alcanzando hacia el lado

Available from
AdventSource
5120 Prescott Avenue
Lincoln, NE 68506
www.adventsource.org
402.486.8800

A menos que se indique otra cosa, las citas bíblicas han sido tomadas de La Santa Biblia, Nueva Reina-Valera 2000, © 1990, 2000. SOCIEDAD BÍBLICA EMMANUEL. Derechos reservados. Usada con autorización.

© 2016

Departamento de Ministerios de la Familia
Asociación General de los Adventistas del Séptimo Día
12501 Old Columbia Pike
Silver Spring, MD 20904, USA
family@gc.adventist.org
Website: family.adventist.org

Derechos Reservados. Los volantes en este libro pueden ser usados y reproducidos en impresos locales de la Iglesia sin permiso de los publicadores. No podrán ser, sin embargo, usados ni reproducidos en otros libros ni publicaciones sin la previa autorización de los dueños de los derechos legales [de "copyright"]. Se prohíbe expresamente la reproducción o reimpresión del conjunto como un todo, ya sea para venta o para distribución gratuita

English version: ISBN# 978-1-62909-216-4

Contenido

- V ● Prefacio
- VI ● Cómo usar este libro

Sermones

- 8 ● El matrimonio cristiano y la Cruz
- 13 ● El plan de Dios para los padres y los hijos
- 20 ● Construyendo el matrimonio y la familia
- 26 ● La Misión, la sanidad y la esperanza

Historia para los niños

- 32 ● El ministerio con marionetas
- 34 ● Tú lo puedes poner de vuelta
- 35 ● Misionero para el Cielo

Seminarios

- 38 ● Y vivieron felices para siempre
- 41 ● En apoyo de las emociones saludables
- 56 ● Creando conciencia acerca de los miembros de la familia de nuestra iglesia que tienen discapacidades
- 62 ● Una perspectiva cristiana sobre el ver la programación secular de televisión

Recursos para Líderes

- 70 ● El sexo, las drogas y el alcohol
- 75 ● Dilo a tus hijos
- 78 ● El ministerio pastoral en el tercer milenio:
Aprendiendo el arte de la negligencia estratégica
- 83 ● La familia del líder

- Artículos re-impresos**
- 88 ● Los días largos del verano y el guardar el sábado
 - 90 ● Compartiendo la responsabilidad paterna en una ex-relación tóxica

- El estante de libros**
- 93 ● La conversación real entre la familia:
Respuestas a preguntas sobre el amor, el matrimonio y el sexo
 - 94 ● JESÚS: ¿Quién es Él?
 - 95 ● Locos con el matrimonio
 - 96 ● ¡Auxilio! ¡Tengo hijos!

- Apéndice A**
- La implementación de los Ministerios de la Familia**
- 98 ● Directrices y Propósito del Ministerio de la Familia
 - 100 ● El líder del Ministerio de la Familia
 - 101 ● ¿Qué es una familia?
 - 102 ● Guías para el Comité y para la planificación
 - 104 ● Una buena presentación logrará cuatro cosas
 - 105 ● Los diez mandamientos de las presentaciones
 - 106 ● Encuesta sobre el perfil de la vida familiar
 - 108 ● Perfil de la vida familiar
 - 109 ● Encuesta sobre el interés en el Ministerio de la Familia
 - 110 ● Encuesta sobre la educación de la vida familiar en la comunidad
 - 111 ● Muestra y ejemplo de una evaluación

- Apéndice B – Votos que se han tomado**
- 113 ● Aseveración sobre el matrimonio
 - 114 ● Aseveración sobre el hogar y la familia

Prefacio

A través de la inspiración Salomón nos ofrece una colección de dichos sabios para las personas interesadas en vivir una vida sin remordimiento y sin sufrir dolor innecesario. Él aconseja: “Oye, hijo mío, la instrucción de tu padre, y no desprecies la dirección de tu madre, porque guirnalda e gracia serán a tu cabeza, y collares a tu cuello. Hijo mío, si los pecadores intentan engañarte, no consentas.” Proverbios 1:8-10

Los padres son los responsables por la dirección y la instrucción moral de sus hijos, que llevan a una calidad de vida prodigiosa. Cuando Salomón amonesta al discípulo a *escuchar*, él sugiere la necesidad de prestar atención al consejo que se le está dando. No solamente se debe prestar atención al padre – sino también a la madre—cuyas enseñanzas son en base a su fidelidad a la Palabra de Dios.

El tema para este año es ***Familias Saludables para la Eternidad***. Esta noción multifacética solamente puede hacerse efectiva en las familias de la Iglesia, al entrenar a nuestros niños a vivir en base a las enseñanzas que Dios nos ha provisto desde el inicio del tiempo. Solo al escoger vivir fielmente podremos disfrutar de la clase de salud relacional que honra a Dios, y que a la misma vez nos prepara para la venida de Jesús.

Para que los padres puedan ejercer una mayor influencia en cuanto a la salud relacional y espiritual de sus hijos es requisito que disfruten de un matrimonio relativamente saludable. Si fuera que los padres no estuvieran casados entre

sí, es esencial que tengan una relación robusta y eficiente con la persona junto a quien ejercen el parentesco, así como una relación viable e íntima con Dios para poder crear un ambiente donde pueda germinar el discipulado saludable y dinámico.

Con referencia a la clase de atmósfera que promueve una relación saludable dentro del hogar, y que prepara a la familia para la venida de Jesús, Elena G. de White afirma en *El Hogar Adventista*: “El más dulce tipo de cielo es un hogar donde preside el Espíritu del Señor. Si se cumple la voluntad de Dios, el esposo y la esposa se respetarán el uno al otro y cultivarán el amor y la confianza.” (Capítulo 1, p. 15 – inglés).

Es nuestro sincero deseo que las familias en nuestras iglesias alrededor del mundo se conviertan en centros de discipulado y de esperanza, donde diariamente se practique el fruto del Espíritu – amor, gozo, paz, paciencia, benignidad, bondad, fidelidad, mansedumbre y dominio propio (Gálatas 5:22-23^a), al confiar en Dios para que nos mantenga listos hasta el día en que Él venga por nosotros.

Confianto en familias más fuertes y saludables,

Willie y Elaine Oliver, Directores
Departamento de Ministerio de la Familia
Asociación General de los
Adventistas del Séptimo Día
Oficina Mundial Central
Silver Spring, Maryland, USA
family.adventist.org

Cómo usar este Libro de Planificación

Este Libro de Planificación del Ministerio de la Familia es un recurso anual organizado por el Departamento de Ministerio de Familia de la Asociación General ASD con participación del campo mundial. Es para ser utilizado como una herramienta en las iglesias locales alrededor del mundo, e incluye recursos para las semanas especiales de énfasis sobre la familia, y para los sábados.

Semana del Hogar y del Matrimonio: 13-20 de febrero

VI La Semana del Hogar y del Matrimonio Cristianos se lleva a cabo en el mes de febrero y abarca dos sábados: el Día del Matrimonio Cristiano, en el cual se enfatiza el matrimonio cristiano, y el Día del Hogar Cristiano, en el cual se enfatiza el rol de los padres. La Semana del Hogar y del Matrimonio Cristianos comienza el segundo sábado de febrero y termina el tercer sábado de este mes.

El Día del Matrimonio Cristiano: Sábado 13 de febrero (Énfasis sobre el matrimonio)

Use el sermón sobre el matrimonio para el Culto de Adoración, y el seminario sobre el matrimonio en un programa de viernes en la noche, de sábado en la tarde o de sábado en la noche.

El Día del Hogar Cristiano: Sábado 20 de febrero (Énfasis sobre el rol de los padres)

Use el sermón sobre el rol de los padres y la paternidad para el Culto de Adoración, y el seminario sobre el rol de los padres y la paternidad en un programa de viernes en la noche, de sábado en la tarde o de sábado en la noche.

La Semana de la Unidad Familiar: 4-10 de septiembre

La Semana de la Unidad Familiar está programada para comenzar el domingo 4 de septiembre y concluir el siguiente sábado, 10 de septiembre, con el Día de la Unidad Familiar. La Semana de la Unidad Familiar y el Día de la Unidad Familiar enfatizan la celebración de la iglesia como una gran familia.

El Día de la Unidad Familiar: Sábado 10 de septiembre

(Se enfatiza la Iglesia como una gran Familia)

Use el sermón sobre la familia para el Culto de Adoración, y el seminario familiar en un programa de viernes en la noche, de sábado en la tarde y/o de sábado en la noche.

En este Libro de Planificación hallará sermones, seminarios, historias de los niños, así como recursos para el liderazgo, artículos reimpresos y comentarios de libros que le ayudarán a facilitar estos días especiales y otros programas que usted tal vez quiera implementar durante el año. En el Apéndice A encontrará información útil que le ayudará en la implementación del ministerio de la familia en su iglesia local.

Además, este recurso incluye un disco con presentaciones en Microsoft PowerPoint® de los Seminarios. Se anima a los facilitadores de los Seminarios a personalizar las presentaciones de MS PowerPoint® con sus propias historias personales y con fotografías adecuadas que reflejen la diversidad de las distintas comunidades a las que cada uno pertenece.

SERMONES

El Matrimonio Cristiano y la Cruz

WILLIE Y ELAINE OLIVER

Texto Bíblico:

“DECÍA A TODOS: ‘SI ALGUNO QUIERE VENIR EN POS DE MÍ, NIÉGUESE A SÍ MISMO, TOME SU CRUZ CADA DÍA, Y SÍGAME. PORQUE EL QUE QUIERE SALVAR SU VIDA LA PERDERÁ, Y EL QUE PIERDA SU VIDA POR CAUSA DE MÍ, LA SALVARÁ’”.
LUCAS 9:23-23.

Introducción

¡Nosotros disfrutamos de la comida! Frecuentemente las personas nos preguntan qué hacemos en cuanto a las comidas durante nuestros viajes frecuentes a diferentes partes del mundo en la ejecución de nuestro ministerio. Muy a menudo la respuesta es la misma: nos gustan todos los tipos de comidas.

A través de los años hemos desarrollado un aprecio por las comidas de todas partes del mundo, y apreciamos las oportunidades de saborear diversos tipos de comidas en cada uno de nuestros itinerarios. Disfrutamos de los platos de la comida india, hispanoamericana, italiana, caribeña, mexicana, tailandesa, china, coreana, japonesa, de África Occidental, sudafricana, rusa, del Medio Oriente, estadounidense y de Europa Oriental. Nos gustan todos.

.....
Willie Oliver, PhD, CFLE y **Elaine Oliver**, MA, CFLE, son los Directores del Departamento de Ministerio de la Familia de la Asociación General de los Adventistas del Séptimo Día, con oficinas en la sede mundial de la Iglesia en Silver Spring, Maryland, Estados Unidos de América.

El mayor reto en cuanto a la comida, sin embargo, ocurre cuando llegamos a casa después de un viaje. ¿Qué comeremos, y dónde? Iremos a comer a un restaurante indio, a uno cubano, o a uno tailandés, o comeremos en casa? La decisión en cuanto a cuál paladar vamos a satisfacer es de crucial importancia para la calidad de nuestro matrimonio en esos momentos.

Nuestro sermón de hoy lleva como título ‘El matrimonio cristiano y la cruz’. Oremos.

La vida de abnegación

En Lucas 9:23-24 se registran las siguientes conmovedoras palabras de Jesús: “Decía a todos: ‘Si alguno quiere venir en pos de mí, niéguese a sí mismo, tome su cruz cada día, y sígame. Porque el que quiere salvar su vida la perderá, y el que pierda su vida por causa de mí, la salvará’”.

El contexto de Lucas 9 nos muestra a Jesús con sus discípulos, dándoles poder sobre los demonios y las enfermedades, enviándoles a predicar las buenas nuevas del evangelio, escuchando las experiencias misioneras de ellos, y luego, alimentando maravillosamente a cinco mil en las afueras de la ciudad de Betsaida.

Después de un interludio para orar, Jesús continúa su conversación con sus discípulos, pidiéndoles un informe en cuanto a qué dice

la gente acerca de Él, aparentemente motivado por las averiguaciones que hace Herodes el Tetrarca, de las que leemos antes en el mismo capítulo. Algunas personas decían que Jesús era Juan el Bautista, quien había sido levantado de entre los muertos, mientras otros sugerían que Jesús podía ser Elías. Jesús, sin embargo, está más interesado en escuchar quién los discípulos decían que era Él. En respuesta a la interrogante propuesta por Jesús, Pedro le responde: Tú eres el Ungido, “El Cristo de Dios”.

La conversación entre los discípulos y el maestro gira en torno a una verificación de la realidad concerniente a las razones por las que Jesús vino a la tierra. Más importante aún, este dialogo se trata de clarificar que el poder que los discípulos habían recibido de parte de Jesús, y que habían visto desplegado en la alimentación de la gran multitud en magnífico esplendor, no era para ganancias personales ni para la obtención de prestigio; servía para transmitir a la humanidad perdida la idea de que Dios estaba de parte de ellos, y que Él se halla infinitamente interesado en los cuidados diarios de ellos. Y aún más allá de esto, el propósito de la venida de Jesús era finalmente para sufrir y morir para hacer posible una vida mejor, y como discípulos suyos, su misión sería semejante a esta.

Los retos del matrimonio

El matrimonio tiene una gran preeminencia en las Escrituras Sagradas. En su primer libro, el Génesis, el matrimonio aparece como la primera institución establecida entre un hombre y una mujer por Dios mismo en la Creación de esta tierra; y en el último libro, el Apocalipsis, el matrimonio aparece como una metáfora para describir la íntima relación entre Dios y su pueblo. El segundo capítulo del libro de Juan presenta a Jesús llevando a cabo su primer milagro en las bodas de Caná de Galilea. El hecho de que el matrimonio aparece al final de la semana de la creación, sugiere el ideal de Dios con relación a la raza humana. Y una ceremonia matrimonial colocada al inicio del ministerio público terrenal de Jesús subraya la atención del Cielo sobre esta institución.

Uno de los retos principales del matrimonio es que Dios diseñó esta institución para que

fuera una relación vitalicia, de por vida, entre un hombre y una mujer. La Biblia establece en Génesis 2:24: “Por eso, el hombre dejará a su padre y a su madre, se unirá a su esposa, y serán una sola carne”. En una discusión con los fariseos acerca de la posibilidad del divorcio, Jesús cita Génesis 2, como registra Mateo 19:4-6:

“ÉL RESPONDIÓ: ‘¿NO HABÉIS LEÍDO QUE AL PRINCIPIO EL CREADOR LOS HIZO VARÓN Y MUJER, POR ESO, DEJARÁ EL HOMBRE A SU PADRE Y A SU MADRE, Y SE UNIRÁ A SU ESPOSA, Y LOS DOS SERÁN UNA SOLA CARNE? ASÍ, YA NO SON DOS, SINO UNA SOLA CARNE. POR TANTO, LO QUE DIOS UNIO, NO LO SEPARE EL HOMBRE”.

¿Qué es lo que constituye el matrimonio en un reto? ¿A qué viene la preocupación por el divorcio? Hay tantas relaciones que comienzan con una gran excitación y con euforia, a tal punto que los contrayentes sienten dolor emocional cuando están separados el uno del otro; y al cado de unas pocas semanas, unos meses o algunos años después del día de la boda, aquella excitación y aquella euforia se desvanecen y se esfuman.

No hace tanto tiempo, recibí una pregunta de un hombre, en base a una de las columnas de revista que yo escribo. La pregunta, que incluyo en el libro *Real Family Talk (Verdaderas conversaciones de familia)*¹, es la siguiente:

“JAMÁS ME IMAGINÉ QUE ESTO ME SUCEDIERA A MÍ, PERO ME ENCUENTRO MUY INFELIZ EN MI MATRIMONIO. MI ESPOSA Y YO NO NOS COMUNICAMOS BIEN, Y CUANDO LO HACEMOS, NOS GRITAMOS MUTUAMENTE, Y HAY MUCHA TENSION ENTRE NOSOTROS. NO PARECE QUE NOSOTROS SOMOS COMPATIBLES, Y TENEMOS MUY INTERESES EN COMÚN. ¿CÓMO PUEDE SOBREVIVIR UNA RELACION TAN DISFUNCIONAL? NO ES POSIBLE QUE ESTO SEA SALUDABLE PARA NUESTROS HIJOS. YO NO CREO QUE DIOS ESPERA QUE ME QUEDE EN UNA RELACIÓN TAN INFELIZ.¿QUÉ PIENSA USTED?”

Es una pregunta muy interesante, ¿no les parece? Es una pregunta que muchas personas casadas se están haciendo en voz alta, y algunas veces, aún en silencio. Nosotros preguntamos: ¿Qué sucedió con toda aquella excitación, con toda aquella cercanía que existía abiertamente antes del matrimonio, y que algunas veces era algo embarazosa para los familiares y los amigos, cuando dos personas enamoradas literalmente casi se sofocaban el uno al otro sentados a la mesa a cenar?

Lo que sucede cuando dos personas están saliendo juntas (enamorados o comprometidos, en algunas partes del mundo) es que los opuestos se atraen. Por otra parte, durante el matrimonio, los opuestos tienden a repelerse. Esto es lo que hace que el matrimonio sea un reto para tantas personas. Como pecadores, somos inherentemente egoístas. Amamos nuestras propias opiniones, y queremos que todas las cosas fluyan a nuestro gusto. La Biblia nos lo dice de la siguiente manera, en Isaías 53:6a: “Todos nos descarriamos como ovejas, cada cual se desvió por su camino...”

10

Solamente toma unas pocas semanas o unos breves meses después de la luna de miel para disiparse la infatuación inicial, para que los cónyuges se vuelvan impacientes y molestos los unos con los otros, habiéndose vuelto cada uno a su propio camino, a su propia manera de ser.

Las elecciones en el matrimonio

Dios creó el matrimonio para nuestra felicidad y gozo. Para que el matrimonio y otras relaciones sean sustentables, es necesario que sigamos los principios establecidos por Dios. La Palabra de Dios nos dice en Gálatas 5:22-23: “Pero el fruto del Espíritu es amor, gozo paz, paciencia, benignidad, bondad, fidelidad, mansedumbre, dominio propio. Contra estas *virtudes* no hay ley.”

Piénselo. Si estos principios (o este fruto) operan adecuadamente en nuestras relaciones – especialmente en el matrimonio – cuando haya diferencias de opinión, de deseos, de gustos o de disgustos; al practicar llevar o producir el fruto mencionado por Pablo, nos permitirá manejar

las diversidades con bondad, con gentileza y con mansedumbre, en vez de enfrentarlas con enojo, con brusquedad y con indiferencia.

Ningún matrimonio en la Biblia es un matrimonio modelo. Con la excepción de Adán y Eva antes de la caída, cada matrimonio subsiguiente ha sido imperfecto. Para tener un matrimonio cristiano, tenemos que escoger estar en un matrimonio cristiano lo cual es funcional solamente cuando empleamos los valores espirituales dados por Dios en Su Palabra. El escoger un matrimonio cristiano es como escoger ser cristiano/a. Es una decisión que tenemos que hacer cada día, día por día, como el comer y el respirar para mantenernos saludables y fuertes. Para que el matrimonio se mantenga vibrante y viable, los contrayentes tienen que nutrirlo de manera regular y constante. De lo contrario, pronto se debilitará y perecerá.

El hacer buenas elecciones en el matrimonio es poner en práctica el consejo de Efesios 5:15-17 que dice: “Entonces mirad con cuidado cómo andáis, no como necios, sino como sabios. Aprovechad bien el tiempo, porque los días son malos. Por tanto, no seáis insensatos, sino entendidos de cuál es la voluntad del Señor.” También en Proverbios 1:5 nos dice: “Oirá el sabio y aumentará su saber, y el entendido adquirirá destreza.”

Sobre las realidades del matrimonio y las elecciones que los cónyuges tienen que hacer para mantener fuerte su unión, Elena G. de White² nos ofrece lo siguiente:

VUESTRO AFECTO PODRÁ SER TAN CLARO COMO EL CRISTAL, ARROBADOR EN SU PUREZA, Y SIN EMBARGO, PODRÍA SER SUPERFICIAL POR NO HABER SIDO PROBADO. DAD A CRISTO, EN TODAS LAS COSAS, EL LUGAR PRIMERO, EL ÚLTIMO Y EL MEJOR. CONTEMPLADLE CONSTANTEMENTE, Y VUESTRO AMOR POR ÉL, EN LA MEDIDA EN QUE SEA PROBADO, SE HARÁ CADA DÍA MÁS PROFUNDO Y MÁS FUERTE. Y A MEDIDA QUE CREZCA VUESTRO AMOR POR ÉL, VUESTRO AMOR MUTUO AUMENTARÁ TAMBIÉN EN FUERZA Y PROFUNDIDAD. (HOGAR CRISTIANO. P. 90.4)

El compromiso en el matrimonio

El mismo fundamento de todo matrimonio saludable y profundamente enriquecedor es el compromiso. Es una decisión que cada persona casada tiene que hacer si va a permanecer casada. En este aspecto, el matrimonio cristiano no es diferente de cualesquiera otros matrimonios que hayan sido contraídos con carácter permanente. Cada persona tiene que decidir en cuanto al nivel de su compromiso, el cual será el proporción directa a su nivel de satisfacción matrimonial.

Como cualesquiera otras relaciones en la vida, el matrimonio también experimenta fluctuaciones. Con frecuencia decimos que no hay matrimonios perfectos porque no hay personas perfectas. De modo que, dicho esto, la perfección no es sinónimo del compromiso. Por lo tanto, el compromiso es indispensable, *sine qua non*, en cualquier relación matrimonial viable, justo como el oxígeno es indispensable para seguir viviendo.

Scott M. Stanley³, notable investigador de la familia y del matrimonio, sugiere que hay dos tipos de compromiso: de dedicación y de restricción

La dedicación es como un compromiso internalizado hacia un proyecto o hacia una persona. Expresa los más grandes deseos e intereses de una persona al asegurarse de que alguna cosa suceda. Por el otro lado, una restricción es más como una obligación de hacer algo, que de no hacerse, los resultados serían catastróficos. Mientras que la dedicación es como una influencia que compele a uno a seguir adelante, la restricción es como una fuerza, como un poder que empuja desde atrás.

La dedicación es operacional en la descripción que hace el apóstol Pablo del amor en 1 Corintios 13:4-8, donde él afirma que:

“EL AMOR ES SUFRIDO, ED BENIGNO. EL AMOR NO TIENE ENVIDIA. EL AMOR NO ES JACTANCIOSO, NO SE ENGRÍE, NO ES RUDO, NO BUSCA LO SUYO, NO SE IRRITA, NO GUARDA RENCOR; NO SE ALEGRA DE LA INJUSTICIA, SINO QUE SE ALEGRA DE LA VERDAD. *EL AMOR* TODO LO SUFRE,

TODOS LO CREE, TODO LO ESPERA, TODO LO SOPORTA. ... EL AMOR NUNCA SE ACABA.”

Toda relación matrimonial necesita tener ambos compromisos: dedicación y restricción; mientras más elevado sea el nivel de dedicación en la relación, mayor será el nivel de satisfacción. En los momentos en que los niveles de dedicación sean bajos, la restricción habilitará a las parejas a atravesar los oscuros valles que con frecuencia afectan las relaciones matrimoniales. Sin embargo, cada persona involucrada en la relación necesita ejercer el compromiso de la dedicación tan pronto pueda esta recuperarse, para que el matrimonio pueda ser, como dice Elena G. de White⁴, “un pequeño cielo en la tierra.” (*Hogar Cristiano*. p. 11.3)

Conclusión

A nosotros dos (A mi esposa/o y a mí) nos encanta la comida. Y aunque intencionalmente procuramos ser temperantes no solamente en lo que comemos, sino también en cuánto comemos, también es cierto que nos gustan algunas comidas más que otras, y que las consumimos con mayor frecuencia.

Ciertamente, dónde vamos a comer – es decir, qué clase de comida – después de llegar a casa, al estar varios días viajando, determina en gran medida la calidad de nuestro matrimonio en ese momento específico. Ésta es la prueba, en gran medida, de cuán bien estamos practicando lo que predicamos, y de cuán cerca de Jesús nos hemos mantenido.

En verdad, el matrimonio cristiano puede ser cristiano cuando, como verdaderos discípulos de Jesús, tomamos nuestra cruz diariamente y le seguimos en abnegación, en sacrificio propio, y siendo semejantes a Él a cada paso que damos. No basta el ser miembros bautizados de la iglesia para mantener nuestro matrimonio saludable y fuerte.

Tenemos que entender que el ser discípulos significa que nos hemos comprometido a servir, en vez de ser servidos; que buscamos las oportunidades para dar, en vez de aquellas para recibir de otros. Éste es el secreto de tener un matrimonio repleto de un compromiso

dedicado, que representa a Jesucristo sin nada tener de qué avergonzarnos.

El estar en una crisis matrimonial significa que estamos atravesando por una crisis espiritual, sin importar en cuántos estudios bíblicos estamos involucrados, ni a cuántas personas estamos dirigiendo al bautismo, o a los pies de Jesús. Sin embargo, cuando vemos nuestro matrimonio a la luz de la cruz de Cristo, y con gusto lo tomamos, siguiendo el ejemplo trazado por el Maestro, experimentaremos el gozo que proviene de confiar en Jesús para que Él haga en nosotros aquellas cosas que nosotros no podemos hacer por nosotros mismos. Ésta es la clase de matrimonio que se torna salvífico para nuestro cónyuge, para nuestros hijos, y para todos aquellos que están al alcance de nuestro círculo de influencia.

Al proponernos en nuestro corazón tomar hoy nuestra cruz, sea nuestra oración que nuestros matrimonios experimenten ese poder transformacional que trae gozo, paz y amor. Expresémoslo en las palabras del himno de John Hugh McNaughton (1829-1891): *Todo es bello en el hogar* (#509 HA y/o #591 HAN):

Todo es bello en el hogar
Tr.: W. Pardo G.
(#509 HA y/o #591 HAN)

TODO ES BELLO EN EL HOGAR CUANDO HAY AMOR;
NADA ALLÍ PODRÁ DAÑAR CUANDO HAY AMOR.
PAZ Y GOZO SE HALLARÁN, FUERZAS SE RESTAURARÁ,
Y EL SEÑOR SERÁ EL GUARDIÁN CUANDO HAY AMOR.

CORO
CON AMOR, CON AMOR,
TODO ES BELLO EN DERREDOR
CUANDO HAY AMOR.

HASTA EN CHOZAS HAY PLACER CUANDO HAY AMOR;
ODIO Y MAL NO PUEDE HABER CUANDO HAY AMOR.
CADA ROSA EN EL JARDÍN, LOS CLAVELES Y EL JAZMÍN
A MIS MALES PONEN FIN CUANDO HAY AMOR.

TIENE EL LABIO SU CANCIÓN CUANDO HAY AMOR;
LLEGA AL CIELO EL CORAZÓN CUANDO HAY AMOR.
EL RIACHO AL MURMURAR Y LAS AVES AL CANTAR
NOS INSPIRAN SIN CESAR CUANDO HAY AMOR.

MI JESÚS TE RUEGO HOY MÁS DE ESE AMOR,
YÁ QUE TUYO SIEMPRE SOY DAME ESE AMOR.
LOS QUE TIENES EN TU GREY SIEMPRE ANDAN EN TU LEY
Y TE HONRAN COMO REY POR TU GRAN AMOR.

Es nuestra oración que Dios nos bendiga para que logremos este fin.

Notes

- ¹ Oliver, W & E. (2015). *Real family talk: Answers to questions about love, marriage and sex*. Nampa, ID: Pacific Press, p. 32.
- ² White, E. G. (1952). *The Adventist home*. Hagerstown, MD: Review and Herald Publishing Association, p. 105. [*Hogar Cristiano*. p. 90.4]
- ³ Stanley, S. M. (2005). *The power of commitment: A guide to active, lifelong love*. San Francisco, CA: Jossey-Bass, p. 23.
- ⁴ White, E. G. (1952). *The Adventist home*. Hagerstown, MD: Review and Herald Publishing Association, p. 15. [*Hogar Cristiano*. p. 11.3]

El plan de Dios para los padres y los hijos

CLAUDIO Y PAMELA CONSUEGRA

El texto bíblico

“HIJO MÍO, OYE Y RECIBE MIS RAZONES, Y SE MULTIPLICARÁN LOS AÑOS DE TU VIDA.” PROVERBIOS 4:10

Introducción

La Biblia es como un mapa de carreteras. Dios nos dio este mapa para que tuviéramos direcciones correctas, para que pudiéramos llegar a salvo al destino que Él ha preparado para nosotros. Ése destino, en esta tierra, es tener familias buenas y saludables.

Jesús nos dijo: “... YO he venido para que (ustedes) tengan vida, y para que (ustedes) la tengan en abundancia.” (Juan 10:10) (el énfasis es nuestro).

A Dios le agrada que nuestras relaciones familiares sean fuertes y saludables.

Y aún así, el divorcio sigue ocurriendo – hasta en la iglesia.

El abuso todavía ocurre – hasta entre las congregaciones Adventistas.

Claudio Consuegra, DMin, es el Director del Departamento de Ministerios de Familia de la División Norteamericana de los Adventistas del Séptimo Día, en Silver Spring, Maryland, E.U.A.

Pamela Consuegra, PhD, es Directora Asociada del Departamento de Ministerios de Familia de la División Norteamericana de los Adventistas del Séptimo Día, en Silver Spring, Maryland, E.U.A.

Los padres aún se enfrentan a grandes retos con sus hijos. Hay padres [matrimonios] que recurren al aborto. Y aún hay niños que son víctimas del abuso. En algunos países hay niños que demandan legalmente en las cortes a sus padres, y se leen relatos de niños que exhiben un comportamiento agresivo en contra de sus padres.

El apóstol Pablo habla proféticamente acerca de las condiciones del mundo en los últimos días. Él comienza a establecer su marco de referencia diciendo: “Esto ten en cuenta, que en los últimos días vendrán tiempos peligrosos. Habrá hombres amadores de sí mismos, avaros, vanagloriosos, soberbios, blasfemos, desobedientes a los padres, ingratos, impíos, sin afecto natural, desleales, calumniadores, intemperantes, crueles, aborrecedores de lo bueno, traidores, arrebatados, infames, amantes de los placeres más que de Dios” (2 Timoteo 3:1-4).

Al leer esta lista, bien podemos identificar comportamientos negativos que definen nuestro mundo relacional. ‘soberbios, desobedientes a los padres, ingratos, sin afecto natural, aborrecedores, arrebatados.’

¿No es esto, acaso, lo que vemos ocurrir en muchos hogares hoy, en nuestros días?

Y esto no ocurre solamente en los hogares de los que no conocen a Dios. Ocurre en los hogares de personas que asisten regularmente a la iglesia. Después de que Pablo escribe esta

lista, donde se describa las personas de los últimos días, él añade las siguientes palabras: “tendrán apariencia de piedad, pero negarán su eficacia. A estos evita.” (2 Timoteo 3:5).

Él (Pablo) dice que las personas religiosas, las personas que asisten a la iglesia regularmente, tendrían estas experiencias en medio suyo.

Ésta es la razón por la cual es tan importante ser no solamente religioso, sino espiritual.

Una persona religiosa es aquella que cumple con sus responsabilidades religiosas, pero lo hace sin convicción, externamente. Una persona espiritual es aquella que cree de corazón, y cuyas expresiones externas de su religión proceden de sus convicciones íntimas. Esto se hace muy evidente en la manera en que nos relacionamos con los padres y con los hijos.

Con el propósito de ayudarnos, como individuos espirituales, la Biblia provee una cantidad de *Directrices Relacionales*¹. Son mandamientos intencionados a ayudarnos a crear un marco de referencias básico, un patrón básico para vivir en relación a nuestros semejantes.

Hallamos estas *Directrices Relacionales* dispersas a través de la Biblia. Éstas pueden ser agrupadas en diversas categorías. Algunas son muy genéricas y pueden aplicarse ampliamente a todo tipo de relaciones. Otras son muy específicas, y van dirigidas a personas que se hallan en ciertas relaciones particulares, tales como a las parejas de cónyuges, a los padres, a los hijos, a los vecinos o a los amigos.

Un buen ejemplo de una directiva genérica es lo que llamamos ‘la regla de oro’: “Así, todo lo que queráis que los hombres os hagan, hacedlo también vosotros a ellos. Ésta es la ley y los profetas.” (Mateo 7:12).

Y hay varias directrices que aplican a cómo los padres y los hijos se relacionan entre sí, unos con otros.

Consideremos cuatro (4) de estas directrices.

1. Hijos, honren a sus padres.

Una de las directrices mejor conocidas

nos llega directamente del Decálogo, los Diez Mandamientos. Se halla en la segunda mitad del Decálogo, que habla acerca de las relaciones con nuestros semejantes. El primer mandamiento de esta segunda parte dice: “Honra a tu padre y a tu madre, para que tus días se alarguen en la tierra que el Señor tu Dios te da.” (Éxodo 20:12).

El apóstol Pablo hace un comentario interesante con respecto a esto al decir que es “... el primer Mandamiento con promesa” (Efesios 6:2)

¡Honra a tu padre y a tu madre! ¿Qué significa honrar a tu padre y a tu madre? ¿Cómo se hace eso? Se honra al padre y a la madre respetándolos con nuestras palabras y con nuestras acciones, y con una actitud interna de estima por la posición que ocupan.

La palabra griega que significa honrar también tiene los significados de “reverenciar, apreciar, y valorar.”

[AQUÍ PUEDE INSERTARSE UN RELATO QUE ILUSTRE CLARAMENTE ESTE PRINCIPIO.]

Una vez más: ¿Cómo honramos a nuestros padres y a nuestras madres? Salomón, el hombre más sabio, instaba a los niños a respetar a sus padres. (Véase Proverbios 1:8; 13:1; 30:17).

¡Honra a tu padre y a tu madre! ¿Qué significa honrar a tu padre y a tu madre? ¿Cómo se hace eso? Se honra al padre y a la madre respetándolos con nuestras palabras y con nuestras acciones, y con una actitud interna de estima por la posición que ocupan.

La palabra griega que significa honrar también tiene los significados de “reverenciar, apreciar, y valorar.

[AQUÍ PUEDE INSERTARSE UN RELATO QUE ILUSTRE CLARAMENTE ESTE PRINCIPIO.]

Una vez más: ¿Cómo honramos a nuestros padres y a nuestras madres? Salomón, el hombre más sabio, instaba a los niños a respetar a sus padres. (Véase Proverbios 1:8; 13:1; 30:17).

Aunque ya no estemos bajo la autoridad

directa de nuestros padres, no podemos dejar de acatar el mandamiento directo de Dios de honrarlos. Aún Jesús, el Hijo de Dios, la segunda Persona de la Deidad, se sometió a sí mismo a la autoridad de sus padres terrenales (Lucas 2:51) y a la autoridad de su Padre Celestial (Mateo 26:39). Seguimos el ejemplo de Jesús cuando tratamos a nuestros padres de la manera reverente en que nos acercamos a nuestro Padre Celestial (Hebreos 12:9; Malaquías 1:6).

Honrémosles tanto con nuestras acciones como con nuestras actitudes (Marcos 9:6). Honremos sus deseos verbalizados así como aquellos que no verbalizan audiblemente. “El hijo sabio recibe el consejo del padre, el burlador no escucha la reprensión” Proverbios 13:1).

Elena G. de White comenta acerca de este mandamiento, que: “Está en vigencia para los niños y los jóvenes, para los adultos y los ancianos. No hay época en la vida en que los hijos estén excusados de honrar a sus padres. Esta solemne obligación rige para cada hijo e hija y es una de las condiciones impuestas para que se prolongue su vida en la tierra que el Señor dará a los fieles.” (*Hogar Cristiano*, 264.3).

Como compartía el pastor Mark Driscoll en uno de sus sermones: “Honrar significa respetar, hacer deferencia, someterse. Significa tener amor, aprecio y afecto hacia ellos. La honra es algo que comienza interiormente, y luego se manifiesta externamente. Como tienes honor en el corazón, éste se manifiesta en tus palabras”. (Kumar, 2013).²

2. Hijos, obedezcan a sus padres.

La segunda directriz se refiere a cómo los niños deben relacionarse con sus padres.

“HIJOS, OBEDECED EN EL SEÑOR A VUESTROS PADRES, PORQUE ESTO ES JUSTO”. (EFESIOS 6:1).

[PUEDE INSERTARSE AQUÍ ALGÚN RELATO QUE ILUSTRE LAS BENDICIONES DE LA

OBEEDIENCIA DE LOS HIJOS A LOS PADRES.]

Los padres quieren lo mejor para sus hijos. No están siendo innecesariamente arbitrarios cuando les piden o cuando les dicen a sus hijos que hagan tal o cual cosa ni cuando les prohíben que hagan tal o cual cosa.

Elena G. de White hace una afirmación sumamente importante cuando escribe lo siguiente:

UNA DE LAS GRANDES RAZONES DE QUE HAYA TANTO MAL EN EL MUNDO HOY ESTRIBA EN QUE LOS PADRES DEDICAN SU ATENCIÓN A OTRAS COSAS QUE LA QUE ES DE SUMA IMPORTANCIA: CÓMO ADAPTARSE A LA OBRA DE ENSEÑAR A SUS HIJOS CON PACIENCIA Y BONDAD EL CAMINO DEL SEÑOR. SI PUDIERA DESCORRERSE LA CORTINA, VERÍAMOS QUE DEBIDO A ESTA NEGLIGENCIA MUCHÍSIMOS HIJOS QUE SE HAN EXTRAVIADO SE PERDIERON Y ESCAPARON A LAS BUENAS INFLUENCIAS. PADRES, ¿PODÉIS TOLERAR QUE ASÍ SUCEDA EN VUESTRA EXPERIENCIA? NO DEBIERA HABER PARA VOSOTROS OBRA TAN IMPORTANTE QUE OS IMPIDA DEDICAR A VUESTROS HIJOS TODO EL TIEMPO QUE SEA NECESARIO PARA HACERLES COMPRENDER LO QUE SIGNIFICA OBEDECER AL SEÑOR Y CONFIAR PLENAMENTE EN ÉL.... (WHITE. HOGAR CRISTIANO. P. 162.3).

La naturaleza y los resultados de la obediencia a los padres es tan importante que la Biblia los especifica. Entre estos, se encuentran los siguientes:

“HIJOS, OBEDECED A VUESTROS PADRES EN TODO, PORQUE ESTO AGRADA AL SEÑOR”. (COLOSENSES 3:20).

“HIJOS, OBEDECED EN EL SEÑOR A VUESTROS PADRES, PORQUE ESTO ES JUSTO”. (EFESIOS 6:1)

“OYE, HIJO MÍO, LAS INSTRUCCIONES DE TU PADRE, Y NO DESPRECIAS LA DIRECCIÓN DE TU MADRE”. (PROVERBIOS 1:8).

Las primeras dos directrices nos guías claras acerca de cómo deben relacionarse los hijos con

los padres. Los dos principios abarcadores en estas dos directrices son: Honrar y Obedecer a los padres.

3. Padres, entrenen a sus hijos.

Pero la Biblia no provee directrices en una dirección solamente – sobre cómo los hijos deben relacionarse con los padres. La Biblia también provee directrices para los padres, para que ellos también sepan cómo relacionarse con sus hijos.

La tercera directriz que consideraremos hoy la encontramos en el Antiguo Testamento.

“ADIELTRA AL NIÑO EN EL CAMINO QUE DEBE SEGUIR, Y AINQUE SEA ANCIANO, NO SE APARTARÁ DE ÉL”. (PROVERBIOS 22:6).

En algunas instancias, este texto ha traído confusión y ha sido mal entendido por los padres.

El Comentario Bíblico Adventista nos brinda unas vislumbres interesantes:

MUCHOS PADRES HAN TOMADO ESTE VERSO COMO SANCIÓN POR FORZAR A UN NIÑO A SEGUIR LA PROFESIÓN U OFICIO QUE PIENSAN QUE DEBERÍA. ASÍ HAN TRAÍDO DOLOR Y LA DECEPCIÓN SOBRE SÍ MISMOS, PARA EL NIÑO, DE CRECER, VA A MENUDO DE UNA MANERA TOTALMENTE DIFERENTE. EL VERSO MÁS BIEN ACONSEJA A LOS PADRES A APRENDER LA FORMA EN QUE SU NIÑO EN PARTICULAR PUEDE ESPERARSE QUE SEA DE LA MAYOR PARTE DEL SERVICIO A SÍ MISMO YA OTROS, Y EN LA QUE SE ENCUENTRA LA MAYORÍA FELICIDAD. LA ESTACIÓN ESPECÍFICA EN LA VIDA NOMBRADO PARA UN HOMBRE ESTÁ DETERMINADA POR SUS CAPACIDADES. PARA TODAS LAS PERSONAS DIOS HA ASIGNADO UN LUGAR EN SU GRAN PLAN. DIOS HA EQUIPADO AL HOMBRE CON LAS CAPACIDADES NECESARIAS PARA LLENAR ESTE LUGAR ESPECIAL. POR LO TANTO, LA ELECCIÓN DE UNA OBRA DE VIDA DEBE ESTAR EN LÍNEA CON LA TENDENCIA NATURAL. LOS ESFUERZOS DE LOS PADRES Y EL NIÑO DEBE SER DIRIGIDA HACIA EL

DESCUBRIMIENTO DE LA CLASE DE TRABAJO QUE EL CIELO YA HA DETERMINADO.

LA INSPIRACIÓN DECLARA QUE ESTE VERSÍCULO ORDENA A LOS PADRES PARA “DIRIGIR, EDUCAR, DESARROLLAR”, PERO QUE PARA HACER ESTO “ELLOS MISMOS DEBEN ENTENDER EL” CAMINO “QUE EL NIÑO DEBE IR”.

NICHOL, 1977 [TRADUCIDO]

Algunas veces, los padres quieren que los hijos sigan en sus pisadas. Un maestro quiere que su hijo sea maestro, una abogada quiere que su hija sea abogada, un médico quiere que su hijo sea médico, y un carpintero quiere que su hijo sea carpintero. Algunos padres procuran empujar a sus hijos para que lleguen a ser lo que ellos anhelaban llegar a ser, pero no pudieron lograrlo.

Pero en este proceso los padres pueden estar ahogando los sueños y anhelos personales de sus hijos para su propio futuro que los jóvenes visualizan. Ya que los hijos tienen sus personalidades particulares y sus propios talentos, puede ser que sus intereses no sean los mismos que los que tienen sus padres para ellos, y los niños pueden terminar frustrados porque no han podido, no se les ha ‘permitido’ perseguir sus propios intereses y anhelos.

Como padres, necesitamos entender que nuestra primera y más importante responsabilidad es guiar los hijos hacia Dios. Ése debiera ser nuestro enfoque, en vez de empujar a nuestros niños hacia la senda de una carrera específica.

El pasaje siguiente de las Sagradas Escrituras es la SHEMA, que hasta en nuestros días, es recitada cada mañana y cada tarde por los judíos ortodoxos practicantes.

“ÉSCUCHA, ISRAEL: EL SEÑOR NUESTRO DIOS ES UNO SOLO. AMARÁS AL SEÑOR TU DIOS CON TODO TU CORAZÓN, CON TODA TU ALMA Y CON TODO TU PODER. Y ESTAS PALABRAS QUE TE MANDO HOY, ESTARÁN SOBRE TU CORAZÓN. LAS REPETIRÁS A TUS HIJOS, Y HABLARÁS DE ELLAS CUANDO ESTÉS EN CASA O CUANDO VAYAS POR EL CAMINO, AL ACOSTARTE Y AL LEVANTARTE.” (DEUTERONOMIO 6:4-7).

El apóstol Pablo añade: "... Padres ... criadlos [a los hijos] en disciplina y amonestación del Señor". (Efesios 6:4).

Enseñen a sus hijos por medio de tu ejemplo. Como el tren tiene su locomotora y los vagones le siguen, sus hijos le seguirán a dondequiera que los guíen. Guíenlos con un buen ejemplo.

Enseñenlos con paciencia, con ternura y con mucho amor.

Enseñenlos pensando siempre, y primero que nada más, que el bienestar de sus almas debe ser la primera consideración que se tenga en mente.

Enseñenlos para que obtengan un buen conocimiento y un buen entendimiento de la Biblia.

Enseñenlos para que hagan de la oración un hábito diario.

Enseñenlos para que asistan a los cultos en la iglesia regularmente, y para que se involucren en la vida y en el ministerio de la iglesia. Enseñenlos para que apoyen la iglesia con su tiempo, con sus talentos y con sus bienes y ganancias.

Enseñenlos para que aprendan a depender y a confiar en su fe para abrir los portales celestiales.

Enseñenlos para que sean obedientes a Dios y a sus padres.

Enseñenlos para que hablen verazmente, solo la verdad siempre.

Enseñenlos para que conozcan a Dios, para que confíen en Él, para que lo amen, para que lo compartan, para que vivan por Dios en esta vida y en la venidera.

4. Padres, no irriten a sus hijos.

La última de las directrices que consideraremos hoy la hallamos en el Nuevo Testamento.

"PADRES, NO IRRITÉIS A VUESTROS HIJOS PARA QUE NO SE DESALIENTEN. (COLOSENSES 3:21).

Pablo escribió estas palabras a la iglesia en Colosas, pero también escribió palabras semejantes a la iglesia de Efeso: "... Padres, no irritéis a vuestros hijos; sino criadlos en disciplina y amonestación del Señor". (Efesios 6:4).

En la majestuosa compilación de escritos de Elena G. de White acerca de los niños – *Conducción del Niño* – ella establece algunos puntos sumamente importantes sobre esta directriz bíblica.

Refiriéndose a las palabras que utiliza el apóstol Pablo al escribir a los efesios, Elena G. de White da un ejemplo de cómo una progenitora provoca a su criatura:

"A VECES HACEMOS MÁS PARA PROVOCAR QUE PARA GANAR. HE VISTO A UNA MADRE ARREBATAR DE LA MANO DE SU HIJO ALGO QUE LE OCASIONABA PLACER ESPECIAL. EL NIÑO NO VEÍA LA RAZÓN DE ELLO, Y NATURALMENTE SE SINTIÓ MALTRATADO. LUEGO SIGUIÓ UN ALTERCADO ENTRE AMBOS, Y UN VIVO CASTIGO PUSO FIN A LA ESCENA, POR LO MENOS APARENTEMENTE; PERO ESTA BATALLA DEJÓ EN LA MENTE TIERNA UNA IMPRESIÓN QUE NO SE IBA A BORRAR FÁCILMENTE. ESA MADRE ACTUÓ IMPRUDENTEMENTE. NO RAZONÓ DE CAUSA A EFECTO. SU ACCIÓN DURA, POCO JUICIOSA, DESPERTÓ LAS PEORES PASIONES EN EL CORAZÓN DE SU HIJO, Y EN TODA OCASIÓN SIMILAR ESAS MISMAS PASIONES SE IBAN A DESPERTAR Y FORTALECER.— (CONDUCCIÓN DEL NIÑO. P. 261.2; CONSEJOS PARA LOS MAESTROS PADRES Y ALUMNOS. P. 90).

Algunas veces los padres dedican demasiado tiempo buscando faltas en sus hijos en cada cosa que los niños hacen. Escuchen las siguientes palabras:

NO TENÉIS DERECHO DE ENSOMBRECER LA FELICIDAD DE VUESTROS HIJOS MEDIANTE LA CRÍTICA O UNA SEVERA CENSURA POR FALTAS INSIGNIFICANTES. LOS VERDADEROS ERRORES DEBIERAN SER PRESENTADOS TAN PECAMINOSOS COMO REALMENTE SON, Y DEBIERA SEGUIRSE

UNA CONDUCTA FIRME Y DECIDIDA PARA EVITAR QUE REAPAREZCAN. SIN EMBARGO, NO SE DEBE DEJAR A LOS HIJOS EN UN ESTADO FALTO DE ESPERANZA, SINO CON CIERTO GRADO DE ÁNIMO PARA QUE PUEDAN MEJORAR Y GANAR VUESTRA CONFIANZA Y APROBACIÓN. LOS HIJOS QUIZÁ DESEEN HACER LO CORRECTO, QUIZÁ SE PROPONGAN EN SU CORAZÓN SER OBEDIENTES, PERO NECESITAN AYUDA Y ÁNIMO. CONDUCCIÓN DEL NIÑO. P. 261.3

Me encantan las palabras finales de esta cita: “Los hijos quizá deseen hacer lo correcto, quizá se propongan en su corazón ser obedientes, pero necesitan ayuda y ánimo.”

Les instamos a que inviertan un poco de tiempo y lean el capítulo 48 de ese libro en el que Elena de White nos dice a los padres que no seamos demasiado ásperos en la manera de disciplinar a los niños, que no censuremos a los niños continuamente, que no seamos arbitrarios en nuestro curso de acción, y muchos otros buenos consejos.

Conclusión

En la Biblia hay muchas otras directrices que nos enseñan a relacionarnos unos con otros como padres e hijos.

Hoy hemos visto solamente cuatro de estas directrices.

A los hijos, la Biblia les dice: “Honra a tu padre y a tu madre”, y “obedezcan a sus padres”.

A los padres, la Biblia les dice: “Enseñen a sus hijos”, y “No irriten a sus hijos”.

Dios desea que tengamos relaciones buenas, saludables y positivas con nuestros hijos. Él quiere que esas relaciones sean un reflejo de la relación que tenemos con Él.

[AQUÍ, USTED PUEDE UTILIZAR ALGÚN RELATO RELEVANTE PROPIO, O PUEDE UTILIZAR EL SIGUIENTE RELATO PARA CONCLUIR SU SERMÓN.]

Se cuenta la historia de un hombre que llegó a su casa del trabajo tarde, cansado e irritado, y encontró a su niño de cinco años esperándolo a la puerta. Su conversación fue algo así:

- HIJO: Papi, ¿te puedo hacer una pregunta?
 PADRE: ¡Sí, claro! ¿De qué se trata?
 HIJO: Papi, ¿a cómo ganas por hora?
 PADRE: ¡Eso a ti no te importa! ¿Por qué preguntas tal cosa?! – le respondió enojado.
 HIJO: ¡Solamente quiero saber! Dime, ¿cuánto ganas en una hora?
 PADRE: ¡Pues si es que tienes que saber, gano a 30 dólares por hora! – le gritó.
 HIJO: Oh. – Y el niño colgaba su cabecita en dirección al suelo, como mirándose los pies.
 HIJO: Papi, ¿podrías, por favor, prestarme un dólar?

El padre estaba furioso. Con ira en su voz, casi le ladraba al niño.

PADRE: ¡¡Si la única razón por la que preguntaste eso es para que te preste dinero para comprar algún juguete tonto o alguna otra bobería, te me vas directamente a tu cuarto ahora mismo!!

Rápidamente el niño se fue a su cuarto, y cerró la puerta silenciosamente.

Después de un rato, el hombre se iba calmando, y comenzó a pensar. ‘Tal vez había algo que el niño realmente necesitaba comprar con aquel dólar que le había pedido prestado,... porque el niño no acostumbraba a pedirle dinero con frecuencia.

El padre fue al cuarto del niño, y abrió la puerta.

- PADRE: ¿Estás dormido, hijito? – susurró.
 HIJO: No, Papi. Estoy despierto.
 PADRE: He estado pensando... que tal vez fui demasiado duro contigo hace un rato. Aquí está el dólar que me pediste.

El niño quedó sentado al instante. Sonreía de oreja a oreja., y exclamó:

HIJO: ¡¡Oh, gracias, Papi!!

De debajo de su almohadita sacó algunos billetes estrujados. Y cuando el padre vio que el niño ya tenía algo de dinero, comenzó de nuevo a enojarse rápidamente.

El niño contó su dinero despacio, y al terminar, levantó la vista a su padre. Con el ceño fruncido, el padre interpelló a su hijo:

PADRE: ¿¿Porqué quieres más dinero, si ya tienes?!

HIJO: Porque no tenía suficiente, pero ahora sí.

Papi, ahora tengo 30 dólares. ¿Puedo comprar una hora de tu tiempo? Por favor, ven temprano mañana. Quiero que cenemos juntos.

El padre quedó anonadado. Le echó los brazos al cuello a su hijo, y le rogó que lo perdonara.³

Padres, amen a sus hijos, enseñen a sus hijos. Y no irriten a sus hijos.

Hijos de cualesquiera y de todas las edades, amen a sus padres, honren a sus padres. Y obedezcan a sus padres.

Es mi oración que sus relaciones sean siempre de respeto mutuo, de mutua admiración y de aprendizaje mutuo. AMÉN.

Referencias

Nichol, F. D. (Ed.). (1977). *The Seventh-day Adventist Bible Commentary [Comentario Bíblico Adventista]*. (Vol. 3, p. 1020). Review and Herald Publishing Association.

White, E. G. (1954), *Child Guidance. Guidance [Conducción del niño]*. Southern Publishing Association Nashville, Tennessee.

White, E. G. (1952). *The Adventist home. [El hogar cristiano]*. Hagerstown, MD: Review and Herald Publishing Association.

Notas

¹ North American Division Department of Family Ministries (2009). *Family Ministries Curriculum for Local Church Leaders*. (3rd Ed.). AdventSource, Lincoln NE.

² Kumar, A. (2013). Retrieved from <http://www.christianpost.com/news/mark-driscoll-on-why-and-how-to-honor-father-mother-106600/> (accessed 2/10/15).

⁴ Jain, R. (2012). Retrieved from ishikajain.com/2012/06/15/a-beautiful-inspirational-story-on-relationships-message-for-parents/

Construyendo el matrimonio y la familia

TRAFFORD FISCHER

Texto Bíblico

DESPUÉS DE HACER UNA INSPECCIÓN, ME LEVANTÉ Y DIJE A LOS NOBLES, A LOS OFICIALES, Y AL RESTO DEL PUEBLO: “NO TEMÁIS ANTE ELLOS. ACORDÁOS DEL SEÑOR GRANDE Y TEMIBLE. Y PELEAD POR VUESTROS HERMANOS, VUESTROS HIJOS E HIJAS, POR VUESTRAS ESPOSAS Y VUESTRAS CASAS”. (NEHEMÍAS 4:14)

20

El Antiguo Testamento registra varias ocasiones en las que los reyes de Babilonia y de Persia llevaron cautivos de los residentes de Jerusalén. No sabemos los nombres de todos los que fueron forzados a salir de sus hogares, pero sí sabemos que Daniel [Beltsasar], [Ananías] Sadrac, [Misael] Mesac y [Azarías] Abednego fueron incluidos entre los cautivos tomados por Nabucodonosor, rey de Babilonia; y que Nehemías fue llevado a Susa por el rey de Persia.

También sabemos que estos hombres fueron nombrados como líderes en sus nuevas comunidades adoptivas aunque ellos eran esclavos y cautivos. No se sabe cómo ni por qué, pero Nehemías fue nombrado ‘Coper’ del rey. El rey tiene que haberlo considerado un cautivo responsable y digno de confianza.

Un día, Anani, el hermano de Nehemías que todavía vivía en Jerusalén, llegó a Susa con

.....
Trafford Fischer, DMin, es el Director del Departamento de Ministerios de Familia en la División del Pacífico Sur, en Sydney, NSW, Australia.

algunos otros hombres a visitar a Nehemías. Nehemías le preguntó cómo estaban las cosas allá por casa, en Jerusalén, y el informe no fue nada positivo. Ellos le contestaron: “El remanente, los que quedaron del cautiverio allá en la provincia, están en gran mal y afrenta. La muralla de Jerusalén está derribada, y sus puertas quemadas a fuego”. (Nehemías 1:3).

Nehemías amaba Jerusalén, y quedó muy perturbado con aquellas noticias. Él se sentó a lamentar y a hacer duelo por su ciudad y por su gente; él oró y ayunó durante varios días. Nehemías nunca había estado triste en la presencia del rey. Cuando él regresó al servicio del rey, el rey le dijo: “¿Por qué está tu semblante triste, siendo que no estás enfermo? No es esto sino quebranto de corazón”. (Nehemías 2:2).

¡Qué perceptivo era el rey! ¡Qué increíble don – la capacidad de notar cuando alguien está triste, y animarlo o animarla para que comparta su tristeza. Muchas veces nos involucramos tanto con las tareas que estamos haciendo que apenas nos damos cuenta cuando alguien está sufriendo. Muchas veces les pasamos por el lado, y no notamos su dolor. Saludamos, y no tomamos tiempo para notar el dolor en sus ojos, el ceño fruncido por la preocupación ni las lágrimas de dolor. Tenemos que rogarle a Dios que nos ayude a ser más como el rey de Persia – a ser más prontos para decirle a los dolientes que nos rodean – “Tú estás triste, y pareciera que no es porque estás enfermo – esto tiene que

ser quebranto del corazón,' y ofrecerles el apoyo y el consuelo apropiados.

Nehemías, con temor y espanto, le cuenta al rey cómo están las cosas allá en Jerusalén; y el rey le pregunta qué quisiera él hacer al respecto. Ni lento ni perezoso, Nehemías le dice que él quisiera regresar a Jerusalén a reconstruir la ciudad. Es sorprendente que el rey [Artajerjes II] le dijo ¡que hiciera exactamente eso! Además, le otorgó a Nehemías cartas para los distintos gobernadores de las provincias circunvecinas para autorizar su travesía y su misión, y además le asignó oficiales del ejército para garantizar su seguridad. (Nehemías 2:6-10).

Y así, Nehemías se encaminó de regreso a Jerusalén, y después de tres días de haber llegado, tomó a tres hombres y se puso a inspeccionar la condición de la ciudad personalmente. Halló que el informe de su hermano era preciso. Los muros estaban derrumbándose, y en algunas partes, completamente caídos. Las puertas de la ciudad estaban quemadas, y no servían para nada. Pero Nehemías no se desanima ni se descorazona. ¡Se enrolla las mangas, y comienza a trabajar! Llamó a los líderes de la ciudad, y les dijo: "...Venid, y edifiquemos la muralla de Jerusalén, y no estemos más en oprobio". También les dijo acerca de la bondadosa mano de Dios, que le había dado gracia en Susa, y lo que el bondadoso rey le había dicho. Y la gente respondió: "Levantémonos y edifiquemos" (Nehemías 2:18). Nehemías consigue el apoyo de todas las familias, y los involucra a todos en la reconstrucción de la muralla. Sección por sección, van quitando los escombros y vuelven a colocar las piedras del muro.

En el capítulo 3 de Nehemías encontramos un listado de los nombres de los que se unieron en la reparación de los muros y de las puertas de la ciudad. Eliasib, el Sumo Sacerdote, y los sacerdote a su cargo, trabajaron en la reconstrucción de la Puerta de las Ovejas (Nehemías 3:1); los hijos de Sena reedificaron la Puerta del Pescado (Nehemías 3:3); Uziel, hijo de Haraía, uno de los plateros, reparó la siguiente sección, y se le unió Ananías, hijo de un perfumista (Nehemías 3:8). En el versículo 12 se menciona que Salum, hijo de

Aloes, gobernador de la mitad del distrito de Jerusalén, con la ayuda de sus hijas, restauró la siguiente sección. ¡Esto era verdaderamente un proyecto de familia! Y trabajaron enfocados y muy enérgicamente. Nehemías informa que "el pueblo tuvo ánimo para obrar" (Nehemías 4:6) de todo corazón.

Hay algo excitante al trabajar juntos como familias en un proyecto, especialmente cuando lo hacemos de todo corazón. Las familias que se unen en servicio a la comunidad y en el ministerio con amor y gracia tienen un profundo impacto en los demás, y desarrollan un sentido familiar de 'unidad'.

Albert Schweitzer decía: "Yo no sé cuál será su destino, pero sí sé una cosa: los únicos entre ustedes que serán realmente felices son aquellos que hayan buscado y encontrado la manera de servir".¹ Y John Wesley añade siguiente maravillosa directiva: "Haz todo el bien que puedas, por todos los medios que puedas, de todas las maneras que puedas, en todos los lugares que puedas, en cada momento que puedas, a todas las personas que puedas, por tanto tiempo como puedas".²

Nuestras iglesias prosperarán cuando todas las familias trabajen juntas en la iglesia "de todo corazón". Hace un tiempo, un miembro de iglesia me dijo que él no se sentía feliz con su iglesia. Él decía que la iglesia 'debía estar haciendo más por la comunidad! Yo le respondí: "¿Cuáles familias, o familia, debían estar haciendo más por la comunidad?" Me miró sorprendido, de manera que le pregunté de nuevo: "¿Cuál familia en particular, o familias debían estar haciendo más?" Meditó en esto por un momento, y luego, sonriendo, me dijo: "Yo creo que yo debiera estar haciendo más". La iglesia es "una familia de familias".

En nuestros días, la iglesia está compuesta por un conglomerado de familias. ¡La iglesia no es una 'cosa' nebulosa e indefinida que existe para recibir quejas, ni para ser ridiculizada, ni para que se vea como la fuente que suplente todas las necesidades! ¡Es una gran familia de familias! He aquí una razón clave por la que tenemos que dedicar tiempo y energías para cultivar nuestras

relaciones, para hacer un compromiso real para fortalecer y enriquecer nuestros matrimonios y nuestras familias. Si tenemos matrimonios fuertes y familias saludables, tendremos una iglesia fuerte y saludable. A esto tenemos que dedicarnos “de todo corazón”.

Bueno, la restauración de la muralla de Jerusalén fue una empresa exitosa y saludable hasta que Sambalat y Tobías y algunos otros de las comunidades locales oyeron del asunto. ¡A estas personas no les gustó lo que vieron! No querían que Jerusalén tomara forma nuevamente. Ellos se sentían más seguros cuando la ciudad estaba destruida, de manera que comenzaron a crear problemas. Acosaban a los constructores con comentarios burlones y desalentadores. Tobías el amonita gritaba: “Aunque edifique, si sube una zorra derribará su muralla de piedra” (Nehemías 4:3). Los edificadores del muro se volvieron miedosos y desanimados.

Ellos estaban preocupados por su seguridad personal (Nehemías 4:10-12). ¡Nehemías, sin embargo, toma muy en serio aquellas amenazas, y se dedica de todo corazón a resolverlas!

Ahora prestemos atención a Nehemías 4:14: “Después de hacer una inspección, me levanté y dije a los nobles, a los oficiales y al resto del pueblo: ‘No temáis ante ellos. Acordaos del Señor grande y temible. Y pelead por vuestros hermanos, vuestros hijos e hijas, por vuestras esposas y vuestras casas’”.

‘Acordaos del Señor’

Nehemías provee la mejor respuesta a las preocupaciones de la gente: “Acordaos del Señor grande y temible”. Amigos, servimos a un Dios maravilloso. No somos discípulos de alguna bocanada de humo, ni de algún dios con pretensiones de grandeza, ni aún servimos a algún dios desconocido. Nuestro Dios es el Señor grande y temible, y nosotros somos la niña de sus ojos; la oveja perdida rescatada por sus propias manos, sus hijos e hijas pródigos, quienes, “... Cuando aún estaba [estábamos] lejos”, el Padre nos ve, se compadece de nosotros y corre a darnos la bienvenida a casa.

(Lucas 15:20). Él no es un Dios lejano, ni un juez vengativo, ni un gobernante encallecido que da dones de mala gana a algunos pocos. Nuestro Dios es grande y maravilloso, y se ha involucrado personalmente con nosotros para hacernos Su pueblo.

Pelear por nuestras relaciones

Ahora, fijémonos en lo que Nehemías le dice al pueblo. Después de señalarles a su Dios maravilloso, él les dice: “Pelead por vuestros hermanos, vuestros hijos e hijas, por vuestras esposas y vuestras casas.” (Nehemías 4:14).

Nehemías le dijo al pueblo: ‘Nuestro Dios es grande y maravilloso. Así que siéntense cómodos y no hagan nada más. ¡Sigán con sus vida y con sus quehaceres como siempre se hace, y dejen todo en las manos de Él!’ ¡¡NO!! ¡¡No es esto lo que leemos en este versículo!! Nehemías les dijo: “Pelead por vuestros hermanos, vuestros hijos e hijas, por vuestras esposas y vuestras casas.” (Nehemías 4:14).

En varias ocasiones registradas en las Sagradas Escrituras Dios instó a su pueblo a permanecer quieto para que pudiera ver Su gran poder en acción. Le dijo a Moisés: “El Señor peleará por vosotros. Estad tranquilos.” (Éxodo 14:14). Pero en tantas otras ocasiones, el Señor les llamó a la acción. Cuando Jesús sanó a las personas, Él les llamó a la acción: “estira tu mano”, “toma tu lecho”, “ve y lávate en el estanque”.

Nehemías les dice a la gente: ‘Estos son tiempos serios. ¡Ésta es una crisis! ¡Tenemos que levantarnos en favor de nuestras familias, y hacer todo lo que podamos para protegerlas y mantenerlas intactas, unidas! ¡No podemos darnos el lujo de dejarnos llevar por la corriente, de flotar a la deriva y esperar que ocurra lo mejor posible para nosotros! ¡Este es el momento de actuar!’

Puedo recordar a mi madre, cuando yo era niño, que me decía muchas veces: “¡No te quedes ahí parado! ¡Haz algo!” Nehemías llamó a sus familiares a la acción. ‘No se queden parados ahí preocupándose, inquietos: Reconozcan que

su Dios es un Dios maravilloso, y muévanse a la acción.’

¡Cuando yo era adolescente, fui con mi hermano mayor y cuatro otros amigos en un viaje de cuatro días en canoa por un río que daba vueltas y más vueltas por la pradera, lleno de troncos de árboles caídos! Teníamos que estar siempre alerta, atentos a los peligros en potencia que pudieran ocasionar daño a nuestras canoas, y hasta poner nuestras vidas en riesgo. Uno de nuestros amigos se sentaba al frente de nuestra canoa para cuatro personas, y su tarea era alertarnos de los peligros inmediatos que pudiéramos enfrentar para que tomáramos acción preventiva, y así mantenernos seguros en nuestra travesía por el río. Esto significaba que teníamos que remar juntos, coordinadamente, para mantenernos libres del alcance de los peligros. ¡Desafortunadamente, nuestro amigo se equivocaba algunas veces. Si veía un tronco flotando en el río a una distancia considerable, él gritaba: ‘Tronco’, y remaba frenéticamente en cualquier dirección. Pero si aparecía de pronto un tronco inmediatamente frente a nosotros, y era urgente que todos supiéramos para tomar acción, él se inmovilizaba del susto, y no podía ni hablar ni remar. Simplemente, se quedaba tieso, momentáneamente paralizado en su asiento por el miedo.

Nehemías no podía darse el lujo de tener al frente de sus grupos de trabajo a esta clase de personas, que se inmovilizaban por el pánico cuando era tiempo de actuar. Ni podía darse el lujo de que su gente no supiera de la urgente necesidad de trabajar juntos con energía y compromiso. No era éste el momento de sentarse sin hacer nada – éste era el momento de ‘hacer algo’. ¡Y ahora es también ese tiempo! Hay grandes peligros ‘en el río’, justo frente a nosotros.

Construir y proteger

Ahora fíjense en los versículos 16 y 17 de Nehemías 4: “Pero desde aquel día, la mitad de mis hombres trabajaron en la obra, y la otra mitad tenían lanzas y escudos, arcos y corazas. Y los príncipes estaban detrás de toda la casa de Judá. Los que edificaban la muralla y los

cargadores, con una mano trabajaban en la obra, y en la otra tenían la espada”.

¡Ellos ‘construían’ con una mano y ‘protegían’ con la otra! El plan de Nehemías es sencillo, pero es atrevido y retador – ‘construir’ y ‘proteger’. Él no se concentra solamente en la construcción, dejando a su gente vulnerable a cualquier ataque; ni utiliza sus energías y sus recursos protegiendo a la gente, pero viviendo en un montón de escombros. Él construye y protege.

Relaciones que se desboronan

En nuestra comunidad hay muchos matrimonios y familias que son murallas que se desboronan y puertas quemadas. Tristemente, en nuestra iglesia puede haber parejas que sienten que sus matrimonios se están desboronando y están luchando por mantener sus familias unidas. Hay familias que pueden estar sintiéndose como puertas que se están arrancando de sus goznes. Como familias de Dios – familias que viven y que sirven al Dios maravilloso – tenemos que trabajar juntos y pelear por aquello que consideramos importante. Tenemos que evaluar cuidadosamente nuestra cultura y nuestras costumbres, y no permitir que nos metan a un molde de un mundo distinto y diferente. Tenemos que decidir con cuáles cambios podemos vivir y con cuáles no podemos transar. Necesitamos decidir dónde vamos a trazar la línea y a mantenernos firmes. No podemos darnos el lujo de dejarnos flotar con los ojos cerrados, esperando que nos suceda no lo mejor. Todavía tiene sentido el antiguo aforismo: “El pez muerto flota con la corriente; es el pez vivo el que nada en contra de la corriente”.

Matrimonios moldeados por Dios

Una de las imágenes más poderosas que ilustran lo que Dios tiene en mente para nosotros como parejas casadas y como familias, se encuentra en Efesios. Pablo exhorta: “Maridos, amad a vuestras mujeres, así como Cristo amó a la iglesia, y se entregó a sí mismo por ella... De ese modo, el esposo debe amar a su esposa como a su mismo cuerpo. El que ama

a su esposa, a sí mismo se ama. Porque nadie odió jamás a su propia carne, antes la nutre y la cuida, como también Cristo a la iglesia”. (Efesios 5:25, 28-29).

La relación matrimonial es un símbolo del amor de Dios por su pueblo. ¡Una pareja casada es una afirmación al mundo acerca de cuánto amor nos tiene Dios! Éste es un muy significativo reto que se nos presenta hoy a todos los que estamos en la iglesia casados. Dios ha dicho que el matrimonio entre un hombre y una mujer ha de ser un poderoso testimonio ante todos de que Dios ama a su pueblo como nosotros nos amamos el uno al otro. Sería maravilloso si, al expresar nuestro amor el uno por el otro, la gente pudiera tener una vislumbre del amor de Dios, y exclamar: “¡Verdaderamente Dios ama profundamente a su pueblo!”

Pablo exhorta a los hombres de la iglesia de Éfeso que amen a sus esposas, y a las esposas a que respeten a sus esposos. “No obstante, cada uno de vosotros, ame también a su esposa como a sí mismo. Y la mujer, respete a su esposo”. (Efesios 5:33). No hay ni la más mínima indicación de que deben rendirse cuando las relaciones pasan por momentos de dificultad, ni de verlas como demasiado difíciles como para comprometernos con su construcción y desarrollo y enriquecimiento. Pablo introduce el principio de la reciprocidad: ‘Los esposos deben amar a sus esposas y las esposas, respetar a sus esposos’.

Éste es el mismo principio con relación a los hijos. Pablo aconseja: “Hijos, obedeced en el Señor a vuestros padres”. (Efesios 6:1). Esto sugiere que los padres deben facilitar el ser honrados por los hijos. Luego dice: “... Padres, no irritéis a vuestros hijos”. (Efesios 6:4). Y en Colosenses nos dice: “Padres, no irritéis a vuestros hijos, para que no se desalienten”. (Colosenses 3:21). Hijos, esto significa que deben hacer todo lo que esté a su alcance para no molestar a sus padres.

Las investigaciones continúan demostrando el poderoso impacto que tiene un matrimonio fuerte y una familia feliz sobre muchos aspectos

de la vida. Los matrimonios y los hogares felices contribuyen a una mejor salud, a una más larga vida, a un mayor sentido de felicidad y de bienestar personal. También contribuye a una mejor calidad de vida, a menos dificultades en la escuela para los niños, a menos problemas asociados con las drogas y con el alcohol, y a menos problemas de conducta con los adolescentes y los niños.³

Se nos invita a construir y a proteger nuestros matrimonios y nuestras familias. Se nos insta a pelear por nuestros hermanos, hermanas, padres, hijos y hogares. ¡Ésta es una clarinada definitiva para que invirtamos en nuestras familias, sin importar su descripción o de su forma! ¡Su familia puede ser distinta a la mía! Algunos de ustedes puede que hayan experimentado cambios en sus familias que jamás creyeron que fueran posibles. Puede ser que algunos de ustedes hayan perdido alguno de los padres, y les hace una falta indescriptible. Puede ser que algunos tengan familiares que ya no forman parte de la vida familia regular. Puede ser que algunos de ustedes sean padres o madres solteros, o que sean ‘abuelospadres – es decir, que estén criando o proveyendo cuidado completo para sus nietos’! ¡Puede ser que algunos de ustedes estén soñando con una familia, esperando, deseo. sos de comenzar lo antes posible! Puede ser que algunos de ustedes se sientan felices de ser quienes son, y que no sientan necesidad alguna por ahora de establecer alguna relación permanente.

La invitación para todos es la misma: “construir y proteger”. Tenemos que asegurarnos de que nuestras relaciones son lo mejor, las mejores. Ofrecámosles el trabajo arduo que necesitan para que lleguen a ser todo lo que Dios ha diseñado y anhela que sean.

Para aquellos que están casados, he aquí un mensaje de Hart & Morris (2003): El permanecer casados y el trabajar en nuestro matrimonio puede representar un riesgo, pero también es riesgoso el dejar nuestro matrimonio de mano, sin atenderlo. Al elegir intentar de nuevo nos vuelve a colocar en una situación vulnerable, pero lo mismo ocurre cuando nos lanzamos a las aguas no protegidas... El

fomentar una relación emocional cercana, el trabajar hacia una relación saludable es muy posible, sin importar cuán malo le pueda parecer su matrimonio. Dios escucha el grito de su corazón herido y solitario. Él te hallará donde tú te encuentres”.

Las Sagradas Escrituras hacen diáfano claro que mientras que nuestras relaciones pueden reflejar el quebranto que es parte de nuestros días, también pueden, bajo la gracia y la inspiración de Dios, dibujar un cuadro de su infinito e inmensurable amor y gracia.

Conclusión

¡Qué reto para nosotros como cristianos! ¡Qué reto para nosotros como el pueblo de Dios – el aprender a ser amantes genuinos y verdaderos en un mundo falto de amor; el aprender a animarnos y a apoyarnos el uno al otro en un mundo falto de ánimo y de apoyo; el saber lo que significa amar y ser amados; aprender lo que significa ser un amigo y un alma gemela, y el hallar nuevas maneras de construir conexiones con otros que declaran al mundo la naturaleza del inmenso amor de Dios.

¿No sería, acaso, mejor si nuestras relaciones, nuestros matrimonios y nuestras familias fueran más fuertes y resistentes, y una declaración a los Sanbalat y los Tobías de nuestra sociedad, que es nuestra intención permanecer por un buen

tiempo, y no desanimarnos ante sus burlas, insultos y amenazas?

En conclusión, el sabio Salomón nos da el siguiente consejo: “Ponme de sello sobre tu corazón... Porque fuerte es el amor tanto como la muerte... Las aguas torrenciales no pueden apagar el amor, ni los ríos anegarlo”. (Cantares 8:6-7). Es mi sincero deseo que nada pueda apagar el amor que tienen por su maravilloso Dios, y el uno por el otro. Qua nada, jamás, lo pueda anegar ni desvanecer.

Referencia

Hart, A.D., & Morris, M. S. (2003). *Safe haven marriage; Building a relationship you want to come home to*. Nashville, Tennessee: W. Publishing Group.

Notas

- ¹ Albert Schweitzer quotes. (n.d.). Retrieved from http://www.brainyquote.com/quotes/authors/a/albert_schweitzer.html
- ² John Wesley quotes. (n.d.). Retrieved from http://www.goodreads.com/author/quotes/151350.John_Wesley
- ³ Marriage Resource Center. (n.d.). Retrieved from <http://www.foryourmarriage.org/married-parents-are-important-for-children/>

Misión, Esperanza y sanidad

PETER N LANDLESS

El texto bíblico

“Y JESÚS LAS CIUDADES Y ALDEAS, ENSEÑABA EN LAS SINAGOGAS, PREDICABA EL EVANGELIO DEL REINO, Y SANABA TODA ENFERMEDAD Y DOLENCIA. AL VER LAS MULTITUDES, SINTIÓ COMPASIÓN DE ELLAS, PORQUE ESTABAN DESAMPARADAS Y DISPERSAS, COMO OVEJAS SIN PASTOR. ENTONCES DIJO A SUS DISCÍPULOS: “LA MIES ES MUCHA, PERO LOS OBREROS POCOS”. (MATEO 9:35-37).

26

Cada cuarenta segundos, termina otra vida por medio de tinieblas y desesperación, frecuentemente rodeada de circunstancias faltas de esperanza. (Organización Mundial de la Salud, 2014). Esta estadística debiera lanzarnos afuera de nuestro ámbito de comodidad, y tanto más así cuando cualificamos esta triste descripción con el hecho de que los más vulnerables se encuentran entre las edades de 15 y 29 años. La desesperanza no hace acepción de personas, pero nos estremece saber que los que más están en peligro son la población más joven. ¿Nos sorprende esto? Hace mucho que el diablo tiene a nuestros jóvenes en la mirilla, y sus ataques no menguan al llegar al clímax del tiempo del fin. En muchos lugares, nuestros jóvenes se gradúan de la escuela y tristemente también se gradúan de la iglesia al mismo tiempo.

Todos estos pensamientos inundaban mi mente mientras nos sentábamos en la Sala de la Junta

Peter N Landless, M.B, Bch., M.Med. es el Director del Departamento de Ministerios de la Salud en la Asociación General de los Adventistas del Séptimo Día, con Oficina Centrales en Silver Spring, MD, E. U. A.

Ejecutiva de la Organización Mundial de la Salud para reuniones de alto nivel durante dos días, donde se nos presentaba, a representantes de varios sectores de la sociedad, el imperativo de reducir esta horrenda estadística de suicidio. Mis pensamientos volaban al considerar las posibilidades que ofrece una iglesia que implementa sistemáticamente el Ministerio Comprensivo de la Salud – comprensivo porque atiende la totalidad del cuerpo, la mente, el espíritu, el aspecto social y el emocional, así como cada ministerio ofrece la completud del bienestar, siendo éste tan lógico y apropiado. Esta completud o totalidad es intrínseca y undamental a cada esfuerzo de alcance, a cada misión, a cada ministerio, a cada empeño de la iglesia de Dios.

Mis ojos entonces se fijaron en los nombres de cada delegación presente. Había varios países, varias universidades, varios institutos, algunas organizaciones no-gubernamentales, pero ¡solamente una organización de base de fe: la Iglesia Adventista del Séptimo Día! Qué honor, qué responsabilidad, qué oportunidad de compartir con estos augustos grupos enfocados que “el elefante blanco” en el salón era la ausencia de las iniciativas de fe para resolver este enorme problema imperativo: Al abordar este tema, parecía descender sobre todos los presentes una incómoda resistencia mezclada con vergüenza. ¡La salud, la esperanza, el bienestar mental y emocional, la misión y el ministerio están indisolublemente entrelazados! Una iglesia – y no cualquier iglesia, sino la Iglesia Adventista del Séptimo Día – a la cual se le ha encomendado la misión y el ministerio de la Salud Comprensiva – está ideal y providencialmente

preparada para entregar, no solo alivio físico, sino salud mental en el momento en que se proyecta que entre 2015 y 2020, los problemas de salud mental se conviertan en la causa principal de incapacidad en el mundo (OMS, 2014). ¡Qué oportunidad; qué responsabilidad! Cada iglesia, un centro de educación en salud, y cada miembro un misionero (médico) de la salud – educando de forma comprensiva el cuerpo, la mente y el espíritu emocional y socialmente.

Jesús es “nuestro Modelo, nuestro Ejemplo”, el Gran Médico, el Gran Sanador, la Fuente de toda esperanza. En referencia al imperativo potencial del Ministerio Comprensivo de la Salud, Elena de White escribió profética e instructivamente:

“PUEDO VER EN LA PROVIDENCIA DEL SEÑOR QUE LA OBRA MÉDICA MISIONERA HA DE SER UNA GRAN CUÑA DE ENTRADA, POR MEDIO DE LA CUAL LAS ALMAS ENFERMAS PODRÁN SER ALCANZADAS”. {CSI 536.2}

“LA UNIÓN DE UNA LABOR COMO LA DE CRISTO EN FAVOR DEL CUERPO CON UNA LABOR COMO LA DE CRISTO EN FAVOR DEL ALMA ES LA VERDADERA INTERPRETACIÓN DEL EVANGELIO”. {ML 224.4 [TRADUCIDO]}

En el mundo secular se está utilizando el siguiente lenguaje:

“LA PREVENCIÓN TAMBIÉN PUEDE SER FORTALECIDA AL PROMOVER LOS FACTORES DE PROTECCIÓN, TALES COMO RELACIONES PERSONALES FUERTES, UN SISTEMA DE CREENCIAS PERSONAL Y ESTRATEGIAS POSITIVAS PARA LIDIAR”. (INFORME DE LA OMS, 2014, PREVENCIÓN DEL SUICIDIO, P. 8).

Escuché acerca de la importancia de desestimar el estigma de la salud mental y de todo aquello que pertenece al bienestar emocional: necesitamos poder hablar libremente acerca de estas cosas sin prejuicios y con ánimo de ofrecer apoyo a toda la persona. Escuché las palabras ‘cuidado’, ‘compasión’ y ‘esperanza’; palabras que describen nuestra misión y los ingredientes indispensables que faltan en tantas iniciativas que procuran suplir las necesidades humanas. Quiera Dios que estos ingredientes nunca falten de los esfuerzos misioneros de nuestra Iglesia Adventista del Séptimo Día, porque sin estos, la

misión quedará incompleta y no podrá tener éxito.

Jesús, nuestro Hombre Modelo, demostró el ministerio holístico y comprensivo al abarcar a toda la persona. Estoy fascinado con los maravillosos encuentros que Jesús tuvo con distintas personas de sus días. Cada vez que Él se involucraba individualmente con alguien (o cada vez que alguien individualmente se involucraba con Jesús) la conversación y el énfasis se enfocaban en el aspecto espiritual, y de manera especial, cuando se llevaban a cabo los milagros de curación. Con mucha frecuencia relatamos los milagros relativos a la sanidad física. Jesús también atendió lo emocional y mental – de manera especial e intencionalmente. El don del perdón y la remoción del sentimiento de culpabilidad frecuentemente son centrales en el ministerio de curación de Cristo. El Ministerio Comprensivo de la Salud y el mensaje de salvación están inexorablemente entrelazados.

La misión de Cristo fue salvar al enfermo, animar al desanimado, vendar al quebrantado de corazón. Su trabajo de restauración ha de ser continuado entre los necesitados, los sufrientes de la humanidad. Dios no solamente pide su benevolencia, sino también su semblante alegre, sus palabras de esperanza, y el enlace de su mano. Alivie algunos de los afligidos del Señor. Algunos están enfermos, y se les ha disipado la esperanza. Traíganles de nuevo la brillantez de la luz del sol. Hay almas que han perdido su ánimo; hables y oren con ellas. Hay aquellos que necesitan el pan de vida. Léanles de la Palabra de Dios. Hay una enfermedad del alma que no hay bálsamo que la alcance ni medicina que la cure. Oren por estos, y traíganles a Cristo Jesús. Y en todo su trabajo, Cristo estará presente para impresionar sus corazones humanos.

ÉSTA ES LA CLASE DE TRABAJO MÉDICO-MISIONERO QUE SE HA DE HACER. TRAED LA LUZ DEL SOL DE JUSTICIA A LA RECÁMARA DEL ENFERMO Y DEL SUFRIENTE. ENSEÑESE A LOS POBRES FONFINADOS DE LAS CASA DE POBRES A COCINAR. “ÉL ALIMENTARÁ SU REBAÑO COMO UN PASTOR” CON ALIMENTO TEMPORAL Y ESPIRITUAL”. WHITE, — MANUSCRIPT 105, 1898; {CME 23.2} [TRANSLATED].

Jesús estaba cansado. ¿Hay alguno que se identifica con esto? ¿Se han posado alguna vez sus ocupados ojos

en las siguientes palabras, como han sido registradas en el capítulo 4 del Evangelio de Juan?

“ALLÍ ESTABA EL POZO DE JACOB. Y JESÚS, CANSADO DEL CAMINO, SE SENTÓ JUNTO AL POZO”. (JUAN 4:6).

“Cansado como estaba del viaje” [NVI]. Es muy probable que esta descripción les sirva a más de los presentes de lo que quizá queramos admitir. Me anima saber que Jesús también estuvo cansado y fatigado algunas veces. Su cansancio posiblemente era acentuado por su preocupación por los quebrantados del planeta, así como los retos actuales dentro y fuera de la Iglesia con frecuencia acentúan nuestro sentido de fatiga.

Entonces viene una mujer samaritana al pozo. ¡Los discípulos se habían ido a “La Agencia de Publicaciones” para comprar alimentos para el viaje – enfocados en las necesidades reales que sentían! Entonces Jesús se enfrasca en conversación con esta mujer samaritana pidiéndole agua para beber. Me encanta imaginarme la sorpresa y la admiración en la expresión de ella al cuestionar a Jesús sobre la propiedad de pedirle Él agua a ella, una mujer samaritana. Ella viene al pozo a esta hora para ahorrarse las penetrantes miradas acusadoras de las ‘damas’ de la ciudad. Es que ella llevaba un enorme peso emocional de tristeza y de culpa, que las actitudes de los demás hacían resaltar quizá fuera de proporción, y también era aumentado por su propio comportamiento de ella y por su incómoda situación.

Jesús comparte con ella la importancia de la salvación y le revela que Él es el Agua Viva, la forma corpórea de la Salvación. Discuten un poco en referencia a dónde ocurre la verdadera adoración: “En este monte” o en Jerusalén. Jesús le describe verdades profundas y la verdadera adoración – la que se rinde en espíritu y en verdad.

Él se le revela a ella como el verdadero Mesías. Y en esos momentos llegan los discípulos, y – aunque sorprendidos de que Él estuviera hablando con una mujer samaritana – no le hacen preguntas, no lo cuestionan. ¿Se ha imaginado alguna vez por qué el impetuoso Pedro se refrenó de hacer algún comentario, y aún de corregirlo? Me gusta imaginarme, que mientras los discípulos se acercaban a la escena, asombrados, admirados, y hasta tal vez indignados por lo que estaban viendo, Jesús los “miró”; y ¿qué mirada sería aquella?

La que es tan bien conocida por los padres, los hijos y aún, o quizá especialmente, por los cónyuges, la mirada que dice tan claro –y a veces más claro que las palabras audibles, el mensaje: “Ni se te ocurra hacer un comentario, y menos aún comenzar una discusión”. Se registra que: “...ninguno le preguntó: ‘¿Qué quieres?’ o ‘¿Qué hablas con ella?’” (Juan 4:27).

Le ofrecieron alimento. Pero Él ya no está hambriento ni cansado porque Él encuentra su sostén y su satisfacción en la misión. “Mi comida es hacer la voluntad del que me envió, y acabar su obra”. (Juan 4:34).

Los discípulos están asombrados. Jesús ha traspasado toda frontera de costumbres, religión, etnicidad y género, y ministra con compasión a un alma culpable y necesitada. La pluma de la inspiración nos dice que: “Una mano misteriosa estaba hojeando las páginas de la historia de su vida, sacando a luz lo que ella había esperado mantener para siempre oculto”. (DTG 158.1) Ella aceptó la salvación; corrió de vuelta a la ciudad, persuadió a otros a que vinieran a conocer a Jesús, y fueron bendecidos por el testimonio de Jesús durante los siguientes dos días.

“Demostró ser una misionera más eficaz que los propios discípulos”. (DTG 166.1). ¡Cuán bendecidos fueron los resultados del ministerio comprensivo holístico – del Ministerio Comprensivo de salud!

“HEMOS LLEGADO A UN TIEMPO EN EL CUAL CADA MIEMBRO DE LA IGLESIA DEBE HACER OBRA MISIONERA MÉDICA. ÉSTE MUNDO SE PARECE A UN HOSPITAL LLENO DE VÍCTIMAS DE ENFERMEDADES FÍSICAS Y ESPIRITUALES. POR TODAS PARTES, HAY GENTE QUE MUERE POR CARECER DEL CONOCIMIENTO DE LAS VERDADES QUE NOS HAN SIDO CONFIADAS. ES NECESARIO QUE LOS MIEMBROS DE LA IGLESIA DESPIERTEN Y COMPRENDAN SU RESPONSABILIDAD EN CUANTO A DAR A CONOCER ESTAS VERDADES”. (7T1 63.1).

Vengan conmigo ahora a la experiencia de Pedro y de Juan al ellos practicar e implementar la misión y el Ministerio Comprensivo de Salud, como lo aprendieron de Jesús. Vayamos al libro de Hechos, capítulos 3 y 4. Poco antes de las tres de la tarde, Pedro y Juan se encaminan por la Puerta La Hermosa hacia el

Templo. Hay allí un hombre lisiado o paralítico desde su nacimiento. Él es traído a este lugar todos los días para mendigar. Sus ojos se encuentran con los de Pedro y Juan, y les pide dinero.

Ustedes saben cómo se siente, cuando alguien viene a pedirles dinero. Se voltean los ojos, como hacían los fariseos, y se “cruza al otro lado” del camino o de la calle. Pedro respondió con palabras que se han hecho parte del vocabulario diario – pero antes le dice: “Míranos”. El hombre les mira, con una expectativa esperanzada en sus ojos, y entonces llega el chasco: “No tengo plata ni oro, pero lo que tengo te doy”. (Hechos 3:6). Las esperanzas se desvanecieron. ¿Han experimentado algo así alguna vez? ¿Usted necesitaba dinero o alguna otra cosa, pero el supuesto benefactor le cambió las cartas del juego! Sin embargo, la historia no termina aquí.

“En el nombre de Jesucristo de Nazaret, ¡levántate, y anda! Y tomándolo de la mano derecha – (note que lo toma de la mano derecha – el Ministerio Comprensivo de Salud es la mano derecha del Mensaje Evangélico), lo levantó. Al instante se afirmaron sus pies y sus tobillos, y de un salto, se puso de pie y anduvo.” (Hechos 3:68). El aspecto de este hombre cambió – iba caminando, saltando y alabando a Dios. ¿Pueden ustedes, y puedo yo imaginar esto? Privado de movimiento desde su nacimiento, ahora tiene energía y una habilidad gozosa para moverse, para caminar, para saltar, y para sentirse desbordante de vida y de energía. ¡Qué cambio tan extraordinario!

La gente se dio cuenta; lo notaron los fariseos, y preguntaron: “¿Con qué autoridad?” (Hechos 4:7). ¿Cómo ha sido hecho esto? Y Pedro, el que había negado a Jesús, valientemente habló, siguiendo el Ministerio Comprensivo de Salud que se le había otorgado: “Apacienta mi ovejas”. (Juan 21:17). “La fe en el Nombre de Jesús restableció las fuerzas de este hombre que vosotros veis y conocéis”. (Hechos 3:16).

En este evento se atienden todos los aspectos del ser: el cuerpo, la mente, el espíritu, lo social y lo emocional. Ahora se involucra el Sanedrín, que se encuentran en total negación: “¿Con qué autoridad, y en qué nombre, habéis hecho vosotros esto?” (Hechos 4:7). Y Pedro, preparado y lleno del Espíritu Santo, les responde:

“YA QUE SE NOS INTERROGA HOY ACERCA DEL BENEFICIO HECHO A UN ENFERMO,

EN VIRTUD DE QUIEN HA SIDO SANADO, SEA NOTORIO A TODOS VOSOTROS Y A TODO ISRAEL, QUE EN EL NOMBRE DE JESUCRISTO DE NAZARET, A QUIEN VOSOTROS CRUCIFICASTEIS, Y A QUIEN DIOS RESUCITÓ DE LOS MUERTOS, ESTE HOMBRE ESTÁ EN VUESTRA PRESENCIA SANO”. (HECHOS 4:9-10).

Y aquí viene la frase impactante – que surge de un hecho de sanidad del cuerpo, de la mente y del espíritu:

“EN NINGÚN OTRO HAY SALVACIÓN, PORQUE NO HAY OTRO NOMBRE BAJO EL CIELO, DADO A LOS HOMBRES, EN QUE PODAMOS SER SALVOS”. (HECHOS 4:12).

¡Ahí está! No hay otro nombre sino el Nombre de Jesús – en el Ministerio Familiar, en la educación, en el ministerio juvenil, en el ministerio público en los recintos universitarios, en la capellanía, en el ministerio infantil, en el ministerio de la página impresa, en el ministerio de salud – el Ministerio Comprensivo de Salud – no hay otro nombre sino el Nombre de Jesús – central, principal, fundamental, y final.

Pero observen las reacciones de la gente, incluidos los miembros del Sanedrín...

“ENTONCES VIENDO LA VALENTÍA DE PEDRO Y DE JUAN, Y SABIENDO QUE ERAN HOMBRES SIN LETRAS Y DEL VULGO, SE MARAVILLARON, Y RECONOCIERON QUE HABÍAN ESTADO CON JESÚS”. (HECHOS 4:13).

¿Será que la gente quedará asombrada, sorprendida, complacida, admirada, deleitada, y espantada porque nosotros hayamos estado con Jesús – sin importar de qué hablemos o de cuál sea el reto? ¿Quedarán asombrados de que el Espíritu de Dios pueda mantener Su Iglesia unida a pesar de los diversos puntos de vista sostenidos? Nótese que hay una diferencia muy sutil, pero definitiva, en el significado. Al escribir el manuscrito originalmente, escribí “untied” [suelta, no amarrada] en vez de “united” [unida, junta]. Solamente la colocación de una letra en una palabra, en la sintaxis, cambia el significado de la oración, del párrafo y casi del tema completo. Aquí radica la diferencia entre ‘fuerza’ y

debilidad. “¡Nos mantendremos unidos!” “¡Juntos podremos hacer más!” “¡En la Unión está la fuerza!”

O de otra manera—no lo quiera Dios - ¡lo contrario, personalizado por el resultado final de estar divididos y conquistados! ¿Ha estado usted, o yo, con Jesús?

Pedro y Juan son apresados; los santos se unen en oración por la liberación de ellos, y son liberados. Los santos continúan orando—el Ministerio Comprensivo de Salud tiene que sazonzarse con oración y estar inundado por la gracia—y su oración era: “... concede a tus siervos que con toda confianza hablen Tu Palabra. Extiende tu mano para que sanidades, milagros y prodigios sean hechos, en el Nombre de tu Santo Siervo, Jesús”. (Hechos 4:29-30) ¡Roguemos para que nuestras vidas sean impactadas del mismo modo!

“EL OS DARÁ ÉXITO EN ESTE TRABAJO [EL TRABAJO MÉDICO MISIONERO], PORQUE EL EVANGELIO ES EL PODER DE DIOS PARA SALVACIÓN, CUANDO SE ENTRETEJE CON LA VIDA Y SE PRACTICA. LA UNIÓN DE UNA LABOR COMO LA DE CRISTO EN FAVOR DEL CUERPO CON UNA LABOR COMO LA DE CRISTO EN FAVOR DEL ALMA ES LA VERDADERA INTERPRETACIÓN DEL EVANGELIO”. (WHITE, 1902, PP. 14,15) {ML 224.4; RH MARCH 4, 1902, PAR. 13 [TRADUCIDO]}

El Ministerio Comprensivo de Salud, la sanidad (la entereza en el quebrantamiento), y la misión se hallan inexorablemente unidos. Se ven los conceptos del ministerio que tomaron forma en el método del ministerio de Cristo de alcanzar las personas.

¿Cómo se ve esto real y prácticamente?

Se ve como que Cristo ha estado aquí (está aquí) — vive y las circunstancias son cambiadas.

Es una misión y un ministerio — no solo un método;

Alcanza el interior y el exterior — a las necesidades de todos — entereza e iniciativas de un estilo de vida preventivo;

Ofrece un cuidado continuo, continuado — que incluye los aspectos físico, mental, emocional, espiritual y social. Estamos en esto hasta el final, hasta el regreso de Jesús. ¡Maranatha!

Conclusión

Unidos en oración, fortalecidos por el Espíritu Santo, reclamando las promesas en Nombre de Jesús — sabiendo que “no hay otro nombre bajo el cielo, dado a los hombres, en que podamos ser salvos” (Hechos 4:12) y bajo quien servimos, y quien nos fortalece, y nos da esperanza y sanidad en la misión — seamos un foco de asombro al desplazarnos hacia adelante. Que el asombro no sea por argumentos fáciles de datos, sino porque hayamos estado con Jesús, y hayamos sido imbuidos, galvanizados para traer esperanza y sanidad a un planeta quebrantado y quejumbroso, para que contemple el retorno inminente de Jesús.

Quiera Dios bendecirnos y guiarnos en nuestra misión para traer esperanza y sanidad, en el Nombre de Jesús, Amen.

References

White, E. G. (1902). *An appeal for the Medical Missionary College*. Review and Herald Publication.

White, E. G. (1923). *Counsels on health*. [Consejos sobre salud]. Mountain View, CA: Pacific Press Publishing Association.

White, E. G. (1898). *Manuscript 105*. (n.p.).

White, E. G. (1855-1909). *Testimonies for the Church*. [Testimonios para la Iglesia]. 9 vols. Mountain View, CA: Pacific Press Publishing Association.

White, E. G. (1898). *The Desire of Ages*. [El Deseado de todas las gentes]. Mountain View, CA: Pacific Press Publishing Association.

World Health Organization. (2014). *Preventing Suicide. A global imperative*. Publication of the World Health Organization. Retrieved from http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/131056/1/9789241564779_eng.pdf

HISTORIAS PARA LOS NIÑOS

“Estemos listos”

Ministerio con marionetas

LINDA MEI LIN KOH

Principio Bíblico

“Y CONSIDERÉMONOS UNOS A OTROS PARA ESTIMULARNOS AL AMOR Y A LAS BUENAS OBRAS. (HEBREOS 10:24).

“¿Hay algo que podamos hacer para nuestra comunidad?” – preguntó un grupo de jovencitos de entre 10 y 12 años, de la Iglesia Central de Tacoka, en el Estado de Washington, E. U. A.

32

Y los adolescentes añadieron, como si fuera un eco: “Sí. ¿Qué podemos hacer para nuestra comunidad?”

Entusiasmados, el grupo insistía con sus preguntas: “Debe haber algo que podamos hacer por muchos de estos niños y jovencitos que están con sobrepeso, ¿verdad, Pastor?”

“Bueno, tal vez podamos usar marionetas para enseñarles buena salud, y la importancia de un estilo de vida saludable”, sugirió el pastor Brent Kimura.

“¡Eso es una gran idea! Vamos adelante. Vamos a orar para que Dios nos dirija”, sugirieron los adolescentes.

Oraron durante varias semanas y sentían que Dios les estaba dirigiendo hacia este ministerio.

Muy pronto consiguieron quién les ayudara a hacer esas marionetas grandes. Hicieron marionetas para representar a los ancianos, a los niños, a los adolescentes, a doctores, a enfermeras y a muchos, muchos más. No era tan fácil como habían pensado, pero era divertido vestir las marionetas que representaban a los personajes.

“Chicos, nuestra primera presentación va a ser...” les decía el pastor Brent emocionado, una tarde.

“Espere, espere, Pastor. Déjeme adivinar”, le rogaba uno de los adolescentes.

“Olvidalo. Deja que el pastor nos diga”, añadió otro.

“¡Sí, jóvenes! ¡Vamos a presentarnos en la Feria de la comunidad! ¿No les parece grandioso?” –les decía el pastor emocionado con el entusiasmo de los jóvenes.

“Practiquemos bien nuestras partes” –les recordó el pastor Brent – “y no olviden que tenemos que practicar lo que predicamos”.

“Es cierto. Tenemos que practicar los principios de una vida saludable si queremos enseñar a otros para que vivan saludables, “¿verdad, pastor?” – dijo otro miembro del grupo.

“Muy bien. Nada de comer entre comidas, eliminar los dulces, tomar mucha agua...” – decía otro más.

Linda Mei Lin Koh, EdD, es la Directora del Departamento de Ministerios Infantiles en la Asociación General de los Adventistas del Séptimo Día, en su sede mundial en Silver Spring, Maryland, E.U.A

“Está bien. Basta ya de bromas. Tomemos esto seriamente. Si amamos a Jesús, viviremos de la manera en que Él quiere que vivamos. Además, nuestros cuerpos son templos del Espíritu Santo.” – les recordó otro adolescente. “¿Cómo debiéramos llamarnos?” – preguntó el pastor Brent, pensativo.

“Yo sé. Yo sé.” – saltó uno. “¿Qué les parece si nos llamamos **‘El Equipo del Ministerio de Marionetas ‘Estemos Listos?’**”

“Si queremos enseñarles a otros cómo alistarnos para ir a vivir con Jesús en el reino celestial, entonces nuestro trabajo es ayudar a otros a estar listos para vivir saludablemente aquí en la tierra primero” – dijo una de las adolescentes.

“Me gusta ese nombre” – dijo el pastor Brent. “Vamos a llamarnos **El Equipo del Ministerio de Marionetas ‘Estemos Listos’**”.

Muy pronto el equipo de marionetas estaba involucrado en varios programas de alcance a la comunidad. Hacías presentaciones sobre salud en las escuelas, en las ferias comunitarias, en los campamentos, en los cultos de los niños en la iglesia, y en todos los alrededores. Además, compartían las historias acerca de Jesús en las iglesias y en la comunidad con muchos niños.

A los mismos jóvenes se les ofrecían oportunidades de testificar acerca de cómo el ministerio había impactado sus propias vidas. No solamente enseñaban ellos a otros jóvenes a vivir saludablemente, sino que ellos mismos fueron convencidos de la importancia que tiene el vivir un estilo de vida saludable, y comenzaron a practicar hábitos saludables.

Algunos meses más tarde, mientras algunos jóvenes descansaban, después de una presentación con las marionetas, entablaron una conversación seria.

“¿Saben qué?. Yo me siento con más energía en estos días cuando duermo suficiente durante las noches” – dijo uno de ellos animadamente.

“Yo también. Siento que puedo pensar mejor y acordarme de las cosas más fácilmente desde

que comencé a correr mi bici [bicicleta] dos o tres veces a la semana” – exclamó otro, y añadió sobriamente: “Mi mamá empezó a limitarme las horas de televisión y de acceso al internet, y tengo que ejercitarme afuera, al aire libre”.

“Yo como menos de los emparedados de Mac Donald, y menos papas [patatas] fritas” – dijo otra chica.

“Eso es excelente, jóvenes,” – dijo el pastor Brent, con su rostro brillante. “Me alegra que mientras ustedes ministran a los demás jóvenes y niños, también están transformando sus vidas al vivir un estilo de vida más saludable”. El joven pastor sonreía feliz y emocionado.

Yo no me había dado cuenta de cuanto me ha estado cambiando a mí mismo al involucrarme en este ministerio” – explicó otro joven. “Me dice mi mamá que ella me ha notado tomando mucha agua y menos refrescos”, y su alegría contagiosa se reflejaba en la sonrisa que iluminaba su rostro.

“¡Muy buen! Mantengámonos saludables al ayudar a otros a vivir más saludablemente” – les recordaba el pastor Brent al animado grupo.

“Bueno, y ahora, buenas noticias. ¿Están todos listos para esto?” Los ojos del pastor Brent le brillaban con exuberante picardía.

“Vamos en julio para San Antonio” – exclamó el pastor emocionado.

Todo el grupo se levantó como si fuera una sola persona, y abrazaban al pastor y unos a otros con gozo irreprimible. Sí, finalmente se materializaba su sueño de ir a hacer una presentación en el Congreso de la Asociación General en San Antonio. Habían estado orando por semanas y por meses para que se les abriera una ventana de oportunidad para ir al Congreso. ¡Y finalmente llegó! Dios había contestado sus oraciones. Habían sido invitados a presentar su programa con las marionetas en el quiosco del Departamento de Ministerios Infantiles en el Congreso en San Antonio. ¡Cuán excitante era la idea de que se les ofreció otra oportunidad para ayudar a preparar a otros para el cielo!

No lo puedes devolver

PAMELA CONSUEGRA

Principio bíblico:

“SI OS ENOJÁIS, NO PEQUÉIS. NO SE PONGA EL SOL MIENTRAS ESTÁIS ENOJADOS, NI DEIS LUGAR AL DIABLO”. (EFESIOS 4:26-27) [R-V 2000].

Materiales necesarios:

- Pasta de dientes [Dentífrico]
- Escudilla pequeña
- Cuchara

“Buenos días, chicos y chicas. hoy tengo algo para enseñarles. Es un tubo de pasta de dientes o dentífrico. Y voy a disfrutar un montón apretando este tubo”. Demuestre cuán fácil es sacar la pasta de dientes del tubo al apretarlo a la pequeña escudilla. Permita que algunos niños aprieten el tubo y saquen un poco de la pasta a la escudilla.

“Disfrutaron, ¿verdad? ¡Miren toda esa pasta de dientes! Pero ahora tenemos que arreglar esto. Tenemos que ponerla toda nuevamente dentro del tubo”. Procure ponerla nuevamente en el tubo utilizando la cuchara. “¡Oh, no! Esto es un problema! ¿Quién quiere ayudarme?” Permita que varios niños intenten llenar nuevamente el tubo con la pasta de dientes que sacaron. Por supuesto, les resultará imposible.

“¡Miren lo que hice! Hice un embarre, y ahora no lo puedo arreglar. Una vez que sacamos la pasta de dientes del tubo no podemos volver a colocarla dentro del mismo tubo. ¿Saben niños y niñas? Sucede lo mismo con las palabras de enojo que hablamos. Salen fácilmente de nuestra boca, pero no las podemos recoger. No las podemos devolver a nuestra boca, como no podemos volver a llenar el tubo de pasta de dientes’.

“La Biblia nos dice: *“no usen su enojo como combustible para la venganza. Y no se queden enojados. No se vayan a la cama enojados. No le den al diablo esa clase de ventaja en la vida de ustedes’.* (Efesios 4:26-27 – traducido de la Message Bible).

“Recordemos usar solamente palabras bondadosas porque las palabras de enojo hieren a otros, y no las podemos recoger una vez que las decimos. Oremos a Jesús, y roguémosle que nos ayude a decir solamente palabras bondadosas”.

(Puede concluir con una oración, y además, pedirle a un niño/a voluntario/a que ore también.)

Pamela Consuegra, PhD, es la Directora Asociada del Departamento de Ministerios de Familia en la División Norteamericana de los Adventistas del Séptimo Día, con sede en Silver Spring, Maryland, E. U. A.

Misionero para el cielo

LINDA MEI LIN KOH

Principio bíblico:

“POR TANTO, ID A TODAS LAS NACIONES, HACED DISCÍPULOS BAUTIZÁNDOLOS EN EL NOMBRE DEL PADRE, DEL HIJO Y DEL ESPÍRITU SANTO, Y ENSEÑADLES A OBEDECER TODO LO QUE OS HE MANDADO. Y YO ESTOY CON VOSOTROS TODOS LOS DÍAS HASTA EL FIN DEL MUNDO”.

“Feliz estoy, feliz estoy en Cristo Jesús, feliz estoy...” Así cantaba Mateus Soares, de Brasil. Sí, Mateus, de ocho años, estaba emocionado al saber que Jesús lo amaba, y él también amaba a Jesús. Su pequeño corazón estaba tan rebosante de amor que él quería compartir a Jesús con todo su vecindario, para que fueran al cielo con él.

“Papá, ¿puedo comenzar una clase de estudios bíblicos? ¿Puedo?” – le rogaba a su padre.

“Y ¿tú sabes cómo, hijito?” - le preguntaba su padre dudoso.

“Yo puedo aprender, y yo sé que Jesús me va a ayudar. Yo quiero que todos mis amigos vayan al cielo a conocer a Jesús” – respondió Mateus con rostro brillante.

“Muy bien. Vamos a intentarlo. Le pediremos al pastor que te ayude con algunas sugerencias” – le dijo el padre animándolo.

.....
Linda Mei Lin Koh, EdD, es la Directora del Departamento de Ministerios Infantiles en la Asociación General de los Adventistas del Séptimo Día, en su sede mundial en Silver Spring, Maryland, E.U.A.

Mateus oró acerca de su plan, y comenzó a visitar a sus amigos y vecinos.

“¿Cómo estás, Pedro?” Mateus saludó a su vecino con una gran sonrisa, estrechó su mano formalmente.

“¿Crees tú en Jesús? ¿Sabes que Él va a regresar muy pronto para llevarnos a vivir con él en el cielo?”

“Yo estoy invitándote para que te unas a mi estudio bíblico cada miércoles en la noche. Por favor, ven y acompáñanos” – le decía Mateus, con una gran sonrisa en su rostro.

Él fue de puerta en puerta, invitando a sus amigos, vecinos y compañeros de clase para su grupo de estudio de la Biblia. La primera noche, solo vinieron algunos vecinos.; y algunos vinieron solo por la curiosidad. Muy pronto, sin embargo, el grupo creció a más de diez individuos, que iban aprendiendo de Jesús y del plan de salvación. Mateus era muy sincero al enseñar a sus vecinos acerca del hogar celestial. ¡Él quería que todos fueran al cielo para vivir con Jesús por siempre!

Dios usó a Mateus de manera maravillosa. Pronto su grupo de estudios bíblicos comenzó a crecer, y antes de mucho, diez amigos y vecinos a aceptar el bautismo en la Iglesia Adventista del Séptimo Día. Sí, Mateus y su grupo siguieron cantando:

“Corona de oro yo tendré
 en casa de mi Dios,
 en casa de mi Dios,
 en casa de mi Dios,
 “Corona de oro yo tendré
 en casa de mi Dios,
 y feliz seré.

Mateus dirigió su grupo de estudios bíblicos durante tres años. Antes de muy mucho tiempo, él se dio cuenta de que muchos de los nuevos miembros no tenían una iglesia en donde adorar a Dios. Esto le entristeció grandemente.

“Pastor Johnson, ¿por qué no construimos una iglesia para que todos los nuevos miembros vengan a adorar cada sábado?” – preguntó Mateus apasionado.

“¿Qué tremenda idea! ¡Ése es un plan excelente! Pero... ¿dónde conseguiremos el dinero para construirla? Yo no creo que nuestra Asociación pueda ayudarnos mucho” – le dijo el pastor Johnson, con una mirada de duda.

36

“Dios va a ayudarnos. Yo lo sé” – afirmó Mateus con toda confianza.

“Pero yo estoy dispuesto a ayudar a conseguir el dinero” – sugirió el niño entusiasmado. “Posiblemente nuestros miembros estén dispuestos a ayudar – añadió Mateus.

Cuando no estaba en la escuela, Mateus comenzó a levantar fondos para la iglesia que iban a construir. Muy pronto, los miembros se unieron al pastor Johnson para empezar a construir aquella iglesia. Al salir de la escuela, Mateus iba a toda prisa al lugar donde se estaba construyendo,

y ayudaba a poner algunos bloques y ladrillos y cemento.

No era un camino fácil el que estaba recorriendo Mateus y los demás de aquel grupo. Por momentos se sentían desanimados, pero nada podía sofocar el espíritu de aquel niño.

“Pastor, ¿podemos orarle a Jesús para que nos envíe más cemento? – preguntó Mateo con sinceridad.

Sí, vamos a ayunar y a orar para que Dios nos encuentre una manera de completar nuestra tarea” – sugirió el pastor Johnson.

Mateus oró fervientemente. Cada miembro ayunó y oró por varios días pidiéndole a Dios que interviniera y que proveyera. Muchos se sacrificaron para dar más para ayudar a terminar su iglesia. Dios no falló a Su pueblo.

Después de muchos meses, la iglesia fue finalmente terminada. Hubo mucho regocijo y mucha alabanza en día de la dedicación de la iglesia. Muchos derramaron lágrimas de gozo y de gratitud por lo que Dios había hecho por ellos, y especialmente por enviarles a aquel pequeño niño con aquel sueño tan grande de preparar a sus vecinos y amigos para el cielo.

Mateus continuó trabajando entre sus compañeros de clase, compartiendo las maravillosas nuevas del pronto retorno de Jesús, y del gozo de vivir con Él en el cielo. Mateus preparó a muchos amigos, que ahora se han bautizado y son miembros de la iglesia. ¡Nada podía detener el deseo de aquel niño de involucrarse en la preparación de otros para el reino celestial!

SEMINARIOS

And They Lived Happily Ever After

WILLIE Y ELAINE OLIVER

“CUANDO SU MATRIMONIO ESTÁ EN DIFICULTADES, EL MUNDO SE SIENTE COMO UN LUGAR TAMBALEANTE. PERO CUANDO EL MATRIMONIO ES FUERTE, ¡USTED SE SIENTE QUE PUEDE ENFRENTARSE AL MUNDO ENTERO! LOS EXPERTOS EN RELACIONES MATRIMONIALES, WILLIE Y ELAINE OLIVER, COMPARTEN PRINCIPIOS QUE HARÁN QUE EL MATRIMONIO DE USTED SEA MEJOR QUE NUNCA ANTES.

¿Tiene usted un gran matrimonio con algunos momentos tristes, o tiene usted un matrimonio triste con algunos momentos grandiosos? Su respuesta a esta pregunta revelará si usted se siente conectado – o desconectado – con su cónyuge.

La mayoría de las personas entra al matrimonio con las expectativas de disfrutar de un tiempo magnífico. ¿Por qué, entonces, hay tantas parejas experimentando angustia y problemas en vez de la sublime experiencia que esperaban cuando se casaron?

Todos conocemos familias cuyas interacciones diarias parecen ser tóxicas. Los padres pelean

Willie Oliver, PhD, CFLE y **Elaine Oliver**, MA, CFLE, son los Directores del Departamento de Ministerio de la Familia de la Asociación General de los Adventistas del Séptimo Día, con oficinas en la sede mundial de la Iglesia en Silver Spring, Maryland, Estados Unidos de América.

continuamente, mientras que los hijos con gran frecuencia ignoran adrede las directrices de los padres, y pareciera que están haciendo su propia cosa, sus propias decisiones. Sin embargo, el hecho de permanecer juntos año tras interminable año, y aparentemente manejar el caos, demuestra un alto nivel de compromiso. Pero para aquellos de nosotros que observamos desde la distancia, todo nos parece que crea altísimos niveles de tensión, y que es disfuncional en gran medida.

Por otro lado, es un gozo observar aquellas familias cuyo compromiso el uno hacia el otro se caracteriza por un alto nivel de bondad, de compasión, de paciencia, de perdón de humildad y de trabajo en equipo. En realidad, aunque la familia parezca asemejarse a una maquinaria bien engrasada, se enfrenta a tantos retos como la anterior. La diferencia consiste en que ellos han practicado y han aprendido cómo manejar las tensiones de la vida con un elevado nivel de gracia, de destreza y de humor.

Así que, ¿a cuál de estas dos opciones se asemeja más cercanamente su familia?

La verdad es que no hay matrimonios perfectos, porque no hay personas perfectas. De esta manera, cuando hablamos de un matrimonio que se siente conectado, no hablamos acerca de un matrimonio que no tiene problemas. Más bien, estamos describiendo una pareja que disfruta de relativamente altos niveles de satisfacción y de estabilidad en sus relaciones maritales. En un matrimonio conectado, la pareja procura intencionalmente resolver los

problemas de su relación, y tiene el compromiso de ser bondadosos, pacientes, comprensivos y perdonadores. Ciertamente se requiere un profundo compromiso para mantenerse conectados en el matrimonio, y para construir sobre los sueños que cada cónyuge trajo al matrimonio. Pero este tipo de compromiso vale la pena: contribuye a la felicidad, a la salud y a la calidad de vida de la pareja.

Es importante que se mantengan los siguientes principios en mente, si se quieren experimentar los goces originalmente diseñados para el matrimonio:

.....

PARA SUBSISTIR A TRAVÉS DE LOS AÑOS GOZANDO DE ELLOS, ES PRECISO SUBSISTIR A TRAVÉS DE LOS DÍAS GOZANDO DE ELLOS – UN DÍA A LA VEZ.

.....

Recientemente celebramos treinta (30) años de matrimonio. Nuestro matrimonio no ha sido todo juegos y gozo, pero ‘celebrar’ es la palabra perfecta para describir nuestro sentimiento al mirar hacia atrás a todas las experiencias emocionales, espirituales físicas e intelectuales que hemos tenido juntos. Al mirar hacia atrás, sabemos que nuestro matrimonio ha sido una experiencia extraordinaria y satisfactoria que volveríamos a repetir: nuestro matrimonio es el lugar donde hemos hallado el mayor apoyo emocional, la mayor conexión y la mayor seguridad.

Pero poder subsistir a través de los años, hemos tenido que subsistir a través de los días – uno a la vez. El esposo y la esposa tienen que buscar intencional y diariamente la conexión el uno con el otro de maneras significativas – escuchándose el uno al otro, tomándose de manos, con actos de bondad. Es a través de estas pequeñas cosas de la vida que usted le comunica a su cónyuge que tiene un valor especial para usted.

.....

INTENTAR DESARROLLAR UNA RELACIÓN FUERTE SIN QUE EXISTA UNA COMUNICACIÓN SALUDABLE ES COMO INTENTAR HACER JUGO DE MANZANAS SIN TENER MANZANAS.

.....

A través de los años, estos pequeños encuentros diarios se van sumando, construyendo un matrimonio que a los cónyuges les parece seguro, un matrimonio que puede sobrellevar las dificultades que vayan surgiendo en la travesía. En su libro *The Case for Marriage: Why Married People are Happier, Healthier and Better Off Financially* [Apología del matrimonio: Por qué las personas casadas son más felices, más saludables y les va mejor financieramente], la socióloga Linda J. Waite y Magie Gallagher describen la seguridad que procede de un matrimonio con un compromiso real:

“LOS ESPOSOS Y LAS ESPOSAS SE OFRECEN MUTUAMENTE COMPAÑERISMO, INTIMIDAD SEXUAL Y SOCIEDAD, Y ADEMÁS SE OFRECEN EL UNO AL OTRO UN TIPO DE SEGURO QUE ES MEJOR QUE CUALQUIER PÓLIZA QUE CUALQUIERA DE ELLOS PUDIERA COMPRAR PARA PROTEGERSE DE LOS EVENTOS INESPERADOS DE LA VIDA”.

Intentar desarrollar una relación fuerte sin que exista una comunicación saludable es como intentar hacer jugo de manzanas sin tener manzanas. Es simplemente imposible. Una comunicación saludable es la destreza principal al procurar mantener la intimidad en el matrimonio. Mientras más íntima se vuelve la relación, más sensible y humilde tiene que ser la comunicación.

.....

“EL MATRIMONIO NO SE TRATA SOLAMENTE DE CRIAR CHICOS Y DE DIVIDIR TAREAS”.

.....

El prominente psicólogo John . Gottman, autor de *The Seven Principles for Making Marriage Work* [Los siete principios para hacer funcionar el matrimonio], propone: “El matrimonio no se trata solamente de criar chicos, de dividir tareas y de hacer el amor. También puede tener una dimensión espiritual que tiene que ver con la creación de una vida interior juntos – una cultura rica en símbolos y rituales”.

La Biblia afirma que: “Manzana de oro en marco de plata es la palabra dicha a tiempo” (Proverbios 25:11). Esta es la manera en que las parejas crean una vida interior juntos – tratando las palabras como que son preciosas, y comunicándose como si estuvieran ofreciéndose regalos de oro y de plata.

LA CALIDAD DE SU MARIMONIO DEPENDE DE LA CALIDAD DE SU COMUNICACIÓN.

La calidad de su matrimonio depende de la calidad de su comunicación. Las parejas que se comunican frecuentemente y con ternura experimentan un nivel de intimidad que las parejas que se comunican con menos frecuencia y ásperamente nunca pueden alcanzar.

SU CÓNYUGE TIENE UNA CUENTA BANCARIA EMOCIONAL. DEPOSITE MÁS DE LO QUE RETIRA.

La cuenta bancaria emocional es como cualquier otra cuenta bancaria: usted puede hacer retiros solo puede hacer retiros de una cuenta que tiene algo. En una cuenta bancaria, si usted hace más retiros que depósitos, muy pronto no habrá dinero disponible. Lo mismo es cierto de una relación matrimonial. Usted no puede esperar sacar, sacar y sacar sin primero haber puesto algo en la cuenta. Cuando usted es amable con su cónyuge, usted está haciendo depósitos en su cuenta emocional. Mientras más depósito se hagan, más rica será su relación. Lo opuesto – el tratar de recibir más de lo que usted da – lleva a una relación en bancarrota.

Así que, ¿cómo le va haciendo depósitos emocionales en la cuenta bancaria de su cónyuge? Es usted amable, paciente, sustentador, amante y perdonador de manera regular? ¿O es usted más comúnmente sarcástico, impaciente, crítico, demandante y crudo?

SI USTED NO SUELTA LAS COSAS, SE LLENARÁ DE AMARGURA Y DE ENOJO.

El perdón es otro elemento esencial en su travesía en procura de cambiar sus relaciones. La antigua sabiduría de Efesios 4:31-32 nos ofrece este consejo intemporal e ilimitado: “Libraos de toda amargura,

enojo, ira, gritos, maledicencia y de toda malicia. Sed benignos, compasivos unos con otros, perdonándoos unos a otros, como también Dios os perdonó en Cristo.”

Los problemas enumerados en este pasaje o texto – amargura, enojo, ira, gritos, maledicencia, y toda malicia [que traducidos de la KJV son amargura, temperamentos volátiles, discusiones y peleas en voz alta, palabras soeces, maldiciones y juramentos callejeros, y odio – pueden fácilmente aumentar y convertirse en un muro que no se puede escalar, puestos los unos sobre los otros. Lo mejor y más fácil es romper el ciclo inmediatamente, en cuanto comience. Generalmente esto significa soltar un tema antes que se encienda y se apodere la amargura, y todas las demás cosas que le siguen.

La amargura es el establecimiento del resentimiento que envenena a toda la persona interiormente. Nuestro cónyuge hace algo que no nos gusta, y albergamos amargura en su contra, y el temperamento volátil comienza a hervir. Esto lleva a la ira, que es la explosión externa de los sentimientos interiores. La ira, invariablemente lleva a las discusiones a todo volumen y a las maldiciones. Muchas veces es conveniente hacer caso omiso de las cosas, dejar que las cosas pasen sin que nos afecten u ofendan, en vez de responder a cada insulto en palabras más y más explosivas.

Y entonces, ¿qué en cuanto a su matrimonio? ¿Ha estado usted contribuyendo a interacciones saludables o a interacciones tóxicas? ¿Puede usted ser honesto consigo mismo en cuanto a lo que ha estado haciendo o dejando de hacer para añadir a la tensión o para mejorar su matrimonio? ¿Ha determinado usted hacer todo lo que esté a su alcance para hacer de su matrimonio un lugar en el cual su cónyuge se sienta seguro/a, cuidado/a, apoyado/a?

El construir un matrimonio grandioso requiere esfuerzo, pero vale la pena. Si usted hace el compromiso de mantenerse conectado, su matrimonio no solo va a sobrevivir los años, sino que también va a florecer en su vida diaria.

Nutriendo las emociones saludables

KAREN HOLFORD

El Texto Bíblico

YO SÉ LOS PLANES QUE TENGO PARA VOSOTROS – DICE EL SEÑOR – PLANES DE PAZ Y NO DE MAL, PARA DAROS UN FUTURO Y UNA ESPERANZA”. (JEREMÍAS 29:11).

Un vistazo al seminario:

¿De qué trata el Seminario?

Éste es un seminario interactivo acerca de las emociones. Todos experimentamos emociones positivas que nos llenan y nos energizan, y emociones negativas que nos drenan. Necesitamos experimentar un balance saludable de emociones positivas y negativas para ser resistentes y para florecer. Según la psicóloga Barbara Frederickson en su libro “Positivity”, la base para este balance emocional es tres veces más experiencias emocionales positivas que experiencias emocionales negativas.

Este seminario explora nuestras emociones negativas principales, y cómo podemos ayudar a nuestros niños y a nosotros mismos a manejarlas mejor. También explora nuestras emociones positivas y cómo éstas pueden integrarse más en nuestras vidas.

Hacia el final del seminario hay ideas para ayudar a las familias a verificar entre unos y otros sus experiencias emocionales.

¿Por qué es esto importante?

Muchas veces nos preocupamos de nuestra salud espiritual y física, pero fácilmente olvidamos que necesitamos también cuidar nuestra salud emocional.

Jesús vino para que tuviéramos vidas abundantes. Nuestra

Karen Holford, MSc, MA es una Terapeuta Familiar y escritora independiente que vive en Escocia, Gran Bretaña.

salud emocional contribuye a nuestro bienestar, a nuestra esperanza, gozo, paz mental, gratitud, actitudes positivas y a nuestras relaciones de cuidado que forman la vida abundante que Jesús quiere que experimentemos.

¿Para quién es esto?

Este seminario es para todos. Los niños pueden participar con sus familias en muchas de las actividades. Las parejas pueden trabajar juntas y las personas solteras pueden trabajar en pares y en grupos pequeños. Todos pueden beneficiarse de la información y de las actividades de este seminario.

¿Cuándo y dónde puede utilizarse?

Este seminario puede durar entre dos y tres horas, dependiendo de las actividades que se escojan, y de cuánto tiempo las personas pasan hablando juntas y participando de las experiencias interactivas. También puede utilizarse como un evento para alcanzar hacia la comunidad, un sábado en la tarde, en los campamentos, durante los seminarios para los padres, y como una actividad interactiva en los retiros.

Preparación

- Lea todo el seminario para tener una idea más completa.
- Seleccione las secciones del seminario que usted piensa utilizar.
- Si va a haber niños presentes, asegúrese de que sus necesidades sean atendidas. Provea a los niños la “Hoja de trabajo de Las sensaciones”, así como los materiales para colorear, y otros.
- Imprima y copie suficientes materiales para entregar al grupo que asistirá.
- Imprima las tarjetas con las instrucciones y las hojas de trabajo para las mesas.
- Reúna los materiales adicionales para las mesas – de ser posible, coloque los materiales para cada actividad en una

bolsa o caja por separado para asegurarse de que pueda prepararse el área del seminario más fácilmente y con mayor rapidez.

- Necesitará una pizarra y marcadores o un atril con materiales para escribir e ilustrar.

Bienvenida y apertura

- Agradezca a todos por venir al seminario.
- Ore para que el seminario resulte ser una bendición.
- Describa lo que usted va a estar haciendo, y por qué.

Introducción

Hoy vamos a tomar tiempo para pensar en nuestra salud emocional. Cuando tenemos emociones felices y saludables, es más probable que tengamos relaciones más saludables y más felices, que funcionemos mejor en la escuela o en el trabajo, y que seamos más saludables física y espiritualmente.

Antes de que comencemos, pensemos un poco acerca de por qué nos dio Dios tantas emociones.

Pregunte al grupo:

¿Por qué es importante que los humanos experimentemos las emociones?

Reúna sus respuestas en el tablero. Asegúrese de que se incluyan los siguientes puntos:

- Las emociones son dones de Dios. (Imagínese lo que sería la vida si no experimentáramos emoción alguna.)
- Las emociones no son ni buenas ni malas. Son la manera natural en las que hacemos sentido de lo que experimentamos.
- Las emociones nos ayudan a crear y a enriquecer nuestras relaciones.
- Nuestras emociones pueden acercarnos a Dios, y los unos a los otros.

Compartiendo momentos felices

- Halle a un compañero/a cerca de usted, y pase unos momentos compartiendo acerca cuando usted se sintió realmente feliz durante la semana pasada, o durante el mes pasado.
- Si usted está aquí con su pareja/cónyuge, comparta estas historias con su pareja/cónyuge.
- Si usted está aquí con su familia, como prioridad escuche las historias de sus hijos, ya que el tiempo que tenemos es limitado.
- Si usted vino solo al seminario, encuentre a un/a amigo/a, o haga un/a nuevo/a amigo/a.
- Dele cinco minutos a las parejas para que compartan sus historias.

- Pregúntele a las personas cómo se sienten después de haber compartido sus momentos felices. (Respuestas: ... en paz, felices, bien, animados, contentos, etc.)

Las ideas positivas de Pablo

Veamos las ideas de Pablo con respecto a experimentar más de estos momentos de emociones felices y positivas en nuestra vida. (Dé a los niños más jóvenes una hoja de trabajo de “Las sensaciones” para que la llenen).

- Divida a los adultos y a los estudiantes de edad de escuela secundaria [Preparatoria / High School] en grupos de tres ó cuatro [3-4] personas.
- Pida a cada grupo que busque Filipenses 4, y que hagan un listado de las ideas específicas de Pablo para nutrir las emociones y los pensamientos positivos.
- Después de cinco (5) minutos, recoja sus ideas y anótelas en el tablero.
- Pida que cada grupo contribuya una idea. Después que cada grupo dé la suya, pueden añadirse más ideas.
- Añada algunas ideas de la lista que se provee a continuación, si lo cree necesario.
- Pida retroalimentación en respuesta al listado de ideas positivas Pablo.

Las ideas positivas de Pablo en Filipenses 4 versículo por versículo.

1. Celebre las fortalezas de las demás personas.
- 2-3 Ayude a las personas que le rodean a zanjar las diferencias entre unos y otros.
4. ¡Regocíjese! Enfóquese celebrando las cosas buenas, aún en tiempos difíciles.
5. Sea gentil y amable con todas las personas con las que se encuentre.
6. Transforme sus preocupaciones en oraciones, y ore con acción de gracias.
7. Permita que la paz de Jesús llene su mente.
8. Piense acerca de cosas positivas, nobles, bellas, verdaderas, correctas, puras y excelentes.
9. Ponga en práctica su conocimiento espiritual.
10. Muestre preocupación bondadosa por los demás.
- 11-12 Aprenda a conformarse alegremente con cualesquiera circunstancias que le toquen.
13. Dependá de Dios para su fortaleza.
14. Apóyense mutuamente a través de las pruebas

Sentimientos que nos drenan.

Como seres humanos, no es posible experimentar siempre, todo el tiempo, sentimientos o emociones positivas. Vivimos en un mundo imperfecto y es importante que algunas veces también experimentemos sentimientos negativos. Los sentimientos positivos son los que nos llenan; los sentimientos

negativos son los que nos abaten, nos drenan, nos sumergen y disminuyen nuestra salud y nuestra felicidad.

- Trabajando juntos en grupos pequeños de 2 ó de 3 personas, o en familias, hagan un listado de emociones o experiencias negativas.
- Después de unos pocos minutos, detenga los grupos, y recoja sus ideas en el tablero.
- Escriba una emoción de cada grupo. Anime a cada grupo para que contribuya al menos una idea. Si hay pocos grupos, dé más de una oportunidad a cada uno, para que recoja todas las ideas.

He aquí algunas emociones negativas principales. Asegúrese que todas estas aparecen en su listado.

- Vergüenza / Bochorno
- Vergüenza / Pena
- Miedo
- Tensión
- Tristeza
- Indignación / Disgusto
- Desprecio / Desdén
- Ira / Enojo / Enfado
- Chasco
- Frustración

Pregunte: ¿Cuándo piensa usted que Jesús sintió _____?"

Invite al grupo a contribuir ideas.

- Triste (Cuando el joven rico lo rechazó, cuando sus amigos se quedaron dormidos en el Huerto de Getsemani, cuando lloró por Jerusalén, cuando Pedro lo negó).
- Frustrado (¿Cuando sus discípulos tuvieron miedo en la tormenta?)
- Traicionado (Cuando fue traicionado por Judas).
- Enojado (Cuando vio el templo convertido en mercado o 'cueva de ladrones').
- Chasqueado (Cuando un solo ex-leproso regresó a darle las gracias, cuando sus discípulos mostraron falta de fe, cuando ninguno de los discípulos se ofrecieron a lavar los pies de los demás).

Abandonado (Cuando sus discípulos lo abandonaron, cuando moría en la cruz).

Varias de las emociones negativas ayudan y son defensivas. La frustración puede animarnos a buscar mejores soluciones. El miedo nos puede ayudar a correr del peligro, a protegernos, así como a nuestros seres amados. La "ira santa" puede darnos la energía para levantarnos en favor de alguien que está siendo oprimido o acosado. La tristeza puede ayudarnos a lamentarnos apropiadamente por algo o alguien que hayamos perdido, y el ser confortado por los que nos rodean.

Sentimientos que elevan.

- Trabajando en grupos de 3 ó de 4, o en familias, hagan un listado de emociones y experiencias que le llenen y que "recarguen sus baterías".
- Después de unos momentos, detenga los grupos y recoja las ideas en el tablero. Si hay pocos grupos, dé más de una oportunidad a cada uno, para que recoja todas las ideas.
- Distribuya el volante: "Emociones felices y saludables", que describe las diez emociones principales, como las identifica Barbara Fredrickson, y que incluyen textos bíblicos de apoyo.

He aquí las principales emociones positivas. Asegúrese que todas estas aparecen en su listado.

- Gozo
- Paz
- Amor
- Esperanza / Optimismo
- Alegría y risa
- Inspiración
- Estar absorto en algo interesante.
- Sentirse bien por un trabajo bien hecho.
- Asombro
- Gratiitud

Pregunte: ¿Cuándo piensa usted que Jesús sintió _____?" Invite al grupo a contribuir ideas.

- Amor por todos – ¡Todo el tiempo!
- Asombro – Al ver la fe de la mujer cananea (Mateo 15:21-28).
- Agradecimiento – Cuando María ungió sus pies con perfume, cuando le dieron de comer.
- Paz – Al estar con Marta y María, al descansar en el bote de pesca.
- Inspirado – Cuando pasaba tiempo en oración.
- Gozoso – Cuando el centurión romano creyó y su hijo fue sanado (Lucas 7:1-10).

¿Por qué piensan ustedes que es importante para nosotros experimentar estas emociones saludables?

Las emociones – Invitaciones a conectarnos

Nuestras emociones son invitaciones para que otras personas se conecten con nosotros. Pablo habla de esto en Romanos 12:15: "Gozaos con los que se gozan, llorad con los que lloran".

Diga: 'Piense acerca de la ocasión en que usted experimentó un momento de asombro, tal como al ver un pájaro raro, una criatura salvaje, un arco iris, una puesta de sol, el océano, una mariposa, o una abeja o una hormiga'.

Luego, diga: ‘Piense acerca de la vez que experimentó un momento de asombro junto a un amigo/a o junto a algún miembro de su familia. ¿Cómo se siente un momento de asombro cuando es compartido, y usted puede compartir ese asombro con alguien?’

Nos encanta que la gente se ría con nosotros, y nos sentimos más confortados cuando estamos tristes si hay personas que se quedan con nosotros y comparten nuestra tristeza.

Cuando mostramos temor, invitamos a otros a protegernos y a ayudarnos a sentirnos seguros nuevamente. Cuando expresamos chasco, podemos esperar que la gente diga algo reconfortante animador o que traten de ayudarnos.

Con la audiencia dividida en grupos, pida que piensen en qué les gustaría que otras personas hicieran cuando ellos experimentan diversas emociones, negativas o positivas:

- Cuando estamos airados, quisiéramos que los demás...
- Cuando estamos chasqueados, quisiéramos que los demás...
- Cuando estamos frustrados, quisiéramos que los demás...

Experimentando emociones saludables juntos:

- Invite al grupo a moverse al área donde usted ha preparado las mesas interactivas.
- Ayuda si las familias y las parejas visitan las mesas como grupo. Las personas solas pueden formar grupos de 2 ó de 3 personas para explorar las actividades.
- El objetivo es que todos reflexionen sobre distintas emociones saludables, que disfruten al compartirlas, y que comiencen a pensar en la manera en que pueden experimentar más de estas emociones positivas con sus familias y en sus vidas.
- Recuerde a la gente cuánto tiempo tienen para esta actividad.

Mesas para actividad de emociones positivas

Esta es una parte interactiva del seminario donde la gente puede experimentar emociones de manera sencilla, saludable y divertida.

Los objetivos de esta sección son:

- Proveer experiencia interactiva con emociones positivas.
- Animar a las familias y a los amigos a que hablen de las emociones positivas y a promoverlas.
- Ofrecer maneras simples en que las familias y los amigos puedan incluir en sus vidas diarias experiencias positivas y elevadoras.

Cómo preparar las mesas

- Leas todas las instrucciones siguientes.

- ‘Baje’ e imprima las tarjetas con instrucciones de las actividades de las mesas.
- Consiga los materiales necesarios para cada mesa o delegue la preparación de las distintas mesas a diferentes miembros de su equipo.
- De ser posible, prepare las distintas mesas en una sala distinta a la de la presentación general. De no ser posible, prepárelas en el perímetro de la sala de presentaciones, si tiene espacio.
- Prepare las mesas antes del taller para garantizar transiciones más fáciles.
- Prepare ‘el área pacífica’ aparte, en otra sala bien identificada, para mantener el ambiente sereno necesario.

1. Nutriendo la esperanza

La vela de la esperanza

“YO SÉ LOS PLANES QUE TENGO PARA VOSOTROS – DICE EL SEÑOR -, PLANES DE PAZ Y NO DE MAL, PARA DAROS UN FUTURO Y UNA ESPERANZA. (JEREMÍAS 29:11).

Materiales

- Bloque de papel
- Lápices y borradores (gomas para borrar)
- Tijeras para papel
- Marcadores
- Una “Vela de la Esperanza” de muestra

Qué hacer

- Doble por la mitad una hoja de papel para formar un rectángulo alto (11x4 1/4”).
- Dibuje una llama como de una vela en la parte superior, y recorte las esquinas superiores.
- Ahora tiene una tarjeta doblada, en forma de una vela encendida.
- Llénela con versículos bíblicos, experiencias, palabra de ánimo, y de aquellas cosas que le den a usted ánimo y esperanza cuando se sienta desanimado.
- Guarde en un lugar seguro y añádale ideas.

Nutriendo la esperanza

- ¿Qué pensamientos y memorias le animan cuando llegan los tiempos difíciles?
- ¿Cómo le ayudan otras personas a mantener su ánimo nutrido y avivado?
- Conoce usted a alguien cuya vela de esperanza se encuentra baja? ¿Cómo podría usted animar a esa persona?

2. Lleno de maravillas

“MARAVILLOSAS SON TUS OBRAS. LO SÉ MUY BIEN.
(SALMO 139:14).

Materiales

Cosas naturales bellas, tales como:

- Conchas, piedras, flores frescas
- Frutas y vegetales
- Plumas y vainas de semillas sanas/seguras
- Libros de fotos bellas de la naturaleza

Procedimiento:

- Tomen un objeto de la meza y explórenlo por al menos dos minutos.
- Encuentren tres cosas que les maravillen.
- Introduzcan cada objeto seleccionado entre sí describiendo las tres cosas maravillosas.
- Agradescan a Dios por los millones de maravillas escondidas en la naturaleza.

Experimentando diariamente las maravillas

- Busque las maravillas de Dios dondequiera que esté o adondequiera que vaya.
- Comparta con los demás las maravillas que ha descubierto esta semana.
- Mantenga un diario de las maravillas.
- Comparta momentos maravillosos por sus medios sociales favoritos.
- ¿Qué otros ideas tiene para experimentar y compartir las maravillas?

3. Sintiendo la PAZ

“LA PAZ OS DEJO. MI PAZ OS DOY. NO OS LA DEJO
COMO LA QUE EL MUNDO DA. NO SE TURBE VUESTRO
CORAZÓN, NI TENGA MIEDO. (JUAN 14:27).

Materiales para una sala de PAZ:

- Velas, almohadones, Biblias, concordancias, bolígrafos, tarjetas en blanco (vacías), cuadros/fotos, música instrumental de adoración...

Qué hacer

- Entrar apacible y quedadamente
- “Manteneos tranquilos, y veréis la salvación que el Señor os dará”. (Éxodo 14:13).
- Escuchar para oír lo que Dios quiera decirles.
- ¿Qué les ayuda a sentirse en paz?
- ¿Qué pasajes bíblicos les llenan de paz?
- Escriba su texto de paz favorito en una tarjeta, y lo puede llevar o dejarlo para otro.
- Escoja un texto bíblico; léalo y sienta la PAZ

Experimente la PAZ a diario

- ¿A dónde va para encontrar un lugar de paz para estar a solas con Dios?
- ¿Qué le ayuda a sentirse en paz?
- ¿Qué textos bíblicos le proveen paz cuando está turbado, ansioso, o preocupado?
- Encuentre un lugar de paz para estar a solas con Dios diariamente, al menos unos minutos.

4. El aprecio mutuo

“AMAOS UNOS A OTROS CON AFECTO FRATERNAL.
EN CUANTO A LA HONRA, DAD PREFERENCIA A LOS
OTROS”. (ROMANOS 12:10)

Materiales

- Notas pegatinas en forma de estrellas, estrellas grandes de papel o estrellas impresas en papel corriente.
- Lápices, bolígrafos, borradores.

Procedimiento

- Escriba breves notas de aprecio en las estrellas de papel y entréguelas a algún miembro de su familia o de su grupo.
- Piense en las cosas amables, tiernas, especiales, que hacen por usted. Piense en los dones espirituales y cómo los utilizan para Dios.

Aprecio mutuo diario

- Procure expresar algo de su aprecio significativo a cada miembro de su familia (a algún amigo o colega) diariamente.
- Haga un listado de las maneras de demostrar su aprecio el uno por el otro; por ejemplo: envíe un texto, escriba una nota, regale algo pequeño y sencillo y dígame cuánto significa cada persona.

5. Comodidad

“BENDITO SEA ... PADRE DE COMPASIÓN Y DIOS
DE TODO CONSUELO. ÉL NOS CONSUELA EN TODA
TRIBULACIÓN PARA QUE TAMBIÉN PODAMOS ALENTAR
A LOS QUE ESTÁN EN CUALQUIER TRIBULACIÓN CON
EL CONSUELO ... [DE] DIOS” 2 COR. 1:5-4).

Materiales

- Pequeños trozos cuadrados de papel en colores
- Marcadores
- Pega escolar en tubos (“glue sticks”)
- Bloque de papel blanco corriente
- Opcional: Laminadora y perforador manual

Procedimiento

- Cree diseño con papel en colores y el blanco
- Escoja un color, y escriba mensaje de aliento en cada cuadrado de ese color en su diseño.
- Puede laminar su diseño terminado, o cubrirlo con lámina adhesiva transparente.
- Le sirve para recordar proveer palabras de aliento cuando haya problemas y dificultades.

La experiencia de la comodidad

- ¿Cuándo le proveyó alguien buen consuelo?
- ¿Qué hicieron? ¿Qué dijeron?
- ¿Cómo prefiere usted ser consolado?
- ¿Cómo sabe usted que alguien de su familia está triste o necesitando consuelo?
- ¿Cómo pueden sus amigos y su familia saber que usted está en necesidad de consuelo?

6. La gratitud

“DAD GRACIAS POR TODO, PORQUE ESTA ES LA VOLUNTAD DE DIOS PARA VOSOTROS EN CRISTO JESÚS” I TESALONICENSIS 5:18).

Materiales

- 26 fichas cuadradas de letras de algún juego (como ‘Scrablé’) o letras magnéticas
- Pequeño bolso de tela
- Postales vacías (en blanco), marcadores, materiales para ‘collage’, pega escolar, etc.

Procedimiento:

- Por turno, sacar una letra del bolso cada uno.
- Piense en tres cosas, cuyo nombre comience con su letra, por las cuales dar gracias a Dios.

Opcional:

- Si en la mesa hay materiales para hacer tarjetas, haga una tarjeta de agradecimiento a Dios.
- Hágale una nota agradeciéndole por todas las cosas que usted agradece en estos momentos. Su tarjeta es como una oración de agradecimiento a Él. Él puede ver y saber por qué le estás agrade agradecido/a.

La experiencia de la gratitud

- Hable acerca de todas las cosas por las que está agradecido/a.
- Da gracias a alguna persona distinta cada día.
- Mantenga un diario de agradecimiento. Anote al menos tres motivos de agradecimiento cada día.

7. Trofeos de la Inspiración

“POR LO DEMÁS, HERMANOS, TODO LO QUE ES VERDADERO, TODO LO HONORABLE, TODO LO JUSTO, TODO LO PURO, TODO LO AMABLE, TODO LO QUE ES DE BUEN NOMBRE; SI HAY VIRTUD ALGUNA, SI ALGO DIGNO DE ALABANZA, EN ESTO PENSAD”. (FILIPENSES 4:8).

Materiales

Bloque de papel, marcadores, Lápices, Borradores

Qué hacer

- Piense acerca de alguien que le sirve a usted de motivación. Puede ser un miembro de su familia, un amigo/a, una persona famosa, un misionero/a, un personaje bíblico, un personaje histórico, etc.
- Diseñe un trofeo para la persona seleccionada. Tal vez quiera crear alguna figura que exprese lo que le inspira a usted de la persona.
- Escriba el nombre de la persona seleccionada en su trofeo, y dé las razones por qué y cómo le inspira a usted.
- Muestre el trofeo que ha creado y hable a los demás sobre la persona que le inspira a usted a desarrollar su carácter y/o a nutrir sus dones espirituales.

Recibiendo inspiración

- ¿Qué le inspira más?
- ¿Qué ha hecho usted por la inspiración de otra(s) persona(s)?
- ¿Cómo halla (encuentra) usted inspiración cuando la necesita?
- ¿Cómo puede usted ayudar a inspirar a otros de su familia y/o de su grupo?

8. Interesante

“MUJER VIRTUOSA, ¿QUIÉN LA HALLARÁ? SU VALOR EXCEDE MUCHO A LAS PIEDRAS PRECIOSAS. (PROVERBIOS 31:10 [-31]).

Materiales

Variación de actividades interesantes y absorbentes, tales como:

- Juegos bíblicos, rompecabezas de la naturaleza
- Libros de fotografías interesantes
- Libros interesantes y actividades de Escuela Sabática para niños
- Artesanías apropiadas, como la creación de tarjetas y/o marcadores de libros.

Qué hacer

- Observe los materiales, los rompecabezas, las actividades, etc. que están sobre la mesa.
- Halle algo que le llame la atención y explórela.

Hable acerca de esto

- ¿Cuáles son las actividades positivas que a usted le gusta hacer, y en las cuales usted pierde el sentido del tiempo? Por ejemplo: El estudio de la Biblia, las aficiones, la lectura, la jardinería, el correr, la creatividad, etc.
- ¿Por qué cree usted que es bueno que aprendamos nuevas destrezas, a ser creativos, a hacer cosas interesantes?
- ¿Cuáles son las actividades positivas que usted hace y que le ayudan a sentirse mejor cuando usted ha tenido un día pesado?

9. Siendo bondadoso

“SED BENIGNOS, COMPASIVOS UNOS CON OTROS” ...
(EFESIOS 4:32).

Materiales

- Papel en blanco
- Marcadores
- Lápices y borradores

Qué hacer

- Dibuje alrededor de su mano abierta en una hoja de papel.
- En la palma del dibujo de su mano abierta, escriba acerca de la ocasión en que alguien fue especialmente amable con usted. ¿Que hizo aquella persona? ¿Cómo le hizo sentirse bien a usted la bondad ejercida?
- En cada dedo del dibujo, escriba una cosa bondadosa que usted puede hacer para alguien este mes.
- Diseñe un plan para llevar a cabo estos actos especiales de bondad.

Bondad diaria

- Además de haber muerto para salvarnos, ¿en qué diferentes maneras ha mostrado Jesús su bondad?
- ¿Cómo puede usted ser bondadoso a cada persona que se encuentra?
- ¿Cómo se siente usted cuando ha actuado bondadosamente?
- La bondad es una de las mejores maneras de experimentar el gozo y la paz que Jesús quiere que experimentemos, y ayuda a los demás a sentirse felices.

10. Risa y sonrisas

“TODO LO QUE SE QUIERE DEBAJO DEL SOL TIENE SU TIEMPO... TIEMPO DE REÍR”. (ECLESIASTÉS 3:1,4).

Materiales

- Al menos 10 retratos curiosos de animales.

Qué hacer

- ¿Cuál de las fotos curiosas de los animales le parece la más graciosa?

- Trabaje junto a su familia o amigos para organizar las fotos en orden de la menos graciosa a la más graciosa.

La experiencia de la risa

- ¿Qué le provoca más la risa: animales chistosos, historias chistosas, películas chistosas, las cosquillas, pasar un tiempo feliz con la familia?
- ¿Puede adivinar qué hace reír a las personas de su familia? ¿Qué hace reír a sus amigos?
- ¿Cómo puede usted hacer a las demás personas reír y sonreír con mayor frecuencia?
- Cuente algo gracioso que le ocurrió a usted.

11. El amor

I CORINTIOS 13.

Materiales

- Papel corriente, marcadores, lápices, bolígrafos.

Qué hacer

- En un papel corriente en blanco, dibuje un corazón.
- Escriba dentro las cosas que hacen para hacerle feliz.
- Dibuje círculos de distintos colores alrededor de distintas cosas que hacen los demás.
- Un acto bondadoso – azul
- Palabras bondadosas – rojo
- Un obsequio – verde
- Pasar tiempo con usted – anaranjado
- Un abrazo – marrón
- Hacerle sentir muy especial – púrpura
- Alguna otra cosa – negro
- ¿Qué colores utilizó más en sus círculos?
- Observe los círculos amorosos que han dibujado sus familiares. ¿Qué se puede aprender acerca de ‘mostrar amor los unos a los otros entre la familia’?

Comente

- Cuente a los demás acerca de cuando usted se sintió especialmente amado por ellos o por otros.
- Complete la oración: “Lo más amoroso que cualquiera pudiera hacer por mí esta semana sería ...”

12. La experiencia del gozo

“EL CORAZÓN ALEGRE HERMOSEA EL ROSTRO”.
(PROVERBIOS 15:13).

Materiales

- Pizarrón blanco u hojas de papel blancas grandes.
- Marcadores

- En el margen superior, escriba el encabezamiento: “YO ME SIENTO GOZOSO CUANDO ...”

Qué hacer

- Anime a todos a conversar entre su familia o grupo acerca de cuando se sienten felices y gozosos.
- Invíteles a escribir algo en el pizarrón que les haga sentirse felices.
- Invite a los niños a dibujar cuadros de aquellas cosas que los hacen felices.
- Si se usa papel, pueden crear un banderín o una pegatina que pueden llevar y/o colocar en el pizarrón.

La experiencia del gozo

- Recientemente, ¿en qué ocasión se ha sentido realmente feliz? ¿Qué sucedía?
 - ¿Cuál era el motivo de tal felicidad?
 - ¿Cómo podría usted experimentar más de esos momentos de felicidad? ¿Cómo podría compartir más de esa felicidad con otras personas, especialmente con aquellos que están solos y tristes?
- ¡Agradezca a Dios por cada momento de pleno gozo!

Balanceando las emociones saludables

48

AYUDANDO A LOS NIÑOS (Y A NOSOTROS MISMOS) A LIDIAR CON LAS EMOCIONES NEGATIVAS

Enseñe con su ejemplo

La manera más importante en la que los niños aprenden acerca de los sentimientos y de cómo expresarlos es observando a sus padres y a otros adultos. Podemos enseñarles a manejar mejor sus emociones mostrando las nuestras, hablando acerca de ellas, y manejándolas apropiadamente. Si usted está triste, dígame a su niño por qué está triste, y entonces dígame que piensa usted hacer para sentirse mejor. O si está enojado con su hijo, dígame calmadamente que está enojado, por qué está enojado, y qué pueden hacer usted y su hijo para enmendar tal situación. Esto le ayuda a su hijo a identificar y a expresar sus sentimientos al hablar de ellos, en vez de echar una pataleta.

Desarrolle un vocabulario emocional

¡Usted puede ayudar a sus hijos a desarrollar un vocabulario emocional aún antes de que ellos hablen! Pero cualquier tiempo es bueno para empezar. Cuando tenemos palabras para describir nuestros sentimientos, podemos decirnos lo que sentimos en vez de encerrarnos en nosotros

mismos o de echar una pataleta. Utilice palabras para describir lo que su hijo pueda estar sintiendo. “Te ves triste. Es muy triste decir adiós cuando dejamos a los amigos”. “Es muy frustrante cuando tu hermanito te hace pedazos el trencito y las vías. Te puede hacer sentirte enojado interiormente. Ven, déjame ayudarte a arreglarlo nuevamente”.

Responda a los sentimientos subyacentes de la conducta

En vez de reaccionar a la mala conducta de su hijo, responda a los sentimientos negativos que proveen el combustible para esas acciones. Mantenga en mente que la mayoría de la conducta de un niño es una expresión de sus emociones. Cuando están calmados y felices, jugarán en paz y felizmente. Cuando están en problemas y no saben cómo expresarlo, es más probable que golpeen, rompan juguetes, pateen, lloren y griten. Como padres, es más fácil enfocarse en la conducta en vez de en los sentimientos. Podemos enojarnos con el niño, pero eso solo creará mayor tensión, y las emociones complejas que ellos procuran manejar harán que sea más difícil calmarse y hablar de lo que les pasa.

Pero se ve que Tammy está tirando los juguetes, o que está por golpear a su hermanito, pregúntese a sí mismo: “¿Será que Tammy está sintiéndose triste, sola, frustrada, hambrienta o cansada?” Cuando haya pensado por qué Tammy se está sintiendo así, podrá decirle algo como: “Tammu, me parece que estás algo triste porque se te cayó el castillo. ¿Esa es la razón”. Es posible que Tammy comience a calmarse cuando se sienta comprendida, y muy cercana a usted.

Preguntar y escuchar

Pregúntele a las personas cómo se sienten, y escuche lo que le dicen. No les diga que no deben tener tales emociones. Póngase en su lugar; entienda y acepte sus sentimientos. Esto les puede ayudar a manejar mejor sus sentimientos. Si ellos sienten que usted no entiende sus sentimientos, o que usted tiene una actitud de crítica, esto podría añadir a su tensión, y se les haría más difícil manejar sus emociones. De esta manera, en vez de decirle a su hijo: “No formes un berrinche porque no vas a la fiesta de Tommy. ¡Estoy seguro que pronto habrá otras fiestas!” – usted podría decirle: “Estás chasqueado porque Tommy no te invitó a su fiestecita. Yo sé lo triste que se siente cuando tus amigos te excluyen de sus actividades”.

Cuando usted piense que las personas están molestas por algo, invítelas a hablar sobre ello. “Pareciera que estas preocupado/a por alguna cosa. ¿Quisieras hablar sobre eso?” Escúcheles con mucho cuidado, y ayúdeles a encontrar su propia solución. Pregúnteles sobre sus ideas para resolver el problema, y ayúdeles a pensar acerca de qué resultará mejor. Esto les enseña a manejar sus temores y preocupaciones.

Un poco de comprensión rinde mucho

Es importante hacerle saber a su hijo o a su amigo que usted entiende sus sentimientos. El saber que alguien entiende sus sentimientos les ayuda a calmarse un poco. También puede ayudarles a sentirse apoyados y cuidados. Una vez ellos sienten que sus sentimientos han sido aceptados y entendidos, usted puede dirigirles a pensar en otros tiempos, cuando manejaban bien sus emociones negativas. “Puedo ver que empiezas a sentirte un poco asustado/a de ir a las clases de natación. ¿Recuerdas ue hace unas semanas te sentías asustado/a, y que se te quitó el miedo cuando te acordaste lo mucho que habías gozado jugando pelota en el agua? ¿Me imagino cuántas cosas divertidas va a hacer el maestro hoy?”

Sorpréndalos manejando bien sus emociones

Dígale a sus hijos cuando usted nota que están manejando bien sus emociones. Cuando usted nota sus esfuerzos y les da retroalimentación positiva, ellos saben que van por el camino correcto, y se sienten motivados a manejar bien sus emociones la próxima vez. Dígale cosas como: “Me di cuenta de lo quieto/a que te quedaste cuando te saltó encima el perro grande. ¡Vi que tratabas de portarte valientemente!” Hiciste muy bien al quedarte calmado/a y no enojarte cuando tu hermanita rayó tu foto”.

Establezca límites claros

Algunas veces, no importa cuánto tratemos, los niños son sobrecogidos por sus sentimientos, y puede que peguen a otros o que griten, o que se porten de maneras inseguras o inapropiadas. Cuando esto ocurre, reconozca sus sentimientos, pero establezca límites claramente. “Yo sé que estás bien enojado porque hoy no podemos ir al parque, pero NO está bien que tires tus juguetes por todas partes”.

El poder de la distracción

Ayude a sus amigos, familiares y niños a distraerse cuando sienten que algo les molesta. Armar un rompecabezas, construir algo, leer un buen libro, ayudar a preparar la cena, salir a caminar con papá o con mamá, o aún a veces hasta tomar un vaso de agua puede ayudar a restablecer la calma otra vez y a enfocarse en otra cosa. (Filipenses 4:8).

No avergüence

Nunca avergüence a alguien por experimentar emociones negativas ni se burle de nadie por tener miedo. Trátelos con respeto. No les ponga moteles o nombres cuando están enojados, tristes o miedosos, tales como ‘Cascos Calientes’, Llorón/a, Miedoso/a. Es importante que los niños no crezcan creyendo que son malos por sentir emociones negativas. Esto les añadirá una carga adicional de culpa a su ya pesada jornada de sentimientos complejos y difíciles de llevar. Estarán menos

propensos a comunicarles sus luchas con los sentimientos negativos si han sido molestados y rechazados cuando las expresaron en el pasado. Si no se sienten capaces de hablar de sus emociones, pueden esconderlas, y sus progenitores no sabrán cuándo realmente están necesitados de ayuda y apoyo emocional. (Romanos 12:10).

Sea honesto

Cuando usted sepa que su niño/a va a experimentar dolor (e.g.: cuando necesita una dígales que les va a doler. De otra forma, su dolor puede parecer mayor de lo que es, y así las emociones negativas cuando descubran que usted les mintió. También aprenderán a no confiar en usted en cuanto a las emociones y los sentimientos de dolor. Procure decirles algo como: “Pronto te van a inyectar. Siento mucho que te va a doler un poco, pero seguramente será por corto tiempo. Porque va a doler, yo voy a estar aquí contigo para ayudarte a sentirte mejor, y te voy a sostener hasta que se te pase el dolor”.

Esté al tanto

Manténgase en contacto con cada persona de su familia. Tome nota si alguien se retrae socialmente, si come menos, si se ve triste o luchando, si se vuelve irritable o si su conducta es causa de preocupación. Puede que baste con notarlo, escuchar, cuidar, apoyar y ayudarlos a experimentar más emociones positivas. Pero si la preocupación sigue aumentando, o si se mantienen tristes o tensos por más de unos pocos días, es importante que busque ayuda de su médico, de un consejero, de un maestro consejero, de un pastor u otro profesional.

Nutriendo las emociones positivas

Sea modelo de felicidad

Muéstrele a su niño/a cómo disfrutar de las emociones positivas por la manera en que usted vive, habla y actúa. Expresé su agradecimiento, busque las cosas positivas de la vida, ríase y sonría; tome tiempo para calmarse y para recargar sus energías, hable de su fe en términos positivos y esperanzados, comparta las respuestas a sus oraciones, sea bondadoso con los demás, comparta momentos de asombro. Descubra lo que alimenta sus emociones positivas, incorpórelas a su vida y naturalmente rebotarán sobre las vidas de sus hijos, y se harán parte de sus vidas y de sus actitudes.

Variedad

Provea muchas, suficientes oportunidades para que usted mismo y sus hijos descubran qué nutre cada una de sus emociones positivas. Cada uno es diferente, y ellos tienen que explorar una amplia variedad de aficiones y de actividades para encontrar lo que más les gusta, y para descubrir sus propios talentos y sus dones particulares. Ayude a cada persona a

encontrar las actividades que le inspiran y que le ayudan a sentirse en paz, amado/a, esperanzado/a y feliz.

Sea amable

Una de las mejores ‘medicinas’ para la depresión es hacer a las demás personas felices también.

Ayude a su niño/a a pensar en diferentes maneras en puedan ser amables en el hogar, en la escuela, en la iglesia y a través de la comunidad local. Cuando tengan ideas amables, ayúdeles a poner en acción esas ideas. (Lucas 6:35).

La risa

“El corazón alegre es una buena medicina...” (Proverbios 17:22). La risa también abre nuestras mentes a nuevas posibilidades. Así, el disfrutar ayuda a la mente a aprender más fácilmente, a encontrar soluciones creativas y a desarrollar nuestra resistencia. Descubra que hace reír a cada persona de su familia, y póngalo/a a reírse antes de enseñarle a hacer alguna cosa nueva o antes de que salga de la casa por la mañana. Cree sus propios rituales locos y chistosos para ayudar a cada uno a distraerse de las cosas difíciles.

Recuerdos felices

Anime a sus familiares y amigos a recordar los tiempos felices. Saque mayor provecho de sus tiempos felices sacando fotos y montándolas en orden, viendo fotos juntos, preparando jarros con objetos obtenidos durante un viaje de vacaciones, dibujando cuadros de los momentos felices, escribiendo relatos alusivos a esos tiempos felices o creando un diario de los recuerdos de los tiempos felices. El recuerdo de los tiempos felices pueden ayudarnos a mitigar los tiempos de tristeza. Agradezca a Dios por las memorias felices.

Paz y tranquilidad (p. 48)

Ayude a su familia a encontrar algún lugar y algún espacio donde puedan pensar y estar quietos. Las vidas hoy pueden ser muy ocupadas y todos necesitan espacio para recuperarse al hallar un lugar tranquilo para orar y reflexionar sobre los sentimientos y las experiencias. Aún podría ayudar si se planifica un tiempo de quietud para cada miembro de la familia. Tal pudiera ser antes o después del culto familiar. Trate de encontrar algún lugar en la casa donde pueda sentirse tranquilo/a sin ser interrumpido ni distraído por los medios electrónicos o por aquellas cosas que necesiten ser limpiadas. Ponga música suave, dense mutuamente un masaje en las manos o en la espalda; o aún hagan juntos burbujas de jabón, porque el inspirar y el exhalar despacio ayuda a relajar el cuerpo, y las burbujas tienen la tendencia de llenarnos momentáneamente de asombro y de deseos de jugar. (Salmo 46:10).

Agradecimiento

Hay que nutrir el agradecimiento en uno mismo y en los niños. Encuentre cosas por las que agradecer con tanta frecuencia como sea posible. Puede buscar motivos de agradecimiento mientras camina y mientras maneja, al moverse en su casa de una habitación a otra, al reflexionar sobre el día que concluye, o cuando se sientan juntos. Anime a sus hijos con tanta frecuencia como sea posible, a escribir notitas de agradecimiento entre la familia, y a hacer tarjetas de agradecimiento a las demás personas. Procure agradecerle a una persona nueva cada semana. Posiblemente sea al vecino que ha sembrado un hermoso jardín, a la enfermera en la oficina del médico o a la persona que pasa recogiendo la basura. (Salmo 107:1).

Escoja ser inspirado

Obtenga inspiración para sí mismo y para sus hijos leyendo biografías u observando documentales acerca de personas inspiradoras, tales como David Livingstone, Ben Carson, Fanny Crosby y otros misioneros famosos, líderes o personas que se sobrepusieron a retos insalvables. DE ser posible, lleve a sus hijos a conciertos, festivales de ciencias, galerías de arte y a otros lugares donde puedan ser inspirados por los grandes logros de diversas personas. Estudie y explore las vidas de los grandes personajes bíblicos. Haga estas cosas de manera agradable y creativa, y busque las características y las fortalezas de la fe de estas personas, que le permitieron ser utilizadas por Dios para lograr estas grandes hazañas para la humanidad. (Hebreos 11).

Un listado positivo

Haga un listado positivo de las cosas que le hacen sentirse a usted mismo y a sus hijos bendecidos y positivos, y entremézcle estas cosas en sus vidas tan a menudo como sea posible. Haga una pausa para disfrutar de las emociones positivas cuando éstas ocurran, y agrádezcale a Dios por ellas. Estas emociones positivas le ayudarán a vivir vidas más abundantes, le ayudarán a ser más fuerte, a tener más esperanza, a ser más resistente cuando se enfrente a los retos de la vida. (Salmo 103:2).

Verificación y comprobación

Es importante verificar regularmente cómo usted y cada uno en su familia se sienten. Esto le ayudará a saber si alguno se haya atravesando por luchas, pruebas o dificultades, sintiéndose triste o sintiéndose que se ahoga por tantas emociones y sentimientos negativos que le drenan. Si pareciera que alguien se mantiene en un nivel bajo por más de una semana, es una muy buena idea observarle de cerca, y ayudarlo a encontrar maneras positivas para sentirse mejor.

- Algunas familias hacen esta verificación diariamente alrededor de su mesa, al concluir su cena.

- Algunas familias lo hacen semanalmente, durante o al finalizar la recepción del sábado.
- Algunas familias prefieren hacer su verificación al final del día, antes de la hora de retirarse a dormir.
Descubra qué funciona mejor para usted y para su familia.

Altas y bajas

Invite a cada persona a describir los momentos más bajos del día. Generalmente va a ser el momento en que experimentaron una emoción negativa o de las que drenan las energías. Después de esta descripción, invite a una o a varias personas para que respondan de manera amable, bondadosa y protectora, procurando entender y suavizar los estragos de los sentimientos negativos.

Después, invite a cada persona a describir el mejor momento, el punto más alto de su día. Generalmente esto será el momento en que experimentaron una de las emociones saludables y positivas. ¡Celebren y regocíjense todos los unos con los otros! ¡Compártanse estos momentos de gozo y de admiración!

La escala de la alegría

Dibuje o imprima una línea representando una escala del cero al diez (0 – 10). El 0 representa la más profunda tristeza y el 10, la felicidad más exaltada. Para los chicos más tiernos y pequeños, será más fácil si la escala completa va del 0-5 solamente. Utilice la escala para preguntar a cada uno cómo se sienten. Se les pregunta luego qué piensan que se pudiera hacer para llegar el siguiente nivel o número en la escala, y qué puede hacer usted para ayudarles a llegar al siguiente nivel.

¿QVB? ¿Qué va bien?

[Las siglas pueden pronunciarse: ¿Qué bebé? y el juego de palabras puede ayudar en la dinámica.]

Al final del día, a la hora de dormir o durante la cena, pregunte a cada persona: “¿QVB hoy?” [¿Qué bebé hoy?]

Al responderse la pregunta, añada: “¿Qué hiciste tú u otra persona para ayudar a que todo saliera tan bien?”

También pudiera preguntarse: “¿Qué no salió tan bien hoy?” Reconozca y provea consuelo para las emociones difíciles que pudieran expresarse, y luego pregunte: “¿Qué pudiste aprender de esta experiencia? ¿Qué pudiera hacerla resultar mejor la próxima vez?”

Los colores

Cree una pequeña colección de botones, de fieltro, de colores sólidos. Aún podría conseguir pequeñas ruedas plásticas [como de un juego de damas (‘Checkers’ o de ‘Connect-Four’) o de otros juegos] y pintarlas de distintos colores sólidos. Incluya todos los colores del arco iris, y añada

negro, blanco, gris, turquesa, marrón, marrón oscuro, crema, color piel, dorado, plateado, perlado, marfil, etc., etc.

Derrame sus ‘botones’ sobre la mesa y cada persona escoja un color que representa cómo se ha sentido durante el día. Invite a cada persona a explicar por qué ha seleccionado ese color particular. Responda a cada historia de manera compasiva y con genuino interés.

Gratitud diaria

Al final de cada día, pida a cada persona que diga tres cosas por las que se siente más agradecido/a. Escriba cada una de estas cosas en un diario o en un calendario. Anime a las personas a sentirse agradecidos y a expresar esa gratitud aún por las cosas pequeñas, aunque puedan parecer, a veces, insignificantes.

‘PIÉNSELO’

¿Cómo se conecta su familia emocionalmente, los unos con los otros? ¿Con cuáles de estas ideas piensa usted que quisiera comenzar a probar o a explorar?

.....

Actividades de clausura y reflexión

- Distribuya los volantes que ayudan a las personas a pensar acerca de cómo tener más emociones saludables y positivas en sus vidas y en sus familias. Dé tiempo para que las personas comiencen a llenar los volantes.
- Pida a las personas que compartan con su familia, con algún amigo/a o compañero/a un par de puntos importantes y que le hayan provisto inspiración, aprendidos durante el Seminario.

Oración de clausura

Cierre con una oración agradeciendo a Dios por nuestras emociones. Pídale que nos ayude a nutrir nuestras emociones positivas, así como las de los miembros de nuestras familias, nuestras escuelas, nuestras iglesias, nuestros lugares de trabajo y nuestras comunidades.

Reference

Frederickson, G. (2009). *Positivity*, New York, Crown Publishers.

Emociones felices y saludables

Éstas son las principales diez emociones identificadas por Barbara Frederickson y descritas en su libro: 'Positivity'.

Emoción	Descripciones y versículos bíblicos
Risa / Disfrute	Disfrutar el humor positivo de las situaciones y las experiencias chistosas; reírse con las demás personas; no reírse de los problemas de las demás personas. “El corazón alegre es una buena medicina.” (Proverbios 17:22). “Todo lo que se quiere debajo del sol tiene su tiempo, todo tiene su tiempo, todo tiene su hora ... tiempo de reír”. (Eclesiastés 3:1,4).
Admiración y Asombro	Un sentido de asombro ante la belleza y la intimidad de la creación y del sentido artístico de Dios. “Porque Tú formaste mis entrañas, me cubriste desde antes de nacer. Te alabo, porque de modo formidable y maravilloso fui hecho. Maravillosas son Tus obras, lo sé muy bien”. (Salmo 139:13-14).
Gratitud	Ser agradecido por los dones que recibimos de Dios y de otras personas, y por las buenas cosas en nuestras vidas. “Dad gracias por todo, porque ésta es la voluntad de Dios para vosotros en Cristo Jesús”. (1 Tesalonicenses 5:18).
Esperanza	Creer que las cosas pueden cambiar para el bien, especialmente cuando las cosas son difíciles y problemáticas ahora. “Yo sé los planes que tengo para vosotros –dice el Señor-, planes de paz y no de mal, para daros un futuro y una esperanza”. (Jeremías 29:11).
Inspiración	Ser inspirados por el Amor y por la Sabiduría de Dios. Ser inspirados por los hechos grandes y nobles de otras personas. Ser motivados a alcanzar altos ideales. Filipenses 4:8). Inspirados por las obras de Dios. (Véase: Salmo 104:1-35).
Gozo	Tener un sentido puro del deleite y de la felicidad. “El corazón alegre hermosea el rostro, pero el dolor del corazón abate el espíritu.” (Proverbios 15:13).
Interés	Ser curioso y querer descubrir más acerca de las cosas. Aprender algo nuevo. Sumergirse a sí mismo en una actividad positiva y creadora. ‘La mujer de carácter noble es una que persigue sus intereses y desarrolla bien sus habilidades’. “Mujer virtuosa, ¿quién la hallará? Su valor excede mucho a las piedras preciosas. ...” (Proverbios 31:10 – 31).
Sentido de valor y aprecio	Saber que has hecho un trabajo bien hecho, y saber que Dios y las demás personas también aprecian tu trabajo. “Todo lo que te viniere a la mano para hacer, hazlo con toda tu fuerza...” (Eclesiastés 9:10). “Todo lo que hagáis, hacedlo de corazón, como para el Señor, y no para los hombres”. (Colosenses 3:23).
Serenidad	Sentirse quieto, en paz, calmado y contento. Estar libre de tensiones, de preocupaciones y de miedo. (Juan 14:27). “En el amor no hay temor. Antes el amor perfecto elimina el temor, porque el temor mira el castigo. De donde el que teme, no está perfecto en el amor”. (1 Juan 4:18).
Amor	Sentirse cómodo, seguro y cercano a otra persona que se preocupa por uno. (1 Corintios 13:4-8).

Viviendo las emociones felices y saludables en mi propia vida

Emociones saludables y positivas	Yo pudiera disfrutar más de estas emociones saludables y positivas en mi familia si ...
Risa / Disfrute	
Admiración y Asombro	
Gratitud	
Esperanza	
Inspiración	
Interés	
Gozo	
Sentido de valor y aprecio	
Serenidad	
Amor	

Viviendo las emociones felices y saludables en mi familia

Emociones saludables y positivas	Yo pudiera disfrutar más de estas emociones saludables y positivas en mi familia si ...
Risa / Disfrute	
Admiración y Asombro	
Gratitud	
Esperanza	
Inspiración	
Interés	
Gozo	
Sentido de valor y aprecio	
Serenidad	
Amor	

Hoja de trabajo para niños – Mis sentimientos

Escribe o dibuja cómo te sientes cuando estás feliz, triste, enojado o amado.

Me siento más feliz cuando ...	Me siento triste cuando ...
Me siento enojado cuando ...	Me siento amado cuando ...

Familias excepcionales, necesidades excepcionales: Creando conciencia de los miembros con discapacidades en la familia de nuestra iglesia

WILLIE Y ELAINE OLIVER CON LUANA GREULICH

El texto bíblico

“EN ESO, UNOS HOMBRES TRAJERON EN UNA CAMILLA A UN PARALÍTICO, Y PROCURABAN ENTRAR Y PONERLO ANTE ÉL. Y COMO NO PUDIERON ENTRAR A CAUSA DE LA MULTITUD, SUBIERON ENCIMA DE LA CASA, Y POR EL TEJADO LO BAJARON EN SU CAMILLA ANTE JESÚS”. (LUCAS 5:18-19).

56

El Tema

Muchos individuos discapacitados informan sentirse marginados en sus comunidades de fe. Sin embargo, estos individuos y sus familiares informan que su fe y su comunidad religiosa ejercen un rol importante en su habilidad de lidiar con la vida diaria. De esta manera, los pastores, los miembros y la familia eclesiástica como un todo, como una entidad, tienen que desarrollar conciencia, compasión y un espíritu acomodador o de tolerancia para con los miembros de su familia eclesiástica que son discapacitados.

Introducción

Se estima que el diez por ciento del total de la población mundial, aproximadamente 650 millones

Willie Oliver, PhD, CFLE y **Elaine Oliver**, MA, CFLE, son los Directores del Departamento de Ministerio de la Familia de la Asociación General de los Adventistas del Séptimo Día, con oficinas en la sede mundial de la Iglesia en Silver Spring, Maryland, Estados Unidos de América.

Luana Greulich, PhD es Profesora Asociada y Coordinadora del Programa de Educación Especial en Andrews University, ubicada en Berrien Springs, Michigan, Estados Unidos de América.

de personas, viven con alguna discapacidad. Se espera que este número aumente según avanza en edad la población. La Organización Educativa, Científica y Cultural de las Naciones Unidas (parte de las Naciones Unidas) informa que aproximadamente 75 millones de niños son excluidos de recibir una educación debido a la pobreza, a la inequidad por causa del género, a la discapacidad, a la labor infantil, al hablar una lengua minoritaria, o por vivir nómadamente o en la ruralía. Como tales, los individuos con discapacidades se hallan entre los más desventajados entre sus comunidades.

La discapacidad puede clasificarse como de movilidad, mental, impedimento visual, limitaciones del habla, o sordera visible o invisible (véase Kaufman-Scarborough and Menzel, Baker, 2005). En otras palabras, el estar discapacitado significa que su capacidad o habilidad es retada o que la discapacidad interfiere con las actividades típicas de la vida. El término más apropiado sería ‘una excepcionalidad’ debido a la percepción negativa que un individuo con discapacidad está inhabilitado. Suena de manera más afirmativa decir que un individuo tiene alguna ‘excepcionalidad’. Más aún, cuando se escucha la palabra ‘discapacidad’ la tendencia es pensar en un individuo en un sillón de ruedas, una persona con un perro lazarillo, o algún otro impedimento visible exteriormente. Sin embargo, hay aquellos que tienen discapacidades que no son visibles ni fácilmente detectables, tales como la persona que tiene algún impedimento auditivo, que es legalmente ciego, o que cae bajo el espectro del autismo.

Aunque las personas discapacitadas forman un grupo significativo en la sociedad, todavía hay la tendencia a pensar que es una ocurrencia casual, no

común, o nos sentimos incómodos con la idea. Por supuesto, esta manera de pensar tiene un precedente en nuestra sociedad en general y en la iglesia. Los individuos con discapacidades pueden identificarse desde las civilizaciones antiguas (como, por ejemplo, en Egipto, en Esparta, en Roma, en China y en los inicios del mundo cristiano), sin embargo, la documentación histórica alcanza solamente unos 300 años atrás. Históricamente, en la sociedad, los discapacitados han sido vistos como débiles, descastados y estigmatizados. Durante los tiempos

bíblicos, frecuentemente se creía que las personas con discapacidades habían cometido algún gran pecado, eran vistos como poseídos por el demonio o como “inmundos”, que necesitaban separarse de la sociedad (Treloar, 2000). Hoy, sin embargo, debe haber un ambiente más acogedor para los discapacitados debido a una perspectiva socio-política que enfatiza la creación de un ambiente que se adapta mejor a sus necesidades. Las organizaciones religiosas, principalmente las iglesias, están listas para establecer tal ambiente.

Actividad En Grupos Pequeños (10-15 Minutos)

Nota: Se puede hacer una o las dos actividades (discapacidad de lenguaje / discapacidad auditiva) según permita el tiempo.

“¿PUEDES OÍRME AHORA?” (Actividad para audio-impeidos)

Materiales:

- Taponese desechables de espuma para los oídos
- Tarjetas para notas/recetas de 3" X 5"
- Lápices / bolígrafos

Actividad:

El facilitador distribuye un juego de lápiz o bolígrafo, tarjetas de notas/recetas y de taponese para los oídos a cada uno de los participantes. Se le pide a los participantes que tapen sus oídos. El facilitador les da la espalda a los participantes y lee una lista de 10 palabras, que los participantes escribirán en sus tarjetas. Al concluir, el facilitador les pregunta a los participantes cuántas palabras escucharon y escribieron

List of words: • Luisa • Guisa • Misa • Cotorra • Modorra • Clave • Sale • Vale

Debrief: Los participantes comparten cómo se sintieron y cuál fue su experiencia durante la actividad. Imagínense cómo se han de sentir los que padecen de discapacidad auditiva durante el culto de adoración.

“CAMINANDO EN ZAPATOS EXCEPCIONALES” (Actividad para los que tienen discapacidades de “lenguaje y de aprendizaje”)

Actividades:

- Escriba su nombre en cursiva durante un minuto.
- Ahora, escriba su nombre con la mano contraria por un minuto.
- ¿Cuántas veces escribió su nombre de manera legible?
- Ahora, fíjese en la siguiente diapositiva / transparencia* y lea lo que dice. Vuelva a leerlo lo más rápido que pueda.
- Fíjese nuevamente en la transparencia/diapositiva. Lea ahora el color en que está escrito el texto.

What can we do?

- Qué sabemos acerca de trabajar con individuos discapacitados?
- Ellos se comunican de manera diferente.
- Ellos aprenden de manera diferente.
- Ellos ven las cosas de manera diferente.
- Ellos manejan sus situaciones de manera diferente
- ¡Tenga cuidado!
- Las expectativas son todo – Por el hecho de que algunas personas tengan alguna discapacidad no significa que estén totalmente incapacitados.

Nota: El facilitador puede acceder la transparencia/diapositiva: “Walking in their Schoes: Small Group Activity” en el disco compacto provisto con este libro.

“CAMINANDO” en los zapatos de las personas con discapacidades. ¡De ‘tomar conciencia’ a ‘tener compasión’!

En Lucas 5:18-19 vemos a los hombres buscando la manera de traer a un paralítico para que escuche los mensajes de esperanza que están siendo compartidos por Jesús. Nos vienen a la mente varias cosas al leer este texto. En primer lugar, la preocupación y la compasión de los hombres mostradas hacia el hombre discapacitado. Aparentemente pusieron a un lado los estigmas negativos asociados a brindarle ayuda a una persona que era considerada “impura” o “poseída del demonio”, y cómo esto podría comprometer su estatus en la sociedad local. También podemos observar el despliegue de una fe inimaginable, de parte de los hombres y de parte del hombre paralítico. “Al ver la fe de ellos, Jesús dijo al paralítico: ‘Hombre, tus pecados te son perdonados’”

(v. 20). Y Jesús les perdonó los pecados y sanó al hombre paralítico.

Tal vez, algunos de estos hombres habían escuchado alguno de los mensajes de Jesús, y habían sido transformados de tal manera que creían que Jesús podía hacer lo mismo por el hombre paralítico. Su entusiasmo tiene que haber sido tal, y tan palpable, que el hombre, que había sido paralítico, quizá durante toda su vida, había sido contagiado con la esperanza de la posibilidad de ser sanado. Pero el énfasis aquí, en éste seminario, no es solamente en la fe y en la sanidad del paralítico, sino en la compasión mostrada por estos hombres. Tan pronto como aceptamos a Jesús, somos llamados a ser Sus discípulos, y la evidencia de nuestra fe se puede observar en nuestras obras – en nuestro amor los unos por los otros. (Juan 13:35).

Actividad En Grupos Pequeños (10-15 Minutos)

“SOMOS IGUALES, PERO DIFERENTES”

Materiales

- Hilo de tejer (lana)
- Tijeras

Divida los participantes en grupos de entre 8 y 10 personas. Cada grupo formará un círculo. El facilitador sostiene el hilo de tejer, enrollando una punta en su índice y su dedo del corazón. Se instruye a los participantes a dar su nombre y unas pocas cosas sobre sí mismos (por ejemplo: Mi nombre es Alicia y soy de Singapur. He estado casada por 20 años y tengo dos hijas, etc.). El facilitador inicia la ronda. Si un participante oye que dicen algo que le aplica, grita: “¡Yo también!” y el que habla le tira la bola de hilo (si dos o más personas gritan a la vez, el que habla escogerá a una de ellas para tirarle la bola de hilo). Cuando la siguiente persona recibe la bola de hilo, ata el hilo alrededor de sus dos dedos, y luego comparte su nombre y sus datos y su experiencia. Continúe hasta que todos en el círculo hayan compartido al menos una vez, pero de vez en cuando, según el tiempo rinda, permita que algunas personas participen más de una vez. Al final, todos los participantes tendrán sus dedos amarrados al hilo, y amarrados entre sí. Pida a los participantes que halen suavemente, dando un paso atrás. Notarán que todos están atados, formando una red. Al dar un paso hacia al frente, hacia el centro del círculo, notarán que la red se afloja, que su enlace se afloja y se debilita

Informe de resultados:

- Todos estamos conectados de una manera u otra.
- Somos más parecidos de lo que somos diferentes.
- No tenemos que temer nuestras diferencias – aún estamos unidos, a pesar de nuestras diferencias.
- Nuestras conexiones nos hacen conscientes de nuestras diversas necesidades.
- Como comunidad, somos más fuertes cuando reconocemos las responsabilidades que tenemos los unos para con los otros.
- La comunidad es más débil cuando no tenemos compromiso los unos con los otros.

Nota: Si hay participantes discapacitados que no pueden participar por sí mismos, sin ayuda, el facilitador puede asignar a otro participante para que le sirva de “colega”, ayudante o asistente

Los individuos discapacitados y sus familiares necesitan la compasión mostrada por los hombres de esta historia bíblica. Si la historia hubiera sido escrita hoy, es muy probable que también se hubiera incluido la mención de algunas mujeres. Todos los que forman parte de la iglesia son llamados a estar al tanto de las necesidades de los que viven con alguna discapacidad. Las investigaciones contemporáneas afirman que la fe es parte integral de la experiencia humana. Para muchos de los que viven con alguna discapacidad, la fe es un ingrediente elemental en sus vidas, y consideran que la tradición de su fe es una fuerza estabilizadora (Speraw, 2006). Muchas personas que viven con alguna discapacidad informan que utilizan sus creencias espirituales como un recurso de adaptación y como una manera de hallar sentido en su discapacidad. Como otros creyentes, ellos también quieren glorificar a Dios con sus vidas, y quieren oportunidades para servir adentro y afuera de la iglesia. Las personas con discapacidades son como cualquiera otra persona nodiscapacitada: “somos iguales, pero diferentes”.

Moviéndonos más allá de la compasión

“SI JUZGAS Y ENJUICIAS A LA GENTE, NO TIENES TIEMPO PARA AMARLOS”.
MADRE TERESA.

Mientras que las personas discapacitadas y sus familiares ven la iglesia como esencial en el desarrollo y en la alimentación espiritual de sus creencias, muchos creen que la iglesia está limitada

en su capacidad y en su habilidad de ministrar a las necesidades de ellos. Por lo tanto, es esencial que la iglesia se mueva de la compasión a encontrar maneras de suplir las necesidades de sus miembros discapacitados y de sus familiares.

Podemos acercarnos a esto desde la perspectiva de la teoría del sistema familiar. Un sistema se define como una entidad identificable que está constituida o formada por varias partes interrelacionadas (Balswick & Balswick, 2014). El observar la iglesia desde la perspectiva de los sistemas, nos permite ver en funciones la dinámica de la familia (de la iglesia), y ver cómo se influyen unos a otros dentro de esta familia. Se puede entender mejor a las familias como interconectadas e interdependientes que si las tratamos de ver y entenderlas aisladamente. Cada miembro tiene una responsabilidad hacia la ‘familia’ como una entidad integrada.

Así que, ¿cómo puede la familia de la iglesia suplir mejor las necesidades de los miembros de nuestra “familia” que viven con discapacidades, y las necesidades de sus familiares? ¿Cómo podemos movernos más allá de la compasión, y hacernos más inclusivos para abarcar a toda la familia de la iglesia? Comenzamos siguiendo el ejemplo del ministerio de Jesús hacia los discapacitados – Él se dio cuenta de ellos, oró por ellos y les ministró a ellos.

Visualicemos este marco de referencia al movernos de crear conciencia, a tener compasión, al ministerio de inclusión de la familia.

Ilustración 1



Comenzamos reconociéndonos los unos a los otros; dándonos cuenta de nuestras semejanzas y diferencias. Algunas personas discapacitadas creen que las personas que no tienen discapacidades les tienen miedo – miedo de sus diferencias, miedo de equivocarse al tratarles. El crear conciencia nos permite salir de nuestra zona de comodidad y reconocer a los demás que nos rodean.

Es una falacia, una mentira, el creer que debemos ignorar las diferencias de las otras personas – eso no es ser sensibles a la diversidad. No hay nada malo en decirle a alguien que tiene una camisa amarilla elegante aunque estemos usando nosotros una camisa blanca. Se convierte en una atrocidad el tratar diferente a alguien porque tenga puesta una camisa amarilla, o el ignorarlos porque no tienen el mismo color de camisa que nosotros. Al reconocer a los

demás, les afirmamos, y comenzamos a celebrar las semejanzas y las diferencias entre nosotros

Al crear conciencia, nos movemos a la compasión. Tener compasión no significa sentir lástima ni sentir pena por la otra persona. Tener compasión significa sentir empatía por quien procura medirse a los retos que tiene en frente, y significa sentir un profundo deseo de procurar aliviar sus sufrimientos. En algunas maneras nuestra compasión nos empuja a crear conciencia de la situación, que a su vez, nos vuelve a empujar a la compasión. Elena G. de White dice: “El amor divino dirige sus más conmovedores llamamientos al corazón cuando nos pide que manifestemos la misma tierna compasión que Cristo mostró”. (HAp 439.2).

Nuestra compasión entonces nos mueve al ministerio o a la inclusión de la familia. Una vez que estamos al tanto, que hemos creado conciencia, y que hemos mostrado compasión, finalmente tenemos que hacer la transición a encontrar maneras en que podamos acomodar a las personas que necesitan, a los miembros con discapacidades. Cuando Jesús sanó al hombre discapacitado, le dijo: ...Levántate, toma tu camilla, y vete a tu casa”. (Lucas 5:24).

El hombre recién sanado inmediatamente hizo lo que Jesús le dijo que hiciera, y se fue glorificando a Dios. Él y los que le habían traído se fueron propagando las cosas maravillosas que habían experimentado (v. 25). Lo mismo debe ser cierto acerca de nosotros, que profesamos ser cristianos. Cuando hayamos tenido un encuentro con el Salvador, seremos así impulsados, no solo a compartir las buenas nuevas del poder sanador de Dios y a profundizar nuestra fe, sino a poner nuestra fe a trabajar.

El ministerio a miembros discapacitados de nuestra familia eclesiástica

La intención nuestra en este seminario es crear conciencia, profundizar nuestra compasión, y comenzar a pensar acerca de las necesidades especiales de aquellos miembros de nuestra familia eclesiástica que de alguna manera u otra tienen alguna discapacidad. No estamos señalando pasos para iniciar un ministerio a los discapacitados, sin embargo, este recurso puede servir como precursor al inicio de un ministerio para los discapacitados en su iglesia. La ilustración 2 es un mapa mental que puede servir como plataforma de lanzamiento para ministrar a los miembros discapacitados y a sus familiares de la iglesia.

Ilustración 2



Actividad En Grupos Pequeños (10-15 Minutos)

“¿ADÓNDE VAMOS DESDE AQUÍ?”

Divida los participantes en grupos de entre 8 a 10 personas. Seleccione un/a secretario/a y un portavoz en cada grupo. En el grupo se discute y se determinan las discapacidades que tienen los miembros de la iglesia, mientras el/la secretario/a toma notas. Discutan o describan cada discapacidad mientras se siguen tomando notas al respecto.

Proyecte el ‘mapa’ de la Ilustración 2. Cada grupo ha de pensar y generar ideas acerca de qué debiera añadirse al ‘mapa’ de la ilustración. ¿Qué cambios, o qué habría que añadir en su iglesia local para ministrar a las necesidades de los miembros discapacitados, especialmente a aquellos ya identificados? ¿Qué tiene que hacer mejor la iglesia para ‘acomodar’ o servir a estos miembros con sus discapacidades particulares? Idealmente habrá algunos de estos miembros con discapacidades presentes en la congregación. Es importante asegurarse de escuchar sus voces, de entender sus necesidades particulares, y de involucrarles activamente para ayudar a proveer los servicios que ellos necesitan o para mejorar los servicios que ya se les ofrecen.

Reintegre los grupos nuevamente un uno solo, en la congregación. Dé oportunidad al portavoz de cada grupo para que comparta el resumen de las ideas generadas en cada grupo con toda la congregación.

Referencias

- Balswick, J. O. and J. K. Balswick (2014). *The Family: A Christian Perspective on the Contemporary Home*. [La familia: Una perspectiva cristiana sobre el hogar contemporáneo]. Grand Rapids, Michigan, Baker Academic.
- Carr-Ruffino, N. (2009). *Diversity success strategies*. [Estrategias para una diversidad exitosa]. Routledge.
- Kaufman-Scarborough, C. and S. Menzel Baker (2005). “Do people with disabilities believe the ADA has served their consumer interests?” [¿Piensan las personas discapacitadas que la ‘ADA’ (Acta o Ley Estadounidense sobre las Discapacidades) ha provisto para sus necesidades como consumidores?]” *Journal of Consumer Affairs* 39(1): pp. 1-26.
- Speraw, S. (2006). “Spiritual experiences of parents and caregivers who have children with disabilities or special needs. [Experiencias espirituales de los padres y encargados que tienen hijos con discapacidades o con necesidades especiales].” *Issues in Mental Health Nursing* 27(2): pp. 213-230.
- Treloar, L. L. (2000). “Spiritual beliefs, response to disability, and the church-part 1.” [Creencias espirituales – Las respuestas a las discapacidades y la iglesia – parte 1.]” *Journal of Religion, Disability & Health* 3(4): pp. 5-32.
- White, E. G. (1948). *The acts of the apostles*. [Hechos de los apóstoles]. Review and Herald, Hagerstown.

Notes

- ¹ Oliver, W & E. (2015). *Real family talk: Answers to questions about love, marriage and sex*. [Conversación verdadera en familia: Respuestas a preguntas sobre el amor, el matrimonio y el sexo] Nampa, ID: Pacific Press, p. 32.
- ² White, E. G. (1952). *The Adventist home*. [El hogar adventista]. Hagerstown, MD: Review and Herald Publishing Association, p. 105.
- ³ Stanley, S. M. (2005). *The power of commitment: A guide to active, lifelong love*. [El poder del consumismo: Una guía para el amor activo durante la vida entera]. San Francisco, CA: Jossey-Bass, p. 23.
- ⁴ White, E. G. (1952). *The Adventist home*. [El hogar adventista]. Hagerstown, MD: Review and Herald Publishing Association, p. 15.

Additional Resources

North American Division Disability Ministries [Ministerios de la División Norteamericana para los discapacitados]: <http://www.nadadventist.org/article/1073742476/ministries-services/ministries/disabilities-ministries>

Real Family Talk with Willie and Elaine Oliver, Season 4: <http://realfamilytalk.hopetv.org>

Una perspectiva cristiana sobre el ver la programación secular de televisión

S. JOSEPH KIDDER & DAVID PENNO

El texto bíblico:

“POR LO DEMÁS, HERMANOS, TODO LO QUE ES VERDADERO, TODO LO HONORABLE, TODO LO JUSTO, TODO LO PURO, TODO LO AMABLE, TODO LO QUE ES DE BUEN NOMBRE; SI HAY VIRTUD ALGUNA, SI ALGO DIGNO DE ALABANZA, EN ESTO PENSAD”. (FILIPENSES 4:8)

Introducción

Este artículo está diseñado para ayudar a los padres a educar a sus hijos en cuanto a la perspectiva cristiana de escoger los programas de televisión que ven. Hablaremos de ver televisión por a través de los diversos medios tecnológicos disponibles actualmente. Aunque ya las personas utilizan menos los dispositivos tradicionales de ver televisión, las investigaciones revelan que se ve más televisión a través de una variedad de distintos recursos (receptores de TV, iPads, la red cibernética, los teléfonos, etc.). Los principios que se presentan en este artículo puede así mismo aplicarse a las películas en los cines, a los videos que difunde YouTube, y a otros medios audiovisuales contemporáneos.

En nuestros días la programación televisiva tiene un impacto muy poderoso en las mentes de los niños. En gran medida influencia cómo ellos ven el mundo, y moldea su percepción acerca de Dios y de Su existencia.

Aunque algunas familias han optado por eliminar en su totalidad el ver la programación televisiva, esto se está

.....
S. Joseph Kidder, DMin, es Profesor de Ministerio Cristiano en el Seminario Teológico Adventista del Séptimo Día en Andrews University, ubicada en Berrien Springs, Michigan, Estados Unidos de América.

David Penno, PhD, en Profesor Asociado de Ministerio Cristiano en el Seminario Teológico Adventista del Séptimo Día en Andrews University, ubicada en Berrien Springs, Michigan, Estados Unidos de América.

haciendo más y más difícil a causa de la proliferación de los medios tecnológicos. De esta manera, los padres cristianos tienen la necesidad, tanto de controlar el uso de los programas televisivos en sus hogares, y de enseñar a sus hijos a manejar sus hábitos personales de ver la programación televisiva. Los padres pueden guiar a sus hijos estableciendo hábitos modelo en sus hogares que sus hijos puedan imitar.

Investigaciones acerca de ver la programación televisiva

De acuerdo a la investigación dirigida por el Sistema de Salud de la Universidad de Michigan en 2010⁶, en promedio, los niños entre las edades de 25 años pasan 32 horas a la semana viendo programas de TV, Vídeo Discos Digitales [DVDs], grabaciones en DVRs, videos y utilizando consolas de juegos digitales. Los chicos entre las edades de 6-11 años consumen alrededor de 28 horas frente a la tele [TV]. Los investigadores informaron, además, que el 71% de los jovencitos de entre los 7-18 años tienen receptores de TV en sus recámaras o dormitorios. La tecnología moderna de medios de comunicación ahora ofrece muchas maneras adicionales de ver el contenido de la programación televisiva por medio de la red cibernética [internet], los teléfonos celulares, los iPads, y las Tablets; en nuestros días, el 41% de la televisión que se ve es a través de esta avenida de medios alternos. Esto ha dado como resultado que se pase más tiempo viendo la programación televisiva, que sea menos el tiempo que se pasa frente a un receptor tradicional de TV. Esto nos indica que hay una mayor necesidad de manejar la programación de la TV que ven los niños.

El mismo estudio citado encontró que el “53% de los hogares donde tienen hijos entre el 7mo. y el 12mo. grados no tienen reglas o controles para ver la programación televisiva”.

Además, muchos padres instan a sus hijos a que vean TV como 'un pseudo cuidado infantil alterno'.

Sin embargo, se ha demostrado que el ver TV atrasa el desarrollo del cerebro, aumenta la conducta agresiva y baja la ejecución escolar académica de los niños. Todo esto sugiere intensamente que los padres cristianos deben manejar la televisión que los niños ven en sus hogares, especialmente si tienen niños pequeños. Estos niños no debieran ser expuestos a tal y tan poderosa influencia sin el control responsable y la supervisión de sus padres. Los padres que procuran criar a sus hijos para que caminen con Dios planificarán de acuerdo a los datos expuestos y a los principios que se presentan.

Principios bíblicos

Cuando se trata de la moral y de la ética social cristiana, no es suficiente el evaluar la evidencia científica en favor ni en contra de alguna cosa; es menester entender tales hallazgos científicos a la luz de los principios y de los valores bíblicos. Como cristianos, tenemos que comprometernos a examinar las sagradas escrituras para identificar los valores espirituales básicos que deben iluminar las situaciones morales y éticas.

Ya que la Biblia no menciona la TV ni su programación, debemos buscar las guías relacionadas al estilo de vida cristiano que puedan ayudarnos a determinar cuál debiera ser la actitud y la conducta del cristiano hacia la programación televisiva. El cristiano debe guiarse por estos principios al decidir si ven o no cualquier programación televisiva específica.

La Biblia exhorta a los cristianos a ser muy cuidadosos con respecto a qué entra a su mente y a sus pensamientos. Pablo nos anima a que enfoquemos nuestro pensamiento en lo que es verdadero, honorable, correcto, puro y de buena reputación. (Filipenses 4:8). De esta manera, la programación televisiva que escogemos debe traer a nuestras mentes aquello que es puro y enaltecido, y que nos ayudará en nuestro desarrollo espiritual. El apóstol también afirma que lo que permitimos que entre a nuestras mentes nos va a cambiar. "Y nosotros todos ... contemplamos como en un espejo la gloria del Señor, vamos siendo transformados .. ala misma imagen...". (2 Corintios 3:18). Los cristianos tenemos que ser cuidadosos en cuanto a qué influencia nuestros pensamientos, porque eventualmente vamos a ser transformados por lo que observamos.

Elena G. de White describe cómo los cristianos deben enfocar sus pensamientos en Jesús: "Dios desea que los hombres y mujeres piensen juiciosamente y sinceramente. Han de ascender a un grado cada vez más alto,

dominando un horizonte cada vez más amplio. Contemplando a Jesús, han de ser transformados a su

semejanza. Han de pasar su tiempo en la búsqueda de las profundas y eternas verdades del cielo. Entonces no habrá nada frívolo en su experiencia religiosa. A medida que estudian las grandes verdades de la Palabra de Dios, perseveran en la contemplación de Aquel que es invisible. Comprenden que las verdades más elevadoras y ennoblecedoras son las que están más íntimamente relacionadas con la Fuente de toda verdad. Y cuando aprenden de Dios, sus motivos y simpatías se hacen firmes e inmutables". {1MS 202.3}².

Así que, ¿cómo se han de relacionar las familias cristianas a la programación secular de la televisión en sus hogares? Primero exploraremos para determinar si la cosmovisión de la televisión secular está o no en conflicto con la cosmovisión cristiana, y luego describiremos algunos principios y prácticas que nos pueden ayudar, como creyentes, a manejar el impacto de la programación secular de la televisión sobre nuestras familias.

La TV de cosmovisión y pensamiento secular vs. la cosmovisión cristiana

William Johnson en *Meeting the Secular Mind: Some Adventist Perspectives* [Enfrentando la mente secular: Algunas perspectivas Adventistas] señala que una perspectiva mental secular es un polo diametralmente opuesto a la filosofía de un cristiano; sin embargo, raras veces se presenta esta disyuntiva en televisión. "Millones de personas oran, pero raras veces se ora ante las cámaras de televisión. Muchas personas toman sus decisiones en base a los principios bíblicos – pero la televisión los ignora. Según la televisión, se da la impresión de que las personas van a la iglesia solamente para los funerales y las bodas. En algunas ocasiones, la iglesia sirve de un interludio chistoso entre una escena y la siguiente. Hay la tendencia común de presentar a los clérigos como ineptos, atolondrados, remilgados – o a veces como tramposos y mentirosos"³.

Raras veces se menciona a Dios de manera positiva en la televisión, a pesar de que en la vida real muchas personas le siguen fielmente. De hecho, la mayoría de las personas en los Estados Unidos de América cree en Dios, y van a Él en oración regular u ocasionalmente. "Muchos elevan oraciones honestas y genuinas en situaciones desesperantes de miedo o de extrema necesidad. Pero en la mayoría de las instancias, las películas censuran y quitan estas reflexiones de la vida real"⁴.

La cosmovisión y el ambiente secular proyectado a través de la televisión está influenciando a los cristianos y es prácticamente imposible de evitar dicha influencia. Sin saberlo, y aún sin sentirlo, los valores espirituales pueden ser descartados para abrazarse a los de la mente secular. Las personas pueden ser asistentes fieles a la iglesia, y pueden seguir los patrones externos de una vida cristiana, pero en su fuero interno se han secularizado.

Hay personas influyentes en el ámbito de la industria televisiva que están procurando cambiar la cosmovisión de los espectadores. Ken Matto cita lo siguiente:

“Si podemos comenzar a cambiar las actitudes den este país, podemos comenzar a cambiar el comportamiento”. – Grant Tinker, pasado Gerente de NBC TV.

“La objetividad es una falacia [o mentira] ... Hay opiniones divergentes, NBC News.

La encuesta Lichtman Rothman de los dirigentes de los medios concluyó que “de los líderes de hoy ... el 90% favorece el aborto..., el 91% favorece la homosexualidad..., y solamente el 14% asistió alguna vez a la iglesia”.⁵

El ver televisión constantemente puede moldear al cristiano para que piense de manera secular. Por eso, tenemos que manejar lo que miramos porque esto influencia nuestro pensamiento.

La televisión y Dios

Posiblemente el mayor problema con la televisión no sea la violencia, la profanidad o el sexo, sino la ausencia de Dios. Como son presentados por la televisión, pareciera que las personas viven, resuelven sus problemas, planifican su futuro, se casan, y crían a sus hijos sin referirse a Dios para nada en todos estos procesos.

Un estudio que fue publicado en 1994 evaluó “la presentación de la religión en las cadenas de televisión en el horario de mayor audiencia de ficción; procedieron a determinar frecuencia y la distribución de la afiliación religiosa, el espectro de los comportamientos religiosos, y la valencia [cuán positivo o cuán negativo es], la importancia relativa, y el contexto [si era humorístico o serio] del comportamiento religioso en el que se involucraban los oradores o personajes”.⁶ Los investigadores revisaron 100 episodios en un lapso de cinco semanas. Ellos encontraron que “el aspecto religioso de la vida de los personajes típicamente no se presenta en televisión”. Analizando 1,462 personajes, los investigadores hallaron que el 5.6% tenían una afiliación religiosa identificable. “La actividad religiosa no se presentaba frecuentemente. Cuando sí se presentaba, pocas veces era el tema central de la historia y con mayor frecuencia se enmarcaba como una actividad personal y privada. Este estudio concluye que la presentación poco frecuente de la religión y de la espiritualidad tiende a mostrar simbólicamente el mensaje de que la religión no es de importancia porque raras veces es un factor en las vidas de las personas en televisión o en el ambiente social que se presenta”.⁷ Aunque este estudio fue realizado en el 1990, pocas personas argumentarían que hoy la televisión secular ofrece

una visión más positiva o más realista de la religión. En verdad, lo contrario es cierto: parece mucho peor que veinticinco años atrás.

Otros alegan que la televisión altera la manera en que percibimos la realidad como cristianos. La televisión facilita una experiencia visual que es una experiencia altamente reinterpretada desde una perspectiva ficticia y artificial. Esta simulación llega a hacerse nuestra propia nueva realidad. Abandonamos el mundo natural creado por Dios por preferencia a un recreado por el hombre [y la tecnología]. Las emociones negativas, la violencia y la carnicería se aferran a la atención de los espectadores más rápido y por más tiempo que las emociones positivas, que las escenas pacíficas o bellas. Por lo tanto, la televisión se enfoca en las primeras, en las emociones negativas... haciendo aparecer la las positivas como inusuales e infrecuentes en la vida real.

El ver televisión constantemente puede contribuir a que los cristianos de hagan personas que sean como veletas, llevadas por todo viento de doctrina e incapaces de distinguir entre la verdad y la ficción.⁸

La televisión y los mitos del mundo

La programación televisiva muestra cierta realidad y una versión de la vida que son contrarias al modo de vida cristiano. Frecuentemente la televisión nos dice que la felicidad puede obtenerse primariamente por el acceso a las posesiones materiales, a la popularidad y/o al poder.

Los adultos y los niños ven en la televisión personas que son hermosas, que manejan carros lujosos, que viven en hogares magníficos, que visten las mejores ropas, y que viven todos los estilos de vida imaginables en completa autonomía, y frecuentemente sin tener que dar cuenta por cualquier tipo de comportamiento que les venga en gana.⁹

La televisión y su programación sugieren que algunas características humanas, tales como el ser rico, el ser bien parecido, o el ser físicamente fuerte, son los únicos medios para llegar a ser exitoso en la sociedad. Por otro lado, la Biblia afirma que lo que más importa en la vida es conocer y caminar con Él (véase 1 Juan 1:6). El mensaje de la Biblia es fuerte y claro: una vez que una persona recibe los dones de la gracia y de la salvación, Dios guía a los creyentes a enfocarse en los asuntos espirituales por encima de las ataduras transitorias del mundo. Como consecuencia, la imitación y el dominio de la conducta por parte de la televisión ha llegado a ser el estándar por medio del cual podemos evaluar el éxito o el fracaso de dónde estamos en nuestra trayectoria espiritual.¹⁰

Los padres y las madres frecuentemente trabajan largas horas en trabajos que detestan para poder adquirir el lujo mientras

son enmarañados y atrapados en enormes deudas de consumo. Éste síndrome de adicción al trabajo lleva a relaciones familiares tensas y a divorcios. Al no poder alcanzar la belleza computarizada y sintetizada que ven en el mundo ficticio de la televisión se ve, se visualiza como una tragedia tan profunda que tanto jóvenes como adultos se deslizan en desórdenes alimenticios, desarrollan neurosis, y practican la auto medicación para poder lidiar con estas circunstancias creadas.¹¹

Mientras los niños ven televisión, se hacen productos de una fábrica de imágenes que les dice cómo comportarse hacia sus padres y hacia sus pares. También se les dice qué deben querer, qué deben pedir, qué deben esperar que se les dé, y aún qué demandar de los demás. No es motivo de asombro, entonces, que tantos jóvenes tienen un sentido tan profundo de ‘los derechos que creen que les pertenecen’. Llegan a creer que el mundo les debe, y les tiene que dar inúmeros lujos por el simple hecho de ellos haber nacido; que los padres deben pagarle sus carros (autos), sus ropas, su educación universitaria; que solamente la última moda es lo único aceptable; que las personas más deslumbrantemente hermosas son más valiosas que aquellas personas que son de hermosura común, que los buenos cristianos deben parecerse a y que deben actuar como Beyoncé, Miley Cyrus, Justin Timberlake, o los ‘raperos pandilleros’, que no tienen dilema moral alguno; que la comida chatarra es el grupo alimenticio primario de la mayoría de las personas; o que una “happy meal” les va a hacer felices.¹²

Gerbner y Gross, de la Universidad de Pennsylvania [en los Estados Unidos de América], han descubierto que los ven mucho la televisión tienen opiniones acerca del mundo que difieren grandemente de los hechos de la realidad. Ellos ven el mundo como que tienen muchos más profesionales, atletas, entrenadores y detectives de los que realmente hay. Ellos piensan que la sociedad es realmente mucho más afuente o rica de lo que en realidad es. Ellos ven el mundo como que es mucho más peligroso de lo que en realidad es, y como resultado de esto son mucho más miedosos que los que ven menos televisión y que los que no ven.¹³ Esto hace que, para los jóvenes, los estilos de vida de los ricos y de los famosos tenga un gran atractivo, que sea un deseo que les consume, mientras, por otro lado, les crea un miedo que controla importantes aspectos de sus vidas.

La televisión y los valores morales cristianos

Jerry Mander, quien fuera Presidente de la televisora CBS, en su controversial libro: *Four Arguments for the Elimination of Television* [Cuatro razones para la eliminación de la televisión], afirma que la televisión no miente a veces, sino todo el tiempo. MIENTE en la presentación de la vida, en los informes noticieros, en sus soluciones a los problemas complejos, y en su derrumbe de los valores morales aceptados. Por una parte, la

televisión legitima el prejuicio, la deshonestidad y el egoísmo; por otra lado, glorifica la perversión del sexo, de las drogas, de las bebidas embriagantes y del fumar.¹⁴ Esta constante corrupción de la verdad finalmente influenciará a todos, y tendrá un profundo efecto sobre la moralidad, el estilo de vida y las relaciones con Dios.

Pablo afirma que los cristianos son transformados por la renovación de su entendimiento [o de sus mentes] (Romanos 12:1-2). El refuerzo y la repetición son importantes en el proceso del desarrollo de las actitudes hacia el bien o hacia el mal. Los padres tienen que saber cómo hacer decisiones éticas competentes basadas en los valores y en los principios cristianos, y luego, enseñar a sus hijos a hacer lo mismo. Padres, sepan y estén al tanto que la televisión es otra fuerza autoritaria, otra imagen de autoridad que trabaja en contra de este proceso, y procura deshacer los esfuerzos de ustedes.

El manejo cristiano de la televisión

¿Hay, acaso, algún lugar para la televisión en un hogar cristiano? Muchos ven el potencial que tiene la televisión para el bien, para ser útil, a pesar de los problemas que causa, y sin embargo, para algunos cristianos, la respuesta es NO. No hay ninguna respuesta simple ni claramente deslindada para este problema. Más aún, muchos de los que se oponen a la presencia de la televisión en el hogar cristiano lo hacen teóricamente, mientras que en la práctica, ellos ven la programación de la televisión, y permiten que sus hijos también la vean. Así que existe la necesidad de unas guías para ayudar a las familias a practicar un acercamiento cristiano ante la programación secular de la televisión.

Los controles de la televisión

La mayoría de los cristianos continúa mirando televisión en sus hogares y en otros lugares, y permite a sus hijos hacer lo mismo. En menester enseñar a los niños a manejar apropiadamente aquello a lo que están expuestos. La televisión no es una excepción a esta regla. Es importante que cuando una familia escoja tener un televisor en su hogar, ellos les muestren y les enseñen a los niños cómo manejar lo que ven. Cuando los padres se involucran en ayudar a sus hijos a entender la naturaleza de la televisión y a cómo verla con una mente crítica, los niños parecen ser más capaces de poder diferenciar entre las personas reales, los personales realistas y los personajes ficticios.

He aquí algunas sugerencias para aquellos que mantienen un televisor en sus hogares.

Limite el tiempo dedicado a ver televisión

Una manera efectiva de reducir el consumo de la programación televisiva entre los niños es limitando su uso.

Esto puede hacerse de dos maneras. Una manera es prohibir todo uso de la televisión durante los días de clase. Esto elimina la presión en los niños de hacer sus tareas apresuradamente para tener tiempo de ver sus programas favoritos. Otra opción es permitir que los niños vean televisión durante la semana, pero restringir su uso a una o dos horas al día. Los padres pueden implementar este plan si proveen actividades sanas y saludables para ocupar el tiempo que anteriormente era dedicado a ver televisión. De hecho, para muchos niños, una rica vida social es más satisfactoria y provechosa que el consumo de la programación televisiva secular.

Evalúe el contenido de la programación televisiva

A menos que queramos dejar la televisión como un medio que aplique a nuestras emociones, tenemos que encontrar maneras de interactuar intelectualmente con lo que televisión entrega. Es la responsabilidad del cristiano “mantener un acercamiento crítico y bien informado con respecto a todos los medios comunicativos mientras determinamos cómo podemos utilizarlos de la mejor manera para la gloria de Dios”.¹⁵

David Marc, un profesor de ‘Civilización Americana’, ofrece una perspectiva provocativa al relatarnos que “es de carácter crítico el establecer la distinción de tomar la televisión en nuestros propios términos o el tomarla pasivamente en la manera en que se nos presenta. Ésta es la diferencia entre la pasividad y la actividad. Esto es lo que salva la televisión de llegar a ser la herramienta homogeneizadora, monolítica y autoritaria cuyos críticos aseguran que es”.¹⁶ Tenemos que visualizar la televisión con una mente activa, y responder desde la perspectiva de una cosmovisión cristiana. Somos responsables de aquello que nos comunica la televisión.

Sigue a continuación una lista de preguntas que ayudan al cristiano a evaluar las percepciones de los medios masivos de comunicación. Será útil que todos los que deseen dejar el receptor de televisión en sus hogares presten seria consideración a las siguientes preguntas.

1. ¿Contribuye la presentación al entendimiento de ideas valiosas?
2. ¿Ayuda la presentación a clarificar asuntos de interés y relevancia actual?
3. ¿Procura la presentación transmitir los más ricos pensamientos en el lenguaje más claro?
4. ¿Mantiene la presentación un balance entre la apelación emocional y la apelación intelectual?
5. ¿Muestra adecuadamente la presentación las expectativas de la vida normal?
6. ¿Utiliza la presentación elementos de violencia, lenguaje vulgar y callejero o implicaciones sexuales para llevar su mensaje?

7. ¿Da evidencias la presentación de haber sido producida con gusto, con meditación y con algo de finesa?
8. ¿Fomenta la presentación un mayor entendimiento de los demás y anima al espectador a tratar a los demás con bondad?
9. ¿Avanza o perpetúa la presentación los valores espirituales que sostenemos?
10. ¿Puede un cristiano, con clara conciencia, recomendar esta presentación a un compañero cristiano?

Establezca un ejemplo

No importa qué restricciones los padres pongan sobre los hijos con respecto a la televisión, éstas harán muy poco bien, si acaso alguno, si los padres no han controlado sus propios deseos de ver televisión. Los niños aprenden por lo que ven, por el ejemplo. “No aporta a propósito alguno para los padres el prohibirle a los niños que vean televisión si ellos mismos continúan viendo la programación sin remordimiento. Tal hipocresía enseña a los niños a desatender los mandatos paternos”.¹⁷ Los padres tienen que modelar para sus hijos los hábitos propios y correctos.

Muchos de nosotros necesitamos decidir antes de pasar tiempo con la ‘medium’. Esto debe ser no solamente por nosotros, sino también por nuestros hijos y por nuestros nietos. Tal vez una buena estrategia o regla para encender el televisor sería para ‘ver’ qué hay que valga pena ver, qué amerita nuestra atención cada día. Esto significa que necesitaremos varios minutos cada día para leer acerca de lo que está disponible. Esto nos será de utilidad. En vez de simplemente prender el interruptor automáticamente como parte de la rutina diaria, sin importar lo que puedan estar presentando, la rutina debiera ser la selectividad, la selección de lo que sea valioso.

Incluimos aquí algunas sugerencias para manejar lo que vemos en la televisión:

1. Si usted va a ver televisión, insista en ver los programas que cultiven el buen carácter y los valores morales.
2. Si es posible, tenga un solo receptor de tele-visión en el hogar. No lo tenga en una ubicación prominente. Cuando no lo esté usando, cubra el televisor; o de ser posible, guárdelo en algún lugar inconspicuo.
3. Seleccione muy cuidadosamente aquellos programas que sean interesantes e informativos para toda la familia. Haga esta selección de antemano, para evitar una selección al azar o espontánea. No dependa del televisor para ser una fuente de diversión con frecuencia, porque se estará creando un hábito [difícil de quebrantar]. No permita a los niños pequeños prender el aparato de tele-visión sin un permiso explícito.
4. Después de ver un programa, dialogue con la familia

sobre el contenido que acabaron de ver. Anime el discernimiento cristiano preguntando si piensan que el programa fue agradable a Dios o no, y explore las posibles razones. Enseñe a los niños que ellos tienen el derecho y la responsabilidad de evaluar la programación que se les ofrece en la televisión, y que no tienen que aceptar todo lo que les llegue, pasivamente. Sus estándares son aquellos de Jesucristo y de Su iglesia en todos los aspectos de sus vidas.¹⁹

Conclusión

Hemos examinado algunos de los principios bíblicos que se relacionan con los efectos de ver televisión. Ya que muchos cristianos continuarán con un aparato receptor de televisión en sus hogares, y permitirán que sus niños vean la programación, estamos proponiendo que los padres manejen y controlen el uso de la televisión que han de hacer sus hijos. Esto puede hacerse limitando el tiempo en que se les permite ver los programas, evaluando el contenido de la programación, y estableciendo un ejemplo que los niños puedan seguir.

Un buen punto para concluir es con el consejo que el apóstol Pablo da a los filipenses: “Por lo demás, hermanos, todo lo que es verdadero, todo lo honorable, todo lo justo, todo lo puro, todo lo amable, todo lo que es de buen nombre; si hay virtud alguna, si algo digno de alabanza, en esto pensad”. (Filipenses 4:8)

Cómo usar este artículo

Incluimos a continuación algunas sugerencias en cuanto a cómo los padres pueden utilizar con provecho este artículo:

1. Pida a los niños que discutan las ventajas y las desventajas de ver la programación de la televisión.
2. Pida a los niños que describan posibles alternativas a la televisión que ellos disfrutarían.
3. Discuta con los niños acerca de cómo lo que entra a nuestras mentes nos influencia, ya sea para bien o para mal.
4. Los padres pueden discutir los principios bíblicos presentados en este artículo con los niños.
5. Repase el contenido de este artículo con los niños.
6. Los niños más grandes pueden escribir un resumen y/o un comentario de este artículo.
7. Muestre los beneficios de controlar el uso que se le da en el hogar al televisor.

Notes

- ¹ Boyse, K. (2010) *Television and Children*. [La televisión y los niños] Retrieved from <http://www.med.umich.edu/yourchild/topics/tv.htm> Accessed 05/29/2014
- ² White, E. (1958). *Selected Messages*, [1 Mensajes Selectos, 202.3] Vol. 1, Washington, DC: Review and Herald, p. 172.
- ³ Johnson, E. (1985). *Meeting the Secular Mind: Some Adventist Perspectives*, Berrien Springs, MI: Andrews University Press, p. 17.
- ⁴ Ibid. p. 17-18.
- ⁵ Matto, K. (n.d.) *The Dangers of Television*. [Los peligros de la televisión]. Retrieved from http://www.inplainsite.org/html/dangers_of_television.html. Accessed 05/29/2014
- ⁶ Skill, T & Robinson, D. (1994). *The Portrayal of Religion and Spirituality on Fictional Network Television*, Review of Religious Research, Vol. 35, No. 3, March, p. 251.
- ⁷ Ibid.
- ⁸ Kappelman, T. (2002). Retrieved from http://www.probe.org/site/c.fdkEIMNsEoG/b.4217905/k.A431/We_Are_Television.html Accessed 05/30/2014.
- ⁹ Ibid.
- ¹⁰ Ibid.
- ¹¹ Ibid.
- ¹² Ibid.
- ¹³ Warholak, G. (1996). Adaptado de un panfleto escrito por Kevin Perrotta, y publicado por el Department of Religious Education of the Greek Orthodox Archdiocese of North and South America. Taken from the *OCA Resource Handbook for Lay Ministries*, by Orthodox Family Life and the original author(s). Retrieved from <http://www.theologic.com/offweb/curreven/tv02.htm>. Accessed 05/30/2014.
- ¹⁴ Mander, J. (1978). *Four Arguments for the Elimination of Television*. New York: William Morrow and Company, p. 216-240.
- ¹⁵ Solomon, J. (2002). Retrieved from <http://www.leaderu.com/orgs/probe/docs/tv.html>. Accessed 05/30/2014.
- ¹⁶ Marc, D. (1996). *Demographic Vistas: Television in American Culture* (Rev. ed.). Philadelphia: University of Pennsylvania Press, p. 8.
- ¹⁷ Schwantes, D. (1979). *Taming Your Television and Other Media*. Nashville: Southern Publishing Association, p. 114.
- ¹⁸ Solomon, J. (2002). Retrieved from <http://www.leaderu.com/orgs/probe/docs/tv.html>, 2002. Accessed 05/30/2014.
- ¹⁹ Warholak, G. (1996). Adapted from a pamphlet written by Kevin Perrotta, and published by the Department of Religious Education of the Greek Orthodox Archdiocese of North and South America. Taken from the *OCA Resource Handbook for Lay Ministries*, by Orthodox Family Life and the original author(s). <http://www.theologic.com/offweb/curreven/tv02.htm>. Accessed 05/30/2014.

Señales de adicción a la televisión	
1.	Grabas programas de televisión que se transmiten a la misma hora de otro programa que estás viendo.
2.	Ves un programa con la anticipación de ser un acto pecaminoso, y cuando lo vez, lo disfrutas.
3.	Comes tu comida frente a la televisión.
4.	Descuidas el tiempo dedicado a tu cónyuge o a tu familia para ver un programa de televisión.
5.	Anticipas la llegada de la hora de un programa de televisión que ves, pero fácilmente descuidas las actividades espirituales.
6.	Tu conversación está repleta de comentarios y anécdotas referentes a los programas de televisión.
7.	La televisión reemplaza tu lectura de la Biblia, el tiempo de tu devoción o el culto familiar.
8.	No se le permite a nadie hablar cuando está encendido el televisor.
9.	Te apuras para llegar a la casa para que no se te pase un programa de televisión.
10.	Constantemente ves televisión hasta altas horas de la noche.
11.	Cuando llegan visitas, el televisor se queda prendido, y quisieras que las visitas se fueran pronto.
12.	Permites que la televisión piense por ti.
13.	Prendes el televisor en el momento en que entras a cuarto/sala, y en el momento en que despiertas en la mañana.
14.	El televisor está prendido cuando haces los quehaceres.
15.	Te ríes del mismo pecado que envió a Cristo a la cruz.
16.	Comienzas a adoptar ideas y actitudes contrarias a las Sagradas Escrituras.
17.	No sales ni vas a ninguna parte, sino que vives recostado en tu sillón favorito, viendo televisión.

RECURSOS PARA EL LIDERAZGO

El sexo, las drogas y el alcohol: Lo que dicen los estudiantes universitarios adventistas acerca del rol de los padres y de la religión

ALINA BALTAZAR, DUANE MCBRIDE, CURTIS VANDERWAAL
AND KATHRYN CONOPIO

70

Los años universitarios frecuentemente involucran la experimentación con el alcohol y las drogas que puede comenzar en los años de la adolescencia y extenderse hasta los años en la universidad (Misch, 2010). Tales conductas son influenciadas por una menor interacción de la supervisión paterna y por una mayor interacción con un mayor número y una mayor variedad de los pares (Misch, 2010). Tres cuartas partes (75.6%) de los jóvenes de edad universitaria en los Estados Unidos de América han consumido alcohol durante el año pasado, incluyendo un 57.9% que admiten que se han emborrachado durante el mismo lapso; y un tercio cumple con el criterio de atiborrarse de licor durante el último mes (Johnson et al, 2014). Muchos estudiantes universitarios piensan que el beber fuertemente es parte de su experiencia universitaria (Luquis, García & Ashford, 2002). Si bien el alcohol es la sustancia de mayor consumo, no es la única sustancia que se utiliza en los recintos universitarios. La marihuana es la droga ilícita más usada en los recintos universitarios en los Estados Unidos de América, y poco más de un tercio (35.5%) de los estudiantes universitarios informaron que la habían usado durante el año pasado (Johnson et al, 2014).

Una gran mayoría de las personas de edad universitaria

Alina Baltazar, PhD(c), es Profesora Asistente del programa de Maestría en Trabajo Social (MSW) y Directora de Trabajo Social en la Universidad Andrews, en Berrien Springs, Michigan, E.U.A.

Duane McBride, PhD, es el Director del Instituto para la Prevención de la Adicción en la Universidad Andrews, en Berrien Springs, Michigan, E.U.A.

Curtis VanderWaal, PhD, es Profesor de Trabajo Social en la Universidad Andrews, en Berrien Springs, Michigan, E.U.A.

Kathryn Conopio, MA(c), es estudiante de Desarrollo Comunitario e Interna-cional en la Universidad Andrews, en Berrien Springs, Michigan, E.U.A.

en los Estados Unidos de América están activos sexualmente activos; aproximadamente el 65% se han involucrado en actividades sexuales en los últimos 12 meses (American College Health Association, (2011). Hay una cantidad de problemas asociados con varias formas de actividad sexual, incluyendo el practicar el sexo con distintas parejas y la actividad sexual sin la protección debida, que pueden llevar a la contracción de enfermedades sexualmente transmitidas y a embarazos no intencionados (Centros para el Control de Enfermedades, 2009).

Las investigaciones han observado un número de variables que pueden influenciar el comportamiento sexual. La religiosidad parece no reducir sustancialmente la actividad sexual; el 80% de los cristianos evangélicos solteros entre las edades de 18 y 29 años, participan en actividades sexuales (Albert 2009). Este promedio es similar al de los adultos no casados, que en un 88% comparten con personas de su misma edad a través de sus vidas (Albert, 2009). Se ha encontrado que el uso del alcohol y de otras drogas aumenta los riesgos sexuales que toman los estudiantes universitarios (Klein, Geaghan & Mac-Donald, 2007).

Afirman las investigaciones que los padres influyen la conducta de sus hijos con respecto a las drogas, el sexo y el alcohol en una variedad de maneras. Se ha asociado un monitoreo cercano durante los años de la adolescencia con el menor consumo de alcohol y de drogas, que a su vez indirectamente reduce el consumo peligroso de alcohol durante los años universitarios (Arria et al., 2008). La composición familiar durante los años universitarios y ciertas características de la familia durante los años de la adolescencia influyen en las creencias y en la conducta durante los años posteriores.

Davidson y sus colegas (2008) encontraron que las familias intactas, donde los cónyuges se han mantenido juntos y se muestran afecto mutuo, tuvieron un impacto mayor en la conducta sexual de riesgo que la religiosidad.

La Universidad Andrews, una universidad Adventista del Séptimo Día, ubicada en Michigan, Estados Unidos de América, cada cinco años, desde 1990, lleva a cabo una encuesta sobre los riesgos de salud y los factores de protección de los jóvenes. Los investigadores informan que los resultados de la última encuesta, realizada en 2012, son semejantes a los resultados de las encuestas de 2005 y de 1999. Estos resultados mostraron un nivel de participación mucho menor en el uso de drogas y alcohol y en prácticas sexuales previas al matrimonio que los hallados en la población de edad universitaria en general (Helm et al., 2009; Hopkins et al., 2004; Helm et al., 2009 [sic]; Baltazar, VanderWaal, & McBride, 2012). El análisis de la data ha demostrado que variables, tales como las creencias religiosas, la participación en actividades religiosas, los lazos familiares estrechos y las relaciones con otros adultos, resultan en unos niveles más bajos en el consumo de drogas y alcohol y de actividades sexuales premarital.

El análisis de la data del estudio de 2012 muestra que hay ciertas áreas particulares en donde la religión y los padres tienen un mayor impacto sobre el alcohol, la sustancia de mayor consumo en el recinto. La variable religiosa dominante fue la creencia de que “Dios quiere que cuide mi cuerpo evitando el consumo de alcohol, de tabaco y de drogas”, en otras palabras, el creer que ‘mi cuerpo es templo de Dios’ aparentemente va en detrimento del consumo de alcohol. El 61% de los que están fuertemente de acuerdo con esta aseveración tuvieron menos propensión al consumo de alcohol durante la última semana. La variable relacionada con los padres que tuvo el mayor impacto fue la creencia de que “pueden hablar con su mamá acerca de asuntos sensitivos, como las drogas, el sexo y el alcohol”. El resultado fue que 30% estuvieron menos propensos a consumir alcohol durante la última semana.

Con respecto a las relaciones sexuales, algunas de las mismas variables tuvieron una relación semejante, con algunas variaciones en cuanto a varones y hembras. Las féminas que se sienten cómodas hablando con sus madres acerca de las drogas, el sexo y el alcohol, que asisten regularmente a la iglesia, que leen sus biblias con frecuencia o que creen que Dios quiere que ellas cuiden sus cuerpos, tienen significativamente menos inclinación a tener relaciones sexuales con diversos compañeros a través de sus vidas. Para los varones, la asistencia frecuente a la iglesia, el leer sus biblias o el saber que pueden acercarse a Dios porque disfrutan de pasar tiempo con Él, resultó en tener menos propensión a tener una cantidad de parejas sexuales a

través de sus vidas.

Si bien es cierto que esta información es útil y animadora, es importante que digamos el resto de la historia: el oír directamente de los jóvenes lo que ellos piensan acerca de las drogas, el alcohol y el comportamiento sexual con un énfasis particular sobre el rol que desempeñan la religión y los padres. Durante el invierno de 2013 se llevó a cabo una investigación de enfoque grupal para procurar entender mejor los resultados de la encuesta.

Líderes estudiantiles de la Universidad Andrews reclutaron estudiantes de las clases de psicología, de sociología y de estudios de familia para participar en un estudio de enfoque grupal, y formaron seis grupos. Todos los participantes eran estudiantes subgraduados de la Universidad Andrews. Se seleccionaron estudiantes solteros que tenían entre 18 y 25 años de edad. Se creó una lista de preguntas semiestructuradas, de respuesta abierta, que exploraban las razones por las que los estudiantes se involucraban en actividades que ponían en riesgo su salud, tales como el uso del alcohol, de drogas y de conducta sexual. En el universo de 53 estudiantes, 57% eran hembras y 43% eran varones. La composición étnica era de 43% blancos, 25% negros, 15% hispanos, 11% asiáticos y 6% asiáticos/blancos.

Las transcripciones de las entrevistas fueron analizadas, y se identificaron y se procesaron los temas comunes. Daremos noticia aquí de los temas más comunes entre los que identificados, en orden de su mayor frecuencia. Con miras a la clarificación, se han incluido algunas citas de lo que dijeron los participantes en el estudio.

Cuando se les preguntó a los estudiantes qué pensaban ellos con respecto al alcohol y a las drogas, respondieron:

- Es algo que se hace en las fiestas o en ocasiones sociales.
- Son considerados como parte de la experiencia universitaria común.
- El uso de estas sustancias varía: unos estudiantes se abstienen totalmente, mientras que otros las usan regularmente.
- Muchos estudiantes informaron que ellos creen que no es correcto usar alcohol ni drogas. “Yo pienso que en este ambiente [la comunidad alrededor de la Universidad Andrews] es tabú”.

Cuando se les preguntó a los estudiantes qué es lo que influencia el uso de estas sustancias entre los estudiantes universitarios, ellos respondieron:

- Es una manera de manejar la tensión, de ayudarles a dormir y de ayudarles a escapar de los problemas. “Alivia la tensión”.
- Informaron que es fácil hallar amigos que utilizan / y que no utilizan las sustancias. Ellos negaron que fuera a causa

de la presión de los pares o compañeros, pero sí dijeron que cuando los estudiantes usan las sustancias, generalmente lo hacen con sus pares en ocasiones sociales.

- Hay cierta cantidad de curiosidad con relación a probar estas sustancias; y hay quienes piensan que es una manera de disfrutar y pasarla bien.
- “Uno se siente cansado de estar calmado y de hacer las cosas como la gente dice, y uno quiere ser un poco diferente, y hacer algo malo”.

Cuando el grupo reflexionaba acerca de por qué los estudiantes se hartan de licor (definido como tomarse 5 ó más tragos de una sentada) respondieron lo siguiente:

- Puede que sea accidental, porque puede ser que no se den cuenta de cuántos tragos ya se han tomado.
- La persona puede tener ya una adicción al alcohol.
- Puede ser una manera de escaparse de los problemas y de adormecer el dolor emocional.

Cuando se le preguntó acerca del rol que juega la religión, los temas más comunes que se identificaron fueron los siguientes:

- La religión establece estándares morales que afectan la conducta. “Creo que la religión juega el papel de atemperar a la mayoría de las personas religiosas para que no se den a embriagarse con bebidas alcohólicas”.
- Piensan que el cuerpo es templo del Señor, y que por lo tanto, no deben consumirse sustancias malsanas. “Ese dicho de que el cuerpo es templo de Dios”.
- La influencia religiosa varía dependiendo de si el/la joven ha internalizado los valores que se le han enseñado.

Los roles de los padres incluyen los siguientes:

- Los padres que modelan la abstinencia son una buena influencia para sus hijos. Los padres que son usuarios de sustancias controladas pueden ser modelos de lo que NO DEBE HACERSE, especialmente si los niños perciben que sus padres hacen de las sustancias ha sido perjudicial para ellos.
- Los miembros de los grupos piensan que los padres no debieran ser demasiado estrictos ni demasiado permisivos. Piensan que si los padres son muy estrictos, los niños pueden desarrollar la tendencia a rebelarse; pero si son demasiado permisivos, los niños pueden pensar que a los padres no les importa si ellos utilizan sustancias o no. Cuando los padres implementan una paternidad más comprometida, en la que hay más interacción entre padres e hijos en cuanto a las reglas, esto promueve una mayor comunicación entre ellos. “Yo pienso que se resume en que los padres dan buenas razones por las que no debe hacerse algo, y no solamente el tratar de implementar un montón de reglas sin sustancia, fundamento, ni trasfondo,

sino reglas lógicamente razonadas o las cosas que los padres quieren implementar con sus hijos”.

- También se vio como importante la relación de los padres con los hijos. Si tienen una buena relación con sus padres no quieren chasquearlos haciendo algo que saben que ellos no quieren que se haga.

Hubo más variación en las respuestas que los estudiantes de edad universitaria que asisten a universidades adventistas dieron en referencia a su percepción de las conductas sexuales.

- Se considera como tabú el tema del sexo en el recinto universitario.
- Hay una gran variación en las creencias acerca de las conductas sexuales: desde aquellos que no se besan antes de la boda - hasta aquellos que piensan que la participación en actos sexuales casuales está perfectamente bien.
- Los estudiantes creen que no hay suficiente información con respecto a los estándares relativos a las caricias, a las actividades y a la conducta previas al acto sexual entre una pareja. ¿Pasado qué punto es ir demasiado lejos?
- Se aplica la ‘ley del embudo’ [‘double standard’] cuando es más aceptable o tolerable para los hombres y menos para las mujeres, el involucrarse en actividades sexuales. Esto muestra discriminación sexual o por género, ya que ambos géneros se involucran igualmente en una relación sexual.
- Frecuentemente las féminas se sienten presionadas a participar en relaciones sexuales para poder mantener a, o continuar con, sus novios.
- Los miembros de los grupos generalmente creen que la relación sexual debe ser exclusivamente dentro del matrimonio – que “se debe esperar hasta estar casados”.
- Los estudiantes tienen dificultad en el manejo de los impulsos sexuales. “Aunque saben que no es lo correcto, posiblemente se hayan convencido a sí mismos de lo contrario”.
- Hay algunos que lucha con la masturbación y con la pornografía.
- Saben, y están al tanto de que las relaciones sexuales prematrimoniales o extramatrimoniales pueden dañar sus relaciones de noviazgo, familiares y de amistad, así como su salud mental.

Los participantes identificaron algunos factores que influenciaron sus percepciones relativas a las relaciones sexuales:

- Los pares o ‘amigos/as’ que les animaban a tener relaciones sexuales. “Quiero decir, se escucha a los pares, ¿no es verdad? Y si ellos/as tienen algo que decir respecto a esto, uno/a lo escucha”.
- Los medios de comunicación y la música que normalizan [trivializan o hacen aparecer comunes] las relaciones sexuales.

- Si la pareja ha estado junta por algún lapso, es mayor la presión para tener relaciones sexuales.

Hay maneras específicas en que la religión influencia en las conductas sexuales:

- Los valores religiosos enseñan que las relaciones sexuales son para el matrimonio, para las personas casadas. “Porque debido a que soy una persona religiosa, entiendo por qué Dios quiere que se espere hasta después del matrimonio [hasta después de estar casados].”
- Si se tiene una fe religiosa, esto da fuerzas para resistir los impulsos sexuales que se sabe que son indicados para satisfacerse en la relación matrimonial.
- Los participantes sintieron que la Biblia no era muy clara en cuanto a las relaciones sexuales premaritales. Sintieron que no existe un versículo que dice explícitamente: “No tendrás relaciones sexuales premaritales”. Los estudiantes informaron que hay muchas historias de los héroes o personajes bíblicos que tuvieron relaciones sexuales premaritales, y que esto envía un mensaje mixto o confuso.

Los padres tienen un papel semejante en su influencia sobre la conducta con respecto a las relaciones sexuales, al que ejercen sobre la conducta con respecto al uso de sustancias.

- Si tienes una relación estrecha con los padres, no vas a querer chasquearlos, especialmente si sabes que ellos quieren que esperes para experimentar las relaciones sexuales hasta que te hayas casado. “Obviamente, hay una relación correlacionada entre la relación con los padres, y la espera real”.
- Si los padres esperaron hasta estar casados para tener relaciones sexuales, esto establece un estándar, y envía el mensaje a los hijos de que si los padres fueron capaces de esperar, entonces también ellos [los hijos] son capaces de esperar.
- Ayuda que los padres envíen mensajes inequívocos, bien claros, en relación a sus estándares con respecto a la conducta esperada de sus hijos en cuanto a las relaciones sexuales. “Si tus padres no te habla nada al respecto nunca, y más o menos te educas escuchando a tus amigos y compañeros, es casi una garantía de que va a ser una peor indicación de como hubiera sido si tus padres lo hubieran discutido contigo”.

En conclusión, hay una cantidad de factores que influyen en cuanto a si los jóvenes van a usar sustancias o si van a tener relaciones sexuales premaritales. Nuestras investigaciones muestran que los jóvenes batallan con los impulsos para utilizar sustancias ilícitas y para tener relaciones sexuales premaritales. Señalan que necesitan aprender maneras más saludables para lidiar con estos impulsos, y distraerse y disfrutar sanamente.

Las mayores luchas sexuales son aquellas relacionadas con la masturbación y con la pornografía; y cómo manejar una relación que progresa al punto en que los impulsos sexuales se vuelven absorbentes y poderosísimos, y donde existe una enorme presión sobre las féminas a entregarse a los deseos de su ‘novio’ de tener relaciones sexuales, o exponerse a la posibilidad de perder a su ‘novio’.

Los jóvenes creen que la Biblia establece estándares con respecto a su conducta. El mensaje bíblico más poderoso en contra del uso de sustancias ilícitas es creer que el cuerpo es templo del Señor, como se muestra en la encuesta y en los grupos de seguimiento subsiguiente enfocados. Esto nos muestra el poder que tiene nuestro mensaje de salud sobre los jóvenes Adventistas. La involucración en las relaciones sexuales es mucho más compleja.

Aunque es claro para ellos el mensaje de que las relaciones sexuales deben posponerse hasta que sea consumado el matrimonio, ellos sienten que la Biblia no es muy clara o explícita en cuanto a este asunto. Esto significa que los padres y los mentores tienen que reforzar este mensaje por medio de una comunicación clara y sin ambages y por medio del establecimiento de un modelo que los jóvenes puedan seguir.

Las relaciones con los pares o compañeros, con los padres y con Dios, establece una diferencia en las elecciones de conducta que la juventud tiene que hacer. Si una persona joven pasa tiempo con compañeros que no usan sustancias nocivas, y que piensan esperar hasta estar casados para participar en relaciones sexuales, tendrá menos propensiones a involucrarse en estos tipos de conducta indebidamente. Además, si el joven o la joven tiene una relación estrecha con sus padres, quienes establecen sus estándares claramente en cuanto al uso de sustancias y a las relaciones sexuales premaritales, tendrá menos propensión a involucrarse en tales prácticas de conducta. Finalmente, si el o la joven tiene una estrecha relación con Dios, tendrán más cuidado de cumplir con los estándares religiosos, tales como que el cuerpo es templo de Dios, y que las relaciones sexuales son para el matrimonio.

Recomendaciones para los líderes de Ministerios de Familia:

- Manténganse estándares claros, a la vez que hay que reconocer que los jóvenes son propensos a equivocarse.
- Refuerce los valores que afirman la vida, es decir, los principios de salud de la Iglesia Adventista del Séptimo Día.
- Promueva una relación personal con Cristo.
- Enfóquese en la prevención y en minimizar el impacto de las elecciones de alto riesgo.
- Practique el amor y la aceptación para con aquellos que tienen luchas en estas áreas.

- Enséñele a los padres la importancia que tiene: El nutrir las relaciones estrechas a través de comidas familiares, salidas o paseos especiales, y el establecimiento de tradiciones [familiares].
 - La comunicación temprana, clara y repetida con respecto a evitar el uso de sustancias ilícitas y las relaciones sexuales premaritales.
 - La crianza positiva de los niños, en la que estos tienen voz en el establecimiento de las reglas y entienden las razones por las que éstas son establecidas.
 - El revisar y monitorear a intervalos los medios de comunicación que usan los niños, así como su círculo de pares o amistades, para asegurarse de que estos elementos refuercen los mensajes que se les están enseñando a los niños.

Reconocimiento:

El apoyo financiero para los grupos de enfoque provino de: Andrews University Faculty Research Grant y de La Oficina de Archivos, Estadísticas e Investigación de la Asociación General.

References

Albert, B. (2009). With one voice. *The National Campaign to Prevent Teen and Unplanned Pregnancy*. Retrieved from TheNationalCampaign.org

American College Health Association (ACHA). (2011). *American College Health Association –National college health assessment II: Reference group executive summary 2010*. Linthicum, MD: American College Health Association.

Andrews University (2012). *Bulletin*. (Vol. 101). Berrien Springs, MI: Andrews University Press

Arria, A. M., Kuhn, V., Caldeira, K. M., O'Grady, K. E., Vincent, K. B., & Wish, E. D. (2008). *High school drinking mediates the relationship between parental monitoring and college drinking: A longitudinal analysis. Substance Abuse Treatment, Prevention, & Policy*, pp. 31-11. Retrieved from <http://www.biomedcentral.com/content/pdf/1747-597X-3-6.pdf>

Centers for Disease Control and Prevention. (2009). *Oral sex and HIV risk*. CDC HIV/AIDS Facts. Retrieved from <http://www.cdc.gov/hiv/resources/factsheets/oralsex.htm>

Davidson, J. K., Sr., Moore, N. B., Earle, J. R., & Davis, R. (2008). Sexual attitudes and behavior at four universities: Do region, race, and/or religion matter? *Adolescence*, 42(170), pp. 189-220.

Helm, H. W., Jr., McBride, D. C., Knox, D., & Zusman, M. (2009). The influence of a conservative, religion on premarital sexual behavior of university students. *North American Journal of Psychology*. 11(2), pp. 231-245.

Helm, H. W., Jr., Lien, L. M., McBride, D. C., & Bell, B. (2009). Comparison of alcohol and other drug use trends between a prohibitionist university and national data sets. *Journal of Research on Christian Education*, 18(2), pp. 190-205.

Hopkins, G. L., Freier, C., Babikian, T., Helm, H. W., Jr., McBride, D. C., Boward, M., Gillespie, S., & DiClemente, R. (2004). Substance use among students attending a Christian university that strictly prohibits the use of substances. *Journal of Research on Christian Education*, 13(1), pp. 23-39.

Horton, K. D., Ellison, C. G., Loukas, A., Downey, D. L., & Barrett, J. B. (2010). *Examining attachment to God and health risk-taking behaviors in college students*. Retrieved from <http://www.springerlink.com/content/kvk5424513416393/fulltext.pdf>

Johnston, L. D., O'Malley, P. M., Bachman, J. G., Schulenberg, J. E. & Miech, R. A. (2014). *Monitoring the Future national survey results on drug use, 1975–2013: Volume 2, College students and adults ages 19–55*. Ann Arbor: Institute for Social Research, The University of Michigan.

Klein, W., Geaghan, T., & MacDonald, T. (2007). Unplanned sexual activity as a consequence of alcohol use: A prospective study of risk perceptions and alcohol use among college freshmen. *Journal of American College Health*, 56(3), pp. 317-323.

Luquis, R. R., Garcia, E., & Ashford, D. (2003). A qualitative assessment of college students' perceptions of health behaviors. *American Journal of Health Studies*, 18(2/3), pp. 156-164.

Marcus, S. E., Pahl, K., Nin, Y., & Brook, J. S. (2007). Pathways to smoking cessation among African American and Puerto Rican young adults. *American Journal of Public Health*, 97(8), pp. 1444-1448.

Misch, D. A. (2010). Changing the culture of alcohol abuse on campus: Lessons learned from second-hand smoke. *Journal of American College Health*, 59(3), pp. 232-234.

National Institute on Drug Abuse, *Marijuana Abuse Research Report*, September 2010.

Rea, L. & Parker, R. (2003) *Designing & Conducting Survey Research: A Comprehensive Guide* (5th ed.), Jossey-Bass.

Willoughby, B. J., & Carroll, J. S. (2009). The impact of living in co-ed resident halls on risk-taking among college students. *Journal of American College Health*, 58(3), pp. 241-246.

Dilo a tus hijos

MYRTLE PENNIECOOK

Recientemente visité cierto país por primera vez. Al entrar en una de sus ciudades, mi atención era llevada repetidamente hacia unas enormes pancartas que colgaban por todas partes. Estas grandes pancartas se enfocaban en una misma persona, el líder nacional, un individuo que celebraba varias décadas como gobernante de aquel país. Al llegar a una de las instituciones educativas, nuevamente vi la misma foto – en cada aula de clases – del líder nacional y su esposa. Al preguntar acerca de este hombre, supe cuán altamente respetado, honrado y amado es él por su gente. Tuvo un profundo impacto en mí y en mi manera de pensar el saber cómo la gente ama a su líder y a la familia de éste, el ver las muchas cosas que hacen para que cada ciudadano y cada visitante pueda aprender acerca de él y del país sobre el cual gobierna.

Como educadora y madre cristiana Adventista del Séptimo Día, me pregunté a mí misma: ¿Qué debo estar enseñando a todos los alumnos – de manera que cada uno pueda aprender acerca de Jesús, nuestro Rey Celestial, de Su reino, y de Su pronta venida a establecer su reino para siempre?

El profeta Daniel nos provee una respuesta. En Daniel 7:9, 10, 13 y 14 se identifican verdades fundamentales acerca del Rey de reyes y de Su reino que los estudiantes necesitan aprender, amar e incorporar en sus vidas. Sobre estas verdades los estudiantes pueden establecer su esperanza y su fe.

Myrtle Penniecook, EdD, es Profesora de Estudios Educativos en el Instituto Internacional Adventista de Estudios Avanzados en Silang, Cavite, Filipinas.

“MIENTRAS YO MIRABA FUERON PUESTOS TRONOS, Y UN ANCIANO DE MUCHOS DÍAS SE SENTÓ. SU VESTIDO ERA BLANCO COMO LA NIEVE, Y EL CABELLO DE SU CABEZA COMO LANA PURA. SU TRONO LLAMA DE FUEGO, Y SUS RUEDAS FUEGO ARDIENTE. UN RÍO DE FUEGO SALÍA DELANTE DE ÉL. MILES DE MILLARES LE SERVÍAN, Y MILLONES DE MILLONES ASISTÍAN ANTE ÉL. EL TRIBUNAL SE SENTÓ EN JUICIO, Y LOS LIBROS FUERON ABIERTOS SEGUÍ MIRANDO EN LA VISIÓN NOCTURNA, Y VI QUE EN LAS NUBES DEL CIELO VENÍA COMO UN HIJO DE HOMBRE. LLEGÓ ANTE EL ANCIANO DE DÍAS Y FUE LLEVADO ANTE ÉL. Y LE FUE DADO DOMINIO Y GLORIA Y REINO. Y TODOS LOS PUEBLOS, NACIONES Y LENGUAS LE SIRVIERON. SU DOMINIO ES ETERNO, QUE NUNCA PASARÁ, Y SU REINO NUNCA SERÁ DESTRUIDO”. (DANIEL 7:9-10, 13-14).

Al yo meditar sobre las palabras de Daniel, llegué a la conclusión de que los padres en el hogar y los maestros en las escuelas cristianas deben ayudar a cada estudiante, a cada hijo e hija, a todos los hijos y las hijas de Cristo, a llegar a conocer y a comprometerse a sí mismos con el Rey Celestial.

Un estilo de vida enfocado

Nuestro estilo de vida tiene que estar enfocado en la voluntad de Dios el Padre y de Jesús el Hijo en cada aspecto posible. Al final del camino de la vida, ya sea en un año, en cinco o en diez, la vida tendrá sentido solamente a través del Dios Omnipotente, de Aquel a quien Daniel llama “el Anciano de días” (Daniel 7:9), y de su Hijo, Jesús, el “Hijo de Hombre” (Daniel 7:13) – el

Rey de reyes, la “Fuente de eterna salvación” (Hebreos 5:9).

La pregunta sobre la que tienen que reflexionar los padres y los maestros es: ‘¿Qué están aprendiendo mis hijos y mis estudiantes por medio de mi voz, acerca de Dios el Padre, y de Jesús, Su Hijo?’ Yo encuentro mucho ánimo en las enseñanzas que Jocabed le dio a Moisés, su hijo. Antes de que él pudiera enfrentar los grandes retos de su vida, ella sabía que él tenía que adorar a Dios, su Creador.

“SABIENDO QUE SU HIJO HABÍA DE PASAR PRONTO DE SU CUIDADO AL DE LOS QUE NO CONOCIÁN A DIOS, SE ESFORZÓ CON MÁS FERVOR AÚN PARA UNIR SU ALMA CON EL CIELO. TRATÓ DE IMPLANTAR EN SU CORAZÓN EL AMOR Y LA LEALTAD A DIOS. Y LLEVÓ A CABO FIELMENTE ESA OBRA. NINGUNA INFLUENCIA POSTERIOR PUDO INDUCIR A MOISÉS A RENUNCIAR A LOS PRINCIPIOS DE VERDAD QUE ERAN EL CENTRO DE LA ENSEÑANZA DE SU MADRE”. {ED 98 61.3}

Llenos de esperanza y de pasión

Siendo ciudadanos del reino de Dios, necesitamos desarrollar esperanza y pasión. Una verdad sempiterna que los padres y los maestros necesitan repetir a los estudiantes es que a Jesús, el “Hijo de Hombre”, se le ha dado eterno. Su reino nunca será destruido. Debemos procurar guiar a los estudiantes a desarrollar una visión, una esperanza, una pasión por estar en esa congregación de los santos cuando Dios establezca Su reino eterno. Como lo presenta el libro de Daniel, no importa cuán poderosos parezcan ser los reinos terrenales hoy, vendrá el día cuando ya no existirán más.

El destino final de los reinos terrenales es ilustrado por el rey David en el Salmo 73. En este salmo, David se pregunta cómo es que los malvados, que no temen a Dios, y que no practican el bien, parecen siempre prosperar. “Cuando traté de entender esto, fue duro trabajo para mí, hasta que entré al Santuario de Dios. Entonces entendí el destino final de ellos” (Salmo 73:16-17). El progreso de estos poderes opresivos será solamente por un corto lapso determinado, y luego no existirán más. Y ocurrirá lo mismo con todos los reinos de este mundo: llegarán a su fin, y el Anciano de Días establecerá Su reino para siempre.

El reto continuo y constante para los padres y para los maestros cristianos es mantener viva esta bendita esperanza mientras aguardamos a que llegue este reino. Esta bendita

esperanza es nuestra para aprender de ella y para vivir de acuerdo a ella, en armonía con ella y con su promesa en nuestros corazones. El contenido de cada curso, de cada meditación, de cada reflexión, y cada aspecto de nuestro sistema de educación cristiana, debe ayudar a los estudiantes a verse a sí mismos entre aquellos que recibirán al Señor en Su segunda venida para morar con Él en Su reino. No hay nada de mayor importancia, nada de mayor prioridad en todo nuestro sistema de educación, que esto.

Al reflexionar sobre esto, yo me pregunto a mí misma: ¿Qué ajustes necesito hacer en mi hogar, en mi vida, en mis aulas, como madre y maestra cristiana?

Preparados para estar en pie

Tenemos que estar preparados para estar en pie con las multitudes en la presencia de Dios. Como dice Daniel 7:9 –“Miles de millares le servían, y millones de millones asistían ante él”. La mayor aspiración, el mayor objetivo educacional del maestro tiene que ser en animar a los estudiantes para que un día, ellos puedan estar allí. Como afirma el salmista: “Mis ojos están siempre vueltos hacia el Señor”. (Salmo 25:15). Diversos escritores han expresado esta misma visión, esta misma esperanza:

- Juan, el discípulo amado de Jesús, quien más tarde fue confinado, aislado en la isla de Patmos por su fe, visualizaba la bella escena de aquellos que estaban frente al trono (Apocalipsis 14:1-5).
- El médico Lucas, admirador e investigador del ministerio y de la vida de Jesús, nos registra y nos recuerda las palabras del Maestro: “Velad, pues, en todo tiempo, orando que podáis escapar de todas estas cosas que han de venir, y estar en pie ante el Hijo del Hombre”. (Lucas 21:36).
- El rey Josafat, durante un tiempo de pruebas y dificultades para su pueblo, trajo a toda Judá, a toda la nación, -jóvenes y viejos, hombres y mujeres, grandes y pequeños- como un solo cuerpo, para estar “...de pie ante el Señor...” . (2 Crónicas 20:13).
- El rey Nabucodonosor, un gran emperador del pasado en Babilonia, quería que los fieles seguidores del Señor –Daniel y sus compañeros- fueran preparados para que se presentaran de pie delante de él (Daniel 1:5). Sin embargo, Daniel le aclaró que hay solamente un REY delante de quien él y sus compañeros se levantarían. Éste es el Rey de reyes, cuyo reino se mantendrá para siempre.

Al reflexionar sobre este gran reto de ayudar a los jóvenes a responder a Cristo, para que ellos puedan estar de pie delante de Dios, mi oración es la siguiente: ‘Señor, por favor ayúdame,

y utilízame como Tu instrumento, para estar de pie cuando Tú regreses, junto a mis seres amados y junto a mis estudiantes”.

Seguros de la llegada del día del juicio y de Su poder sustentador

Los maestros les tienen que enseñar a sus estudiantes acerca del día del Señor, del día del juicio (Daniel 7:10). La última prueba dada al mundo va a ser administrada por Dios mismo. Esta época en que vivimos tiene establecidos sus niveles de responsabilidad, sus estándares y sus políticas, y sus procesos de toma de decisiones también claramente establecidos y definidos. Todos estos son procesos hechos por los hombres. Sin embargo, el día del juicio de Dios será un día de prueba y de evaluación para toda la humanidad. Los criterios para este día de ajuste de cuentas —el gran día del juicio— están establecidos en la Palabra de Dios. No obstante, aquellos que han creído, que han ejercido su fe, serán preservados y sostenidos durante su hora de prueba. Como leemos en Apocalipsis 3:10: “Por cuanto has guardado mi Palabra de perseverar con paciencia, Yo también te guardaré de la hora de prueba que ha de venir en todo el mundo, para probar a los que habitan en la tierra”.

Al reflexionar sobre este día, yo oro y le pido al Señor que Sus promesas me sirvan de escudo, tanto a mí como a mis estudiantes, en ese momento de crisis. Veo la necesidad de ayudar a mis estudiantes a aprender más acerca de la provisión que Dios ha hecho para esta ocasión; y de confiar en Dios, por fe, esperando Su liberación.

Ligados con Dios, el Padre y con Jesucristo, el Hijo

La educación de los jóvenes, ya sea en el hogar o en la escuela, debe animar a los estudiantes a desarrollar los lazos que le unen a Dios, el Padre, y a Jesucristo, el Hijo (cf. Filipenses 1:13). Una parte de la misión de aquellos que trabajamos con los jóvenes es ministrar a los tales para que sus nombres sean escritos en el libro de la vida del Cordero (véase Daniel 12:1).

Al compartir estas ideas de los retos de enseñar y criar jóvenes en esta edad del conocimiento, de la tecnología, de la información, de la relatividad, de la globalización en la economía, de los cambios rápidos e inesperados, y en esta

edad en la que tenemos que dar cuentas responsablemente, me viene a la mente que Daniel predijo que esto iba a pasar en el tiempo del fin. (Cf.: Daniel 12: “... Muchos correrán de aquí para allá, y la ciencia aumentará” (v. 4). “Muchos serán limpiados, emblanquecidos y purificados. Los impíos obrarán impiamente, y ninguno de los impíos entenderá. Pero los sabios entenderán” (v. 10). “Entonces los sabios resplandecerán como el fulgor del firmamento; y los que enseñan la justicia a la multitud, como las estrellas a perpetua eternidad” (v.3). (Énfasis añadido).

Al reflexionar sobre estas palabras, quiero animar a cada uno a continuar en la senda de los “sabios” que ministran a todos nuestros jóvenes y a nuestros amados, para que observen y estén atentos, porque el tiempo del fin está cerca.

Una vez más, los retos que tenemos por delante son:

1. Enfocar nuestro estilo de vida en la voluntad de Dios el Padre y de Jesús, Su Hijo, en todo lo que hagamos, en todas las cosas.
2. Desarrollar esperanza y pasión como ciudadanos del reino de Dios.
3. Preparar a los estudiantes para que estén de pie ante Dios cuando Él regrese.
4. Enseñar a los estudiantes acerca del día grande del Señor, el “día del juicio”.
5. Animar a todos los estudiantes a desarrollar su relación con Dios el Padre y con Jesucristo, Su Hijo, para que sus nombres sean escritos hoy en el libro de la vida en el cielo.

El profeta Joel me recuerda de mi sagrada misión como madre y maestra cristiana al decir: “Contad esto a vuestros hijos, y ellos a sus hijos, y éstos a la otra generación”. (Joel 1:3). Es mi oración que el Señor nos dé poder para ser una bendición para todos, para que podamos encontrarnos con cada uno de nuestros seres amados alrededor del trono del Anciano de Días, y de Su Hijo, Jesucristo.

Referencia:

White, E. G. (1903). Education. [La educación]. Nampa, ID: Pacific Press Publishing Association.

El ministerio pastoral en el tercer milenio: Aprendiendo el arte de la negligencia estratégica

WILLIE Y ELAINE OLIVER

Hace unos meses, mientras iba en un vuelo trasatlántico, nos topamos con una tormenta muy fea. Aunque habíamos experimentado muchas tormentas desde las naves aéreas anteriormente, éste viaje fue uno de los peores. Ambos, mi esposa y yo, nos mantuvimos quietos y callados durante aquella noche tenebrosa. Tomados de la mano, individualmente conversábamos con Dios.

78

Durante aquellos momentos en los que el avión temblaba y cabeceaba capeando la tormenta, y nuestro futuro parecía incierto, nuestros pensamientos no se fijaban en nuestras responsabilidades del trabajo. Más tarde, con los cielos más calmados, nos confesábamos mutuamente lo que ocupaba nuestras mentes durante aquellos momentos difíciles: nuestra relación con Dios, nuestra relación mutua el uno con el otro, y la salvación de nuestros hijos.

Lecciones sacadas de un vuelo turbulento

Nuestras vidas en el ministerio pueden, a veces, ciertamente asemejarse a una fiera tormenta. La misma intensidad del trabajo, sumada a las altas expectativas de los miembros de la iglesia, y aún del liderazgo, no siempre resulta en un viaje tranquilo y placentero. Mas bien, avoca a los pastores a experimentar muy pronto la quemazón laboral, y con frecuencia, a vivir con un gran peso de culpa, de frustración y de desilusión.

.....
Willie Oliver, PhD, CFLE y **Elaine Oliver**, MA, CFLE, son los Directores del Departamento de Ministerio de la Familia de la Asociación General de los Adventistas del Séptimo Día, con oficinas en la sede mundial de la Iglesia en Silver Spring, Maryland, Estados Unidos de América

Estas emociones son una realidad para los pastores, y además tienen un efecto real sobre sus cónyuges y sobre sus hijos. Con frecuencia se colocan las mismas expectativas de los pastores sobre los cónyuges y sobre los hijos. Por ejemplo, se les pide a los cónyuges, (que generalmente son las esposas) que tomen responsabilidades pastorales, y se espera que los hijos sean modelos de perfección, demostrando una madurez espiritual superior a la que corresponde a sus edades.

Por supuesto, el ministerio pastoral tiene tanto momentos de gozo como retos que enfrentar. Mientras que las cimas del ministerio pueden ser muy elevadas como el llevar a las personas a los pies de Jesús, el llevarles esperanza a los que se encuentran desesperanzados – las simas (o sea, los profundos valles) del ministerio también pueden ser sumamente bajas, con frecuencia causando la inminente bancarrota de los recursos y del tiempo, resultando en que no se alcancen los resultados medibles esperados ni en la iglesia y ni en la familia pastoral.

A mediados de la década de los 1980, Paul Tsongas, Senador por el Estado de Massachusetts, en los Estados Unidos de América, descubrió que tenía cáncer. Inicialmente decidió continuar con su campaña política para lograr su reelección. Tuvo ocasión de meditar de nuevo sobre su decisión cuando un amigo, Arnold Zack, le escribió una notita diciéndole: “Nadie dijo jamás en su lecho de muerte: ‘¡Cuánto deseo haber pasado más tiempo en mi trabajo!’”. Tsongas canceló su campaña política para pasar más tiempo con su familia durante este período difícil que enfrentaba.¹

Con esto no estamos sugiriendo que los pastores dejen su ministerio. Más bien, sugerimos que le den un nuevo vistazo a poner en primer lugar aquellas cosas que tienen mayor importancia manejando de manera más eficiente sus compromisos encontrados, y procurando hallar la homeostasis en su vida espiritual, personal y profesional. “Ninguna disculpa tiene el predicador por descuidar el círculo interior en favor del círculo mayor. El bienestar espiritual de su familia está ante todo”. {OE 215.3}²

Negligencia estratégica

En una entrevista publicada en *Leadership Journal* [La Revista del Liderazgo] Bill Hybels, pastor de la Iglesia de la Comunidad de Willow Creek habló sobre las llaves de un liderazgo más sencillo y más eficiente. El mencionó la necesidad que tienen los pastores y los dirigentes del ministerio de enfrentar directamente la noción de “la negligencia estratégica”.³ Esta idea se refiere a la necesidad de establecer en el ministerio linderos saludables. Obviamente, cada pastor necesita enfocarse, simplificar las cosas y establecer prioridades.

Una vez establecido este compromiso, uno tiene que hacerse, personalmente, las siguientes preguntas: “Con el correr del tiempo, ¿quién quiero yo llegar a ser? ¿Qué clase de esposo o de esposa quisiera yo llegar a ser? ¿Qué clase de padre o de madre? ¿Qué clase de amigo, de pastor, o de dirigente quiero yo llegar a ser?” Y luego, hágase las siguientes preguntas de seguimiento: “¿Qué tiene que ser incluido en mi itinerario para yo llegar a ser este tipo de persona? En esencia, los pastores tienen que decidir de manera estratégica qué va a quedar fuera de su itinerario para ellos llegar a ser exitosos espiritualmente, personalmente – en su vida familiar – y profesionalmente.

En un estudio reciente que se llevó a cabo en la División Norteamericana de los Adventistas del Séptimo Día, enfocado en la tensión en las familias pastorales, un porcentaje significativo de los pastores informaron que experimentaban dificultad con la oración personal, problemas procurando mantener una conexión personal con Dios, y dificultades al para sacar tiempo para sus devociones personales. Lo que nosotros sabemos, al estar ambos [mi esposa y yo] en el ministerio, es que sin oración personal y estudio de la Biblia, es imposible sostener la clase de relación viable con Dios que es indispensable para llevar adelante cualquier tipo de ministerio. Sin esta conexión diaria, perdemos de vista que somos llamados, y el trabajo que hacemos para la iglesia se torna en otro trabajo más, rutinario y regular.

Siendo así, ¿dónde tiene que ejercer el pastor su “negligencia estratégica” para poder mantener y desarrollar una disciplina espiritual fuerte? ¿Estableciendo un horario determinado y específico para responder a su correo electrónico? ¿Dedicar menos tiempo a compartir en los medios sociales innecesarios? ¿Ver menos televisión? ¿Retirarse a descansar más temprano para levantarse más temprano? Solamente usted puede determinar dónde tiene que ejercer la “negligencia estratégica” para poder dedicar el tiempo necesario a la oración y al estudio de la Biblia que le capacitarán para ser un dirigente espiritual efectivo.

En la Palabra

En Esdras 7:10 nos dice: “Porque Esdras había aplicado su corazón a inquirir la Ley del Señor, a cumplirla, y a enseñar a Israel sus estatutos y normas”. Fíjese en el compromiso que hizo Esdras a estudiar de las Escrituras, a vivir las Escrituras y a enseñar las Escrituras. El estudio de la Palabra de Dios es un prerequisite para llegar a conocer a Dios. Hay muchos académicos que estudian y que enseñan las Escrituras, pero ellas no han hecho mella, no han hecho diferencia en sus vidas. No fue así con Esdras. Él volcó todo su corazón en las Escrituras, él las estudió, él vivió lo que iba aprendiendo, y entonces enseñó las Escrituras con poder.

Sin lugar a dudas, “la negligencia estratégica” operaba efectivamente en la vida de este fiel escriba, porque de no haber sido así, él hubiera sido incapaz de estudiar, de vivir y de enseñar las Escrituras. Como pastores, tenemos que aprender y operar con eficacia en nuestras vidas el modelo establecido por Esdras para poder ser dirigentes efectivos del rebaño. El tiempo que pasamos en nuestra devoción personal y en estudio de la Palabra de Dios, no puede ser solamente el tiempo que dedicamos a la preparación de sermones; tiene que ser el tiempo en que maduramos y alimentamos nuestra vida espiritual conectados esencialmente a la Vid verdadera.

Se registra el consejo y la orden de Jesús a sus discípulos en Hechos 1:8: “Pero recibiréis el poder cuando venga sobre vosotros el Espíritu Santo, y me seréis testigos en Jerusalén, en toda Judea, en Samaria y hasta lo último de la tierra”. Y un poco más adelante, en Hechos 1:14 encontramos lo siguiente: “Todos estos perseveraban unánimes en oración y ruego...”.

El Espíritu Santo habitará en nosotros cuando pasemos tiempo en oración, pidiendo claridad mental

y de propósito para representar a Jesús efectivamente al mundo. El poder del Espíritu descenderá con la fuerza del Pentecostés cuando hagamos tiempo para la comunión con Dios por medio de la oración. Sin este enfoque y sin esta prioridad, nuestras vidas se verán demasiado enmarañadas, y no podremos sacar tiempo para orar. La hermana Elena G. de White nos aconseja: “Conságrate a Dios todas las mañanas; haz de esto tu primer trabajo”. CC 70:1⁴ Como pastores, tenemos que incluir tiempo estratégicamente para orar y para estudiar la Biblia, porque si dejamos de hacer estas actividades, se constituirán en barreras para pasar tiempo con Jesús.

En el estudio pastoral que se hizo en Norte América, al que ya aludimos, muchos pastores se quejaban porque no tenían suficientes horas a la semana para manejar todas las responsabilidades, y aún tener tiempo suficiente para pasar junto a su familia. Por esta razón, los pastores tienen que dejar de hacer muchas cosas buenas en el ministerio, pero que no son centrales en su ministerio, básica en su misión, para que puedan hacer tiempo para estar con su familia y nutrir esta relación intrínseca.

Si nosotros dos aceptáramos todas las invitaciones que nos llegan para hablar y/o para escribir, fracasaríamos en los objetivos centrales de nuestras responsabilidades ministeriales. Aunque con frecuencia nos sentimos tentados a trabajar durante nuestras vacaciones, tenemos que proponernos retrasar y/o rechazar algunas tareas y funciones para darnos los recesos necesarios para mantenernos espiritual, emocional y físicamente suficientemente saludables para continuar con nuestro trabajo con efectividad.

Trabajo en equipo

El pasado mes de agosto, mi esposa y yo celebramos 30 años de matrimonio. Para marcar la ocasión y crear recuerdos que mantengan nuestro matrimonio viable, pasamos cinco días en la playa. Nos encantan las vacaciones en la playa, especialmente donde la arena es hermosa y el agua es clara y se ve azul.

Nuestro tiempo en la playa fue simplemente fabuloso. Descansamos, leímos libros, comimos comidas que otros prepararon, nadamos, observamos los peces en su ambiente, disfrutamos en las tablas sobre las olas, remamos en ‘kayaks’, pero lo que más que recordamos fue el aprender a navegar con velas.

Tan pronto comenzamos las clases de navegación con velas nos dimos cuenta que esta actividad es mucho

más compleja de lo que parece ser a primera vista o superficialmente. Aunque era fuente de alguna tensión, también resultaba relajante, retardadora y enriquecedora. Teníamos que trabajar juntos como un equipo, y estar del mismo lado del catamarán para poder deslizarnos suavemente sobre las aguas del bello Mar Caribe.

Dios creó el matrimonio y la familia para dar a los seres humanos un sentido de comunidad, y para hacerlos sentirse conectados a – y para darles un sentido de responsabilidad hacia – los demás. Aunque estos procesos ciertamente tienen momentos de tensión retardadora, los galardones son de mucho más valor.

La Biblia está repleta de consejos para ayudarnos a manejar nuestras relaciones familiares de manera que nos provean el máximo gozo. Mientras más leamos la Palabra de Dios individual y colectivamente, más estaremos en armonía con lo que Dios quiere para nosotros y para nuestras familias. La verdad es que, debido a las limitaciones de nuestras capacidades humanas, nos es imposible mantener siempre protegido el amor para que no sufra daños, perjuicios ni heridas. Sin embargo, al aplicar la Palabra de Dios a nuestras relaciones familiares, podemos hallar la manera de honrar a Dios en estas relaciones. No obstante, esto puede ocurrir solamente en la medida en que sacamos tiempo para estar los unos con los otros y para crecer juntos por medio del poder de Dios.

La familia importa

A nosotros nos encanta pasar tiempo juntos. Al tener el privilegio de trabajar juntos, hemos podido experimentar toda clase de cosas favoritas juntos, así como de actividades y de lugares que disfrutamos. Tenemos restaurantes favoritos, museos, flores, comidas y muchas otras cosas más que compartimos con gozo. Estamos muy agradecidos a Dios porque Él nos ha juntado, y procuramos aplicar pasajes de las Escrituras a nuestras relaciones e interacciones, procurando siempre obtener el beneficio máximo. Uno de nuestros versículos favoritos de la Biblia que procuramos tener presente al comunicarnos el uno con el otro es Santiago 1:19: “Por eso, mis amados hermanos, todo hombre sea pronto para escuchar, lento para hablar, lento para enojarse”.

El trabajar tan cercanamente como lo hacemos es gratificador, pero también tiene sus retos. Así que escogemos el construirnos momentos agradables juntos y el hallar razones para celebrar con mucha frecuencia para poder mantener nuestro matrimonio y nuestra

familia un lugar agradable y deseable en el cual estar. Después de haber pasado todo un fin de semana de pie, hablando en un retiro de parejas o entrenando a pastores y a líderes de la iglesia, con frecuencia encontramos un bien restaurante hindú. Mientras que somos muy cuidadosos y temperantes, simplemente disfrutamos de la comida, y encontramos que ésta es una buena razón para celebrar la vida y a Dios.

Nuestros hijos ya no viven en nuestra casa. Sin embargo, en cada oportunidad que encontramos de estar juntos, sacamos tiempo para celebrar el hecho de estar conectados los unos a los otros al participar en alguna actividad que hemos disfrutado: ya sea jugando un juego, comiendo juntos en un restaurante favorito, visitando un museo, o yendo juntos a la iglesia. Esto nos recuerda que nos pertenecemos los unos a los otros y que estamos agradecidos a Dios por sus bondades para con nosotros. Y cuando estamos lejos los unos de los otros, nos mantenemos conectados al mantenernos en contacto los unos con los otros. Ciertamente, es posible lograr esto solamente si practicamos “la negligencia estratégica”

El ministerio pastoral es difícil: hay ocasiones en que uno se siente como si estuviera a miles de pies de altura en medio de una tormenta terrible. Sin embargo, una vez que reconocemos esa dificultad, el hecho de que es difícil ya no es importante mientras recordemos que “todo lo puedo en Cristo que me fortalece”. (Filipenses 4:15).

Notes

¹ Paul Tsongas, *Heading Home* (New York: Knopf, 1984), 160.

² Ellen G. White, *Gospel Workers. [Obreros evangélicos]* (Washington, DC: Review and Herald Pub. Assn., 1948), 204.

³ “*The Secret of Strategic Neglect: Bill Hybels on the Keys to Simpler and More Effective Leadership,*” *Leadership Journal* 37, no. 1 (Winter 2015).

⁴ Ellen G. White, *Steps to Christ [El Camino a Cristo]* (Mountain View, CA: Pacific Press Pub. Assn., 1956), 70.

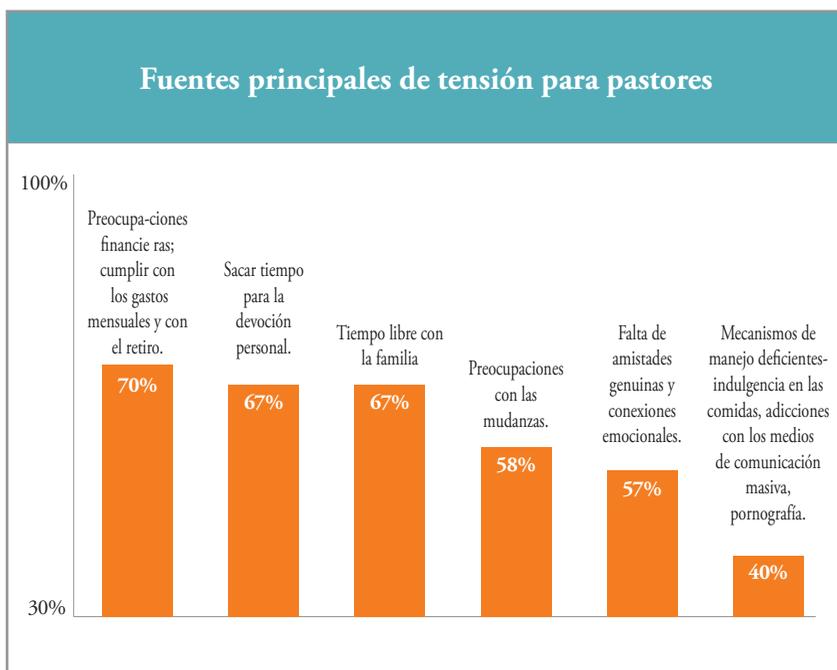
TABLA #1

Los siete compromisos de un matrimonio feliz	
La conexión requiere compromiso. Siguen aquí siete compromisos clave que llevarán su matrimonio al siguiente nivel. Yo me comprometo a:	
1.	Escuchar a mi cónyuge sin ponerme a la defensiva.
2.	Compartir mis sentimientos con mi cónyuge sin culparle a él / a ella por mis sentimientos.
3.	Darle a mi cónyuge el beneficio de la duda, sin saltar a conclusiones.
4.	Reconocer mi parte o la contribución que yo tengo en nuestros desacuerdos.
5.	Pedir perdón a mi cónyuge cuando yo haga algo que le duela o le hiera.
6.	Perdonar a mi cónyuge, aún cuando él / ella no pida perdón.
7.	Hacer todo lo que esté a mi alcance para tratar a mi cónyuge con bondad, paciencia, entendimiento y perdón.

TABLA #2

Cómo poner las primeras cosas primero
¡Haga un itinerario!
No olvide la devoción personal y privada.
Dé tiempo a cada uno de los hijos individualmente.
¡¡Cumpla con su itinerario!!
Honre PRIMERO sus compromisos con Dios, con su familia y con la Iglesia.
Utilice su “negligencia estratégica” con ‘las pequeñas piedrecitas’ (las cosas que interfieren con lo que es más importante).
¡¡Utilice su itinerario para mantenerse enfocado!!
La vida ocurre y transcurre, y por tanto, los itinerarios a veces se desvían (momentáneamente).
Utilice su itinerario para re-calibrar su día, para mantenerse enfocado en las prioridades.

TABLA #3



Este artículo apareció primero en el número de julio de 2015 de Ministry®, Una Revista Internacional para Pastores, www.MinistryMagazine.org.

La Familia del Líder

WILLIE Y ELAINE OLIVER

Al final de nuestro primer año de matrimonio, las cosas no iban muy bien. Como pastor joven en el Bronx, uno de los condados de la Ciudad de Nueva York, yo (Willie) estaba comprometido a dirigir la congregación asignada a mi cuidado a una espiritualidad que representara el Evangelio de Jesucristo.

Si bien es cierto que le tenía cariño a mi esposo predicador, yo, (Elaine) era una joven profesional que, después de haberme graduado de la Universidad con un Bachelors en Contabilidad y Empresas, me había casado, y después de haber pasado un año trabajando en la Bolsa de Valores de Nueva York, acababa de obtener un excelente trabajo en una de las universidades para mujeres más prestigiosas del Este de los Estados Unidos de América. El trabajo era retador, y el ambiente era vigorizador. Y, de veras, yo estaba muy ocupada con mi propia vida.

Para iniciarme en el ministerio pastoral, yo (Willie) había obtenido un Bachelors en Teología, y un grado de Maestría en Religión en el área de Consejería Pastoral, con una concentración en Consejería Familiar y Matrimonial. Como hijo de pastor, yo había experimentado el ministerio de mis progenitores

Willie Oliver, PhD, CFLE y **Elaine Oliver**, MA, CFLE, son los Directores del Departamento de Ministerio de la Familia de la Asociación General de los Adventistas del Séptimo Día, con oficinas en la sede mundial de la Iglesia en Silver Spring, Maryland, Estados Unidos de América.

ayudando a las familias a mantenerse juntas. En muchas ocasiones yo me había enfrascado con mi padre en conversación acerca de los retos de las relaciones y de la importancia de tener una vida familiar fuerte y saludable. Mi padre invariablemente aseveraba que el éxito total en la vida se relacionaba en gran manera con cuán efectiva era la vida familiar personal o del individuo.

Estábamos profundamente enamorados el uno del otro, amábamos realmente a Jesús, y asumíamos que nuestro matrimonio era tan fuerte como un toro. Después de todo, habíamos sido criados en hogares adventistas –aunque de composición muy diferente – habíamos asistido a academias adventistas, y ahora de las relaciones familiares fuertes y saludables. La Biblia está llena de ejemplos de este problema, precisamente.

Como personas ocupando posiciones de liderazgo, nos sentimos apasionados con respecto a nuestras responsabilidades. Porque Dios nos llamó para que hiciéramos una diferencia, y nos hemos comprometido a llevar a cabo tal tarea de la manera más sobresaliente. Tal determinación es típicamente tan fuerte que nadie tiene que animarnos ni persuadirnos para que hagamos bien nuestro trabajo. ¡Simplemente lo hacemos bien! Esta es la razón por la que frecuentemente otros notan el potencial nuestro y nos invitan a ocupar posiciones de liderazgo aún mayores.

Lo que sucede con los dirigentes es, sin embargo, que frecuentemente no tenemos fronteras o límites saludables para manejar nuestras familias y nuestro trabajo de tal manera que ambos se beneficien al máximo. No es fácil apagar la pasión y el empuje que tenemos por nuestro llamado al llegar a casa. Aunque amamos a nuestros hijos y a nuestros cónyuges, a la misma vez sentimos que el importante trabajo que estamos haciendo no puede esperar. Y en nuestros días, cuando la tecnología nos hace disponibles a todo el mundo en cualquier momento, tenemos que ser disciplinados, o pagaremos un precio demasiado alto. Esta realidad se magnifica con gran frecuencia para los líderes cristianos, porque después de todo, estamos haciendo el trabajo de Dios, y no hay nada más importante que eso. ¿De veras?

En nuestra búsqueda de un compromiso completo e indiviso con la misión de la iglesia, muchas generaciones de dirigentes han pasado el mensaje a los líderes más jóvenes que el liderazgo dedicado significa estar en el trabajo 24/7. Ahora bien, eso suena muy bueno, y puede ser que satisfaga nuestra necesidad de sentirnos útiles y necesitados, pero esta idea no es compatible con el mensaje Bíblico ni con los escritos de Elena G. de White.

Elena de White dice: “Ninguna disculpa tiene el predicador por descuidar el círculo interior en favor del círculo mayor. El bienestar espiritual de su familia está ante todo”. {OE 215.3}¹ No podemos escapar de esta responsabilidad procurando encontrar el cónyuge ideal que pueda llenar el vacío familiar creado por las demandas excesivas de nuestro liderazgo. Si bien es cierto que cada líder necesita un/a cónyuge comprometido/a y talentoso/a para ayudarlo a sobrellevar las responsabilidades de la vida, la Hna White nos previene aquí, diciendo que ningún nivel de dedicación al trabajo del ministerio podría excusar jamás la defunción de nuestra familia.

Elena de White, además, nos ofrece el siguiente consejo: “Una familia bien ordenada y disciplinada influye más en favor del cristianismo que todos los sermones que se puedan predicar. {HC 26:1}² Si eso es verdad,

y creemos que si lo es, entonces tenemos que reexaminar nuestras relaciones familiares y hacer lo que tiene que ocurrir en cada ocasión que nos confrontamos con alguna verdad que no estamos practicando –es decir, alterar nuestros caminos para dar honor y gloria a Dios.

A decir verdad, nada va a cambiar a menos que cambiemos el paradigma que orienta nuestra forma de vivir. Stephen R. Covey sugiere que “la mayoría de las personas siente que hay una verdadera separación entre lo que verdaderamente les importa más – incluyendo a su familia – y la manera en que viven su vida diaria.³ Así, el asunto importante no es nuestra falta externa de compromiso, sino más bien la falta de cualquier comportamiento externo que demuestre que las familias son nuestra verdadera prioridad.

El apóstol Pablo comparte sus luchas con la falta de seguimiento a aquellas cosas en las que realmente cree, cuando dice: “Porque no hago el bien que quiero, sino el mal que no quiero... ¡Miserable de mí! ¿Quién me librá de este cuerpo de muerte? ¡Gracias doy a Dios, por nuestro Señor Jesucristo!” (Romanos 7:19, 24-25).

Como dirigentes cristianos así como Pablo, nuestra ventaja consiste en tener acceso a todo el poder de Dios. Tenemos que identificar aquello que tiene que cambiar acerca de cómo constituimos familia, y luego hacer lo que sea necesario. Pero no es algo que podemos hacer nosotros por nosotros mismos. Tenemos que estar dispuestos a utilizar los servicios profesionales de un consejero cristiano –uno de los dones del Espíritu que Dios nos ha dado (1 Corintios 12:1-11) para la edificación de la iglesia.

Durante el proceso de Certificación como Facilitadores de “Los siete hábitos de las familias altamente efectivas, de Covey, aprendimos que para hacer de nuestras familias nuestra prioridad, es necesario emplear el modelo básico de cambio, también conocido como el modelo ver, hacer y obtener. Esencialmente, necesitamos ver las cosas de maneras diferentes, para que podamos hacer las cosas de manera

diferente, para poder obtener resultados diferentes. En otras palabras, tenemos que ver nuestras familias como lo más importante, tenemos que hacer cosas que indiquen nuestro aprecio y cuánto los valoramos; luego obtendremos relaciones familiares más saludables y más fuertes.

Si es verdaderamente acertado el consejo para que obtengamos familias bien ordenadas y bien disciplinadas para lograr más en favor del evangelio, entonces tenemos que vivir nuestras vidas como líderes en base a los valores del reino de Dios. Pablo refuerza esta noción en 1 Corintios 10:31, donde dice: “Así, si coméis, o bebéis, o hacéis otra cosa, hacedlo todo para la gloria de Dios”.

A menos que hagamos más para intencionalmente conectarnos con nuestros cónyuges y con nuestros hijos cada día, nuestras relaciones naturalmente tenderán a la alienación, y si eso ocurriera, no podremos llenar el potencial del liderazgo que Dios quiere que alcancemos.

Una gran cantidad de literatura sobre las investigaciones acerca de la familia y el matrimonio sugiere que la mayoría de las relaciones padecen de disfunción a causa de la falta de comunicación efectiva. Si las personas casadas, y las personas en general, aprendieran a comunicarse mejor, tuvieran mucho mejor entendimiento entre sí mismos, lo que fomentaría una mejor base para formar relaciones más saludables y más fuertes.⁴

Uno de nuestros pasajes favoritos de la Biblia afirma que: “Manzana de oro en marco de plata es la palabra dicha a tiempo”. (Proverbios 25:11). Este versículo sugiere que Dios quiere que usemos las palabras –es decir, que hablemos a nuestras respectivas familias – como si estuviéramos obsequiándoles un regalo muy valioso. Nunca es un mal momento para recibir un obsequio de manzanas doradas en un marco de plata. Si las palabras que empleamos para con nuestros amados fueran tan preciosas como los obsequios mencionados arriba, su tono y su mensaje aumentarían la estima y el aprecio que tenemos los unos por los otros.

Mark y Debra Laaser sugieren que todos nacemos con siete deseos básicos que deben cumplirse para que nos sintamos satisfechos en la vida. El primer deseo que mencionan o proponen los Laaser es el deseo de ser escuchado y/o entendido.⁵ La confirma este concepto afirmando en Santiago 1:19 lo siguiente: “Por eso, mis amados hermanos, todo hombre sea pronto para escuchar, lento para hablar, lento para enojarse”. Lo cierto es que podemos oír y entender a otro ser humano, y en particular a los miembros de nuestra familia, solamente si aplicamos este versículo de todo corazón.

Además de hablarles amablemente a nuestros familiares, el hacernos buenos oidores es una cualidad maravillosa y esencial para establecer relaciones familiares superiores. La mayoría de las dificultades en la familia empeoran cuando no nos escuchamos los unos a los otros. Y esto incluye a los padres escuchando a sus hijos. Como se puede ver claramente, el texto bíblico que compartimos hace un momento dice que todos deben estar ‘prontos para escuchar’. Al decir todos, esto incluye a los padres, a los esposos, a las esposas, y a quienes más formen parte de la familia. El dejar de ‘escuchar’ lleva a la falta de comprensión y a la alienación. El escuchar a nuestra esposa, y especialmente a nuestros hijos, y a otros miembros de la familia, llevará un mensaje de atención, de respeto, de cuidado y de un profundo amor hacia ellos. Y las Sagradas escrituras afirman que “... el amor cubre multitud de pecados”. (1 Pedro 4:8).

Para poder vivir vidas felices (lo que es un pre requisito para ser más productivos) es de importancia crítica que seamos proactivos –lo que significa que vivimos en nuestro círculo de control. En lugar de ser reactivos –lo que sería simplemente responder en las conversaciones en base a nuestras emociones, o de acuerdo a lo primero que naturalmente se nos ocurra a primera instancia –siendo proactivos pausamos, (oramos), pensamos, y escogemos cuidadosamente una respuesta tomando en consideración la futura viabilidad de nuestra relaciones familiares futuras. Con relación a esto, Elena G. de White dice: “Si os dicen palabras violentas, no repliquéis jamás con el mismo espíritu”⁶ {MC 386.4}

El liderazgo tiene sus privilegios y sus retos. Una de las pruebas más significativas – y que a la vez constituye un gran honor – es tener una familia. Sabemos que no hay familias perfectas, porque no hay personas perfectas. Aun así, es responsabilidad nuestra entender el lugar que corresponde a nuestra familia en la jerarquía de nuestras prioridades, y ser fieles a ese privilegio más aún que a nuestra pasión por el papel de liderazgo al que Dios nos ha llamado.

Tengan buen ánimo, y hagan el cambio necesario para que vean a los miembros de su familia de manera distinta, de manera que su conducta hacia ellos sea transformada. Si así lo hacen, obtendrán una respuesta muy superior, que a su vez, expandirá la capacidad de liderazgo que ustedes ahora tienen.

Notes

- ¹ Ellen G. White, *Gospel Workers [Obreros evangélicos]*, p. 204
- ² Ellen G. White, *The Adventist Home, [Hogar cristiano]*, (Nashville: Southern Pub. Assn., 1952) p. 32.
- ³ Stephen R. Covey, *The 7 Habits of Highly Effective Families* (New York: Golden Books, 1997), p. 115.
- ⁴ Howard J Markman, Scott M. Stanley, and Susan L. Blumberg, *Fighting for your Marriage* (San Francisco: Jossey-Bass, 2001), p. 4.
- ⁵ Mark and Debra Laaser, *The Seven Secrets of Every Heart* (Grand Rapids: Zonderman Pub. House, 2008, p. 15).
- ⁶ Ellen G. White, *The Ministry of Healing, [El ministerio de curación]* p. 486.

ARTÍCULOS RE-IMPRESOS

Los largos días del verano y la observancia del sábado

WILLIE Y ELAINE OLIVER

Pregunta (P) – Cuando nuestros niños eran pequeños, era bastante fácil manejar la observancia del sábado. Ahora que nuestros hijos son preadolescentes y burbujeantes de energía, es difícil mantenerlos adentro, especialmente durante los meses de verano. ¿Tienen ustedes algunas ideas que puedan compartir con nosotros?

Respuesta (R) – El sábado es un día maravilloso en el cual podemos reducir el paso de la rutina diaria de la semana, asignando más tiempo a la comunión con Dios y a la conexión entre unos y otros en la familia y con nuestros seres amados. Mientras muchos cristianos piensan que el sábado nos ha llegado de los judíos, este día especial fue instituido por Dios mismo durante la semana de la creación, mucho antes de que el primer judío apareciera en la historia.

Cuando Dios terminó su obra de creación en seis días, como se registra en el primer capítulo de Génesis, Dios entonces reposó. Génesis 2:2-3 nos dice: “Y acabó Dios en el séptimo día la obra que hizo, y reposó en el séptimo día de cuanto había hecho. Entonces Dios bendijo el séptimo día y lo santificó, porque en él reposó de cuanto había hecho en la creación”.

.....
Willie Oliver, PhD, CFLE y **Elaine Oliver**, MA, CFLE, son los Directores del Departamento de Ministerio de la Familia de la Asociación General de los Adventistas del Séptimo Día, con oficinas en la sede mundial de la Iglesia en Silver Spring, Maryland, Estados Unidos de América.

Es importante notar que Dios no reposó en el séptimo día porque estaba cansado (véase Isaías 40:28). Mas bien, Dios dejó de involucrarse en el trabajo que había estado haciendo de crear al mundo porque había estado terminado. Como ya sabes, Dios hizo más que descansar (por la palabra ‘shabath’, del hebreo, que literalmente significa cesar la actividad o el trabajo de uno, de donde viene nuestra palabra ‘sábado’ en español) en el séptimo día. Como leemos en Génesis 2:3, Dios bendijo y santificó el séptimo día. En verdad, santificar un día significa hacerlo santo, o sea, separarlo para un uso especial, especialmente determinado.

El hecho de que usted siente preocupación por la observancia del sábado con respecto a sus preadolescentes es porque usted tiene la convicción de que el sábado es el día en que Dios dice que Él descansó, y lo santificó, o lo separó para un uso particular santo.

Lo que es más importante para usted, como madre que quiere pasar a sus hijos los valores que sostiene es simplemente hacerlo ejemplificándolos en el comportamiento de su vida y hablar con frecuencia de lo que es críticamente importante para su familia. Si es importante para usted como cristiana el obedecer a Dios, usted quisiera pasar ese valor a sus hijos al 1) ser obediente a Dios usted misma, y 2) hablar acerca de la importancia de ser obediente a Dios.

Como es probable que usted ya sepa, las familias guardan el sábado en base a lo que entienden que significa el guardar el sábado. Asegúrese de desarrollar un concepto claro de lo que significa la observancia del sábado en su familia, y de pasar esto a sus hijos. Es posible que usted quiera repasar lo que el Nuevo Testamento tiene que decir con respecto a la observancia del sábado por parte de Jesús (véanse los siguientes pasajes: Mateo 12:8-14; Marcos 1:21; 2:27-28; 6:2; Lucas 6:5-6; 13:10-17; 23:54-56; Juan 5:1-18; 7:22-24; 9:1-38) y reconocer que el sábado es un día para hacer bien a los demás.

Le instamos a hacer de la observancia del sábado un tiempo feliz en el cual la familia se involucre en actividades que les unan unos a otros entre sí, y que les acerquen a Jesús. Esto puede incluir el involucrarse en servicio para beneficiar a otros, que es una excelente actividad para el verano, y a través de todo el año. Por supuesto, como los otros valores que usted les ha enseñado a sus hijos, hasta que estos principios no sean completamente integrados e internalizados por ellos, es posible que ellos no hagan exactamente como usted ha hecho con ellos. Sin embargo, continúe pacientemente ejemplificando y comunicando sus valores a sus hijos, y Dios le bendecirá. Continuamos orando por usted.

Este artículo fue publicado primero en la edición de ma-yo/junio 2015 de la Revista Message. Está autorizada la re-impresión.

Las citas bíblicas han sido tomadas de Santa Biblia, Nueva Reina-Valera 2000. Copyright © 1990, 2000. Derechos reservados por la Sociedad Bíblica Emmanuel, 2905 NW 87th. Ave., Miami, FL 33172, E. U. A.

Cómo ser padres en una relación rota que se ha tornado tóxica

WILLIE Y ELAINE OLIVER

Pregunta (P) – Mi esposo y yo hemos estado divorciados por más de cinco años, y todavía no hemos hecho las paces el uno con el otro. La semana pasada, mi hija de 15 años vio algo bastante feo que yo puse en Facebook acerca de su padre. Por supuesto, yo dije aquello en respuesta a algo también bastante feo también que él dijo acerca de mí. ¿Cómo podemos nosotros romper este ciclo tóxico, y criar a nuestra hija de una manera más positiva?

Respuesta (R) – Realmente nos apena mucho el saber acerca de este ciclo tóxico entre usted y su ex-esposo. Les incluimos a continuación varias sugerencias que le ayudarán a encaminar su relación por un sendero distinto.

1. ¡Mantenga sus asuntos fuera de Facebook, de Twitter o de otros medios sociales de comunicación masiva!

No todos los que se hallan en su “listado de amigos” con sus amigos. Y aún sus amigos, que procuran servirle a usted de apoyo, pueden guiarle por el sendero equivocado. Estamos bastante seguros de que cuando su esposo y usted pusieron sus comentarios odiosos acerca del uno y el otro, alguno de sus “amigos” indicó que le

.....
Willie Oliver, PhD, CFLE y **Elaine Oliver**, MA, CFLE, son los Directores del Departamento de Ministerio de la Familia de la Asociación General de los Adventistas del Séptimo Día, con oficinas en la sede mundial de la Iglesia en Silver Spring, Maryland, Estados Unidos de América.

gustaba. Este tipo de afirmación es realmente negativa, y no es lo que usted necesita para ayudar a encaminar adecuadamente su relación rota. Resista la tentación de hacer pública su vida privada. ¡Facebook no es un medio privado de diseminación de información!

2. Aprenda a manejar sus emociones

Uno de los retos más grandes al procurar criar los hijos después de un divorcio es el manejo de las emociones. Sin importar las razones por las que haya ocurrido el divorcio, siempre quedan raíces de dolor.

Ninguna persona que se casa, espera tener que divorciarse. El divorcio separa a dos personas que fueron unidas íntimamente –emocional, física y espiritualmente –y esta ruptura solamente sana al pasar por un proceso intencional de perdón y de reconciliación. Algunas veces, este proceso requiere la intervención de algún profesional cualificado, como podría ser un pastor o un consejero profesional.

3. Enfóquese en los hijos

Es de suma importancia que se coloque a los hijos en primer lugar. Las personas más heridas después de un divorcio son los hijos. De esta manera, es esencial que se vigile para que sus necesidades emocionales sean suplidas adecuadamente para su bienestar futuro, inclusive su éxito en la escuela, cuán saludables o cuán

enfermos han de ser, y cómo han de manejar sus relaciones futuras. En este punto del proceso, usted y su cónyuge tienen que aprender a colocar las necesidades de sus hijos primero que las necesidades propias, de ambos adultos. Jamás coloque a los hijos en el centro, obligándoles de esta manera a escoger a cuál de ambos van a afiliarse o a favorecer.

4. Comprométase a aprender a comunicarse mejor

Este consejo es sabio, y bueno para cualquiera: Cada persona [hombre o mujer], "... sea pronto para escuchar, lento para hablar, lento para enojarse". (Santiago 1:19). Todas las personas se comunican diariamente, pero la mayoría de nosotros no lo hacemos bien. Lea algunos libros buenos, o asista a algún buen seminario que le ayude a desarrollar mejores destrezas de comunicación para comunicarse con su ex-cónyuge. Estas destrezas también le ayudarán a comunicarse mejor con sus hijos y con las demás personas.

5. Sea proactivo/a

Lo contrario de proactivo es reactivo, lo que sería una respuesta 'normal' cuando alguien dice algo que no nos gusta, o cuando dicen algo que nos hiere y nos lastima. Rétese a sí mismo/a hacer una pausa antes de responder en este tipo de

situaciones. Cuando usted hace una pausa, usted se da tiempo para calmarse, y le da tiempo a su mente para que responda de manera más racional. Además, se va a dar cuenta de que no todo lo que se escucha requiere una respuesta.

6. Comprométase a ser más llevadero/a y más cooperador/a

Usted y su ex-cónyuge pueden llegar a ser amigos nuevamente, pero la amistad no es indispensable ni aún necesaria para tratarse mutuamente de manera civil y civilizada. Separe tiempo para reunirse con su ex-cónyuge – e incluya a su nuevo/a cónyuge – y desarrolle un plan para comunicarse mejor acerca de las actividades de la crianza de los hijos/as.

7. Cuando todo lo demás fracase, tome el camino más elevado

Aún después que usted haya tomado todas estas medidas, puede ser que su ex-cónyuge no cambie su actitud ni su conducta negativa. Recuerde que usted solo puede controlarse a sí mismo/a. Tome las decisiones y seleccione aquellas cosas que mejor le proveerán su paz mental y que le aseguren el bienestar de su hija/ hijos.

Confíe en Dios. Él ha prometido suplir todas sus necesidades. Estamos orando por su éxito.

Este artículo fue publicado primero en la edición de enero/febrero 2015 de la Revista *Message*, p. 13. Está autorizada la re-impresión.

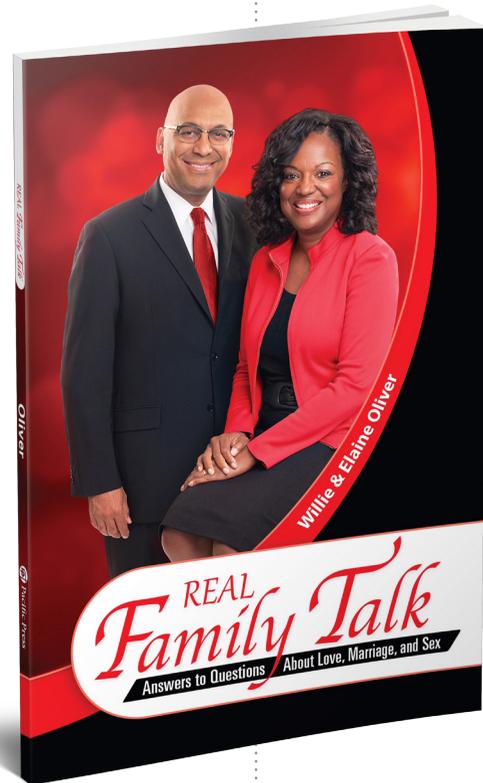
Las citas bíblicas han sido tomadas de Santa Biblia, Nueva Reina-Valera 2000. Copyright © 1990, 2000. Derechos reservados por la Sociedad Bíblica Emmanuel, 2905 NW 87th. Ave., Miami, FL 33172, E. U. A.

EL ESTANTE DE LIBROS

Real Family Talk Answers to Questions About Love, Marriage and Sex

WILLIE AND ELAINE OLIVER
Pacific Press® Publishing Association
Nampa, Idaho, 2015
127 páginas

Este libro es una compilación de columnas selectas [artículos selectos breves] sobre las relaciones, escrito por Willie y Elaine Oliver para la revista *Message* en respuesta a preguntas de personas reales, verídicas. Los autores proveen consejos expertos, en base a los principios bíblicos, en respuesta a preguntas acerca del matrimonio, las relaciones sexuales, la paternidad, la soltería y otros asuntos relacionados a persona reales. En sus consejos, los autores nos recuerdan de la realidad de que todos enfrentamos retos en nuestras relaciones y en nuestros hogares. Sus respuestas escrutadoras nos dirigen a buscar la dirección de Dios, recordándonos que el plan de Dios es que tengamos hogares y relaciones saludables en las que cada persona busca la armonía que Dios desea que nosotros todos experimentemos.



Este libro consiste de 20 historias cortas de la vida de Jesús traídas a un contexto moderno, contemporáneo. Lleva a los lectores a examinar por sí mismos cómo se relacionaba Jesús con la gente que se hallaba en su entorno. Su misión era traerles paz y significado a todos aquellos con quienes se relacionaba, supliendo sus necesidades tanto físicas como espirituales. Estas lecturas diarias incluyen preguntas incisivas, que nos hacen pensar, para que el/la lector/a conozca a Jesús como su Salvador personal. Dibujos en blanco y negro del artista Adventista, Nathan Green, ilustran elegantemente este libro inspirador.

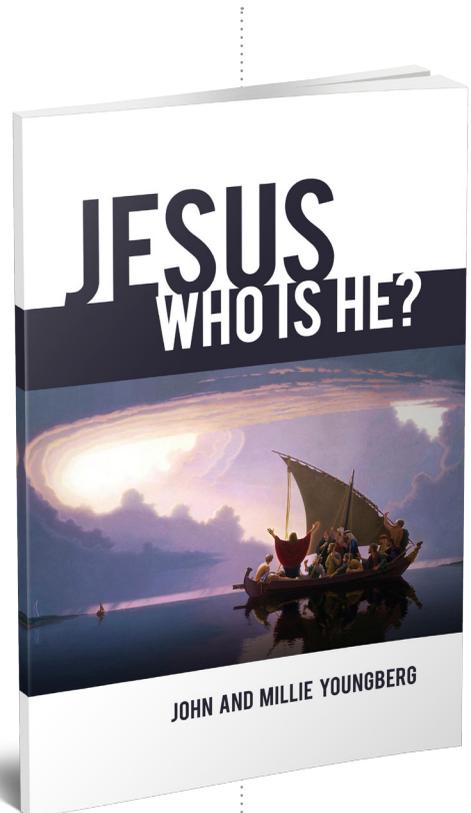
Jesus Who Is He?

JOHN AND MILLIE YOUNGBERG

© WIN! Wellness

Berrien Springs, Michigan, 2015

130 páginas

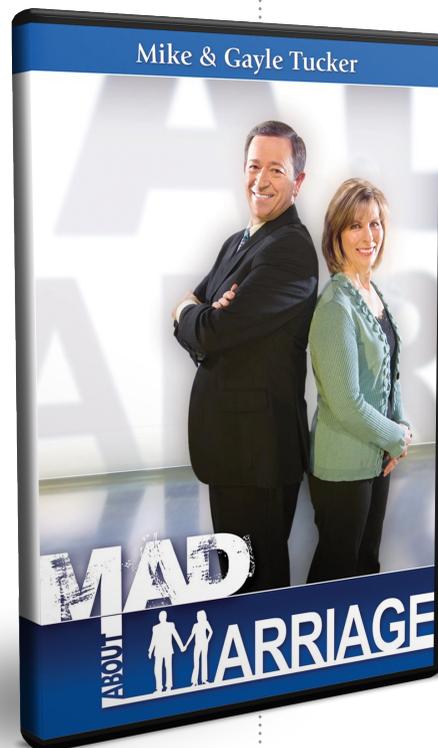


Mad About Marriage Flipping the Switch Small Group Curriculum

MIKE AND GAYLE TUCKER
Pacific Press Publishing Association
Nampa, Idaho, 2010
Video Series – 6 DVDs

Este recurso consiste en dos videodiscos digitales (DVDs) donde se incluyen 6 sesiones con guías participantes y con ‘Mantras’ [sic.] para el Matrimonio. Está diseñado para usarse con grupos pequeños, animando a las parejas a “operar el interruptor” / a cambiar de dirección, de estar ‘enojados’ el uno con el otro, a ‘enamorado’ el uno del otro.

Para que los matrimonios puedan tener éxito, las parejas tienen que identificar conflictos y/o asuntos negativos con los que están luchando, y sustituirlos con factores positivos que los lleven a disfrutar de un matrimonio maravilloso. Algunos de estos conflictos se pueden identificar fácilmente, como el abuso, la falta de perdón y la infidelidad. Sin embargo, hay factores más destructivos que pueden estar presentes en el matrimonio sin que los cónyuges hayan identificado su presencia en medio de ellos. Ésta es una herramienta muy valiosa para las parejas que están procurando fortalecer su matrimonio.



Help! I'm a Parent: Christian Parenting in the Real World

CLAUDIO AND PAMELA CONSUEGRA

AdventSource

Lincoln, Nebraska, 2013

102 páginas, 1 DVD

96

Este es un recurso para los padres, para los abuelos y para los encargados de los niños desde el nacimiento hasta los siete años de edad. Consiste de un Manual con 10 capítulos interactivos, un juego de dos videodiscos e instrucciones para compartir este seminario en su iglesia o en su comunidad. Los autores enseñan a los padres a enseñar y a disciplinar

a los niños pequeños, así como a atender los retos inherentes comúnmente experimentados en el ejercicio de los roles de padres, asignados por Dios. En este mundo, donde se vuelve más y más compleja la crianza de los niños, este recurso es una herramienta muy útil, que provee consejos, ideas y aplicaciones prácticas basados en la Palabra de Dios.



Las reseñas de todos estos materiales fueron realizadas por:

Rosemay Cangy, es Asistente Editorial del Departamento de Ministerio de la Familia de la Asociación General de los Adventistas del Séptimo Día, con oficinas en la sede mundial de la Iglesia en Silver Spring, Maryland, Estados Unidos de América.

APÉNDICE A

IMPLEMENTACIÓN

DE LOS MINISTERIOS

DE FAMILIA

97

Favor de usar estos documentos como parte de su trabajo en los Ministerios de Familia. El contenido resulta como parte de nuestro trabajo con las familias de nuestra iglesia alrededor del mundo.

Pueden hallarse las versiones listas para imprimirse en los discos que acompañan el presente volumen.

Nota:

Algunas de las recomendaciones que se sugieren en estos materiales tendrán que ser adaptadas y/o modificadas de acuerdo a las necesidades específicas y determinadas, y a las leyes de los territorios en los cuales se han de utilizar estos recursos.

Política y Aseveración de Propósito Departamento de Ministerios de Familia

La congregación y el personal de la Iglesia de

.....
.....
.....

98

se comprometen a proveer un ambiente seguro para ayudar a los niños a amar y a seguir a Jesucristo. Esta congregación se propone a prevenir toda clase de abuso infantil, sea físico, emocional o sexual; y a proteger a los niños y a los que trabajan con ellos.

Las iglesias que tienen programas para los niños no están aisladas ni totalmente fuera del alcance de abusadores potenciales: por lo tanto, esta congregación cree que es de vital importancia tomar pasos decisivos para asegurar que la iglesia y sus programas sean seguros, que provean a los niños y a los jóvenes una experiencia gozosa. Se han establecido las siguientes políticas. Éstas reflejan nuestro compromiso de proveer cuidado protector a todos los niños mientras ellos asisten a cualquier actividad auspiciada por la iglesia.

- A los voluntarios que trabajan con los niños y con los jóvenes se les requiere que sean miembros activos de esta congregación por lo menos durante seis meses. Antes de comenzar a ejercer sus funciones directamente con los niños y/o jóvenes, su nombramiento tiene que ser aprobado por el personal adecuadamente

designado de/por la iglesia, a menos que exista documentación formal previa en favor de dichos voluntarios.

- Todos los empleados y los voluntarios de la DIA que regularmente trabajan con los niños [y con los jóvenes] tienen que completar un formulario de solicitud (véase el sitio en la red cibernética de NAD's Children's Ministries: <http://childmin.com.files/docs/VolMinScreeningForm.pdf>). Los voluntarios potenciales deben proveer referencias según se indica. El personal y/o los administradores apropiados deben verificar tales referencias. Se insta a las otras divisiones a seguir estos procedimientos.
- Todos los que trabajan con niños deben observar la regla de "dos personas", lo que significa que los trabajadores deben evitar en todo lo posible, el estar solos con un menor, en condiciones de uno-uno, cada vez que sea posible.
- Los adultos que hayan sufrido abuso físico o sexual cuando fueron niños necesitan el amor y la aceptación de la familia de la iglesia. Los individuos con tales historiales tendrían que dilucidar su deseo de trabajar con los niños y los jóvenes [si ese fuera el caso] con alguien del personal de la iglesia de manera confidencial en una entrevista formal, antes de recibir la aprobación para trabajar en estas áreas.

- A los individuos que han cometido abuso físico o sexual, hayan sido o no convictos en dichos casos, no se les permitirá trabajar en los programas o actividades para niños o jóvenes que auspicia la iglesia.
- La iglesia proveerá oportunidades para entrenamiento en la prevención y el reconocimiento de abuso de menores. Se espera que los que trabajan en programas y/o actividades que la iglesia provee para los niños y/o los jóvenes, participen en dicho entrenamiento.
- Los trabajadores informarán de inmediato al pastor o a la administración cualquier conducta u otros incidente que parezca abusivo o inapropiado. Una vez de haya notificado, se tomarán las acciones adecuadas y se harán los informes correspondientes en cumplimiento con los procedimientos operativos de estas políticas.
- Las guías para los/las voluntarios/as que trabajan con los jóvenes y/o con los niños serán provistas a cada voluntario/a.
- No se permitirá que los niños vaguen por los alrededores de la iglesia sin supervisión de algún adulto. Los padres son los responsables de la supervisión de los niños antes y después de la Escuela Sabática.
- Ningún niño/a será autorizado/a para utilizar el excusado [el baño] sin que sea acompañado por un padre o por algún/a hermano/a mayor.
- Se designará a un adulto responsable para que circule por la iglesia y por los alrededores, inclusive por el área de estacionamiento, como medida para la provisión de seguridad. Esto es de importancia crítica especialmente cuando hay solo un adulto presente en alguna actividad para los menores, tal como la división de clases de la Escuela Sabática.
- La aplicación o administración de cualquier medida disciplinaria ocurrirá al alcance del contacto visual de otro adulto. Se prohíbe estrictamente toda forma de castigo corporal.
- Toda reunión o actividad para niños o jóvenes tiene que tener la aprobación del pastor y/o de la Junta de Iglesia, especialmente si se trata de actividades en las cuales se ha de pernoctar. Los menores tienen que proveer permisos escritos, firmados por los padres, para cada salida, incluyendo los relevos de responsabilidad en caso de necesitar tratamiento médico de urgencia.
- En el caso de que haya algún ofensor sexual conocido asistiendo a alguna iglesia, se asignará un diácono u otro adulto responsable para que monitoree a dicha persona mientras permanezca en los predios de la iglesia o en el lugar o en los alrededores donde se celebre alguna actividad de la iglesia. A la persona aludida [ofensor/a] se le informará de estos procedimientos. Si algún/a ofensor/a sexual conocido/a se transfiere o asiste a cualquier otra iglesia, se le informará al liderazgo de dicha iglesia de tal asistencia.

El Dirigente de los Ministerios de Familia

El dirigente de los Ministerios de Familia diseña un ministerio que supla las necesidades específicas de la congregación y de la comunidad. En esta sección se provee apoyo a la planificación de los dirigentes de los ministerios de la familia. Es crítica la planificación para poder ministrar a los individuos y a las familias en la congregación. Los ministerios de las familias es también un excelente medio para alcanzar a las familias en la comunidad. El dirigente de los ministerios de familia es miembro de la Junta de la Iglesia local e integra las actividades de los ministerios de familia al programa integral de la iglesia. A continuación se hace un listado de responsabilidades y de actividades sugerentes.

1. Desarrollar y dirigir un pequeño comité de ministerios de familia que refleje los rasgos distintivos de la congregación. Este comité podría incluir una persona soltera, personas casadas jóvenes, familias maduras de mediana edad, y personas retiradas, viudas, y/o divorciadas. Las personas que sirven en este comité deben ser escogidas cuidadosamente, personas visionarias que reflejen la gracia de Dios.
2. Ser portavoz de la familia. Los ministerios de familia no deben ser orientados al programa; en cambio debe verse el programa total de la iglesia con la sensibilidad del impacto que ha de tener en las familias. En algunas situaciones, el dirigente puede que tenga que abogar para que se le dé tiempo a las familias. En otras palabras, puede ser que haya tantas actividades en el programa de la iglesia que las personas no tengan tiempo de vivir sus vidas como familia.
3. Estudiar las necesidades y los intereses de la congregación. Pueden usarse 'la encuesta de evaluación de necesidades' y

la hoja de 'el perfil familiar' para ayudar a determinar las necesidades de la congregación.

4. Planificar los programas y las actividades del año. Pueden incluirse presentaciones en vídeo, retiros y oradores especiales invitados que presenten seminarios y talleres. La planificación puede incluir, además, actividades sencillas que pueden sugerirse a las familias por medio del tablón de edictos o por medio de una carta circular recurrente.
5. Trabajar junto al pastor y la Junta de la Iglesia para asegurarse de que los planes se incluyan en el presupuesto de la iglesia local.
6. Utilizar los recursos disponibles en el Departamento de Ministerios de Familia del campo local. Estos recursos pueden ahorrar tiempo y energía, y ayudar a la iglesia local a mantenerse dentro de su presupuesto manteniendo los costos a su alcance. Al planificar para presentaciones especiales, el Director de Ministerios de Familia del campo local puede asistirle en la búsqueda de presentadores interesantes y bien cualificados.
7. Comunicarse con la congregación. El ministerio de familias no debe verse como un evento anual. Mantenga viva la importancia de las buenas destrezas familiares por medio de afiches, el boletín o anuncios semanales de la iglesia, y/o cartas circulares a través del año.
8. Compartir sus planes con el Director a nivel del campo local.

¿Qué es una familia?

Una de las tareas de los dirigentes de Ministerios de familia es definir las familias a las que ministran dentro de la congregación. Un ministerio solo para las parejas de jóvenes casados que tienen niños, por ejemplo, beneficiará solo a un pequeño porcentaje de las personas en la iglesia. Las familias de todas las clases puede que necesiten ayuda y dirección al moverse en dirección a mejorar las relaciones saludables. El trabajo de lidiar con las tareas cotidianas de compartir un hogar y de manejar conflictos no es nunca fácil cuando las personas comparten el espacio y los recursos o cuando ambos provienen de hogares con valores distintos. A continuación damos algunas muestras de cómo están constituidas algunas de las familias de nuestros días.

- La familia nuclear – Mamá y Papá y los hijos que nacieron de esta unión.
- Padrastra / Madrastra – A veces se les llama la familia mezclada. Estas familias se forman cuando los divorciados/as y viudos/as vuelven a casarse, y traen sus hijos al nuevo hogar. Algunas veces estas familias se forman cuando un cónyuge se casa con otro/a que no es el padre o la madre de su hijo o hija.
- La familia soltera – A veces hay personas que viven solas – o con el gato. Pueden estar divorciados, viudos o pueden no haberse casado nunca; pero el hogar es una entidad separada, independiente. En algunas instancias, hay solteros o solteras que viven con otro soltero o soltera compartiendo la misma residencia.
- Padres / Madres solteros – Puede ocurrir que un cónyuge se haya divorciado, o que haya quedado viudo y no se haya vuelto a casar; o que es una madre [o padre] que nunca se haya casado.
- La familia ‘del nido vacío’ – Consiste de la madre y el padre, después que los hijos han crecido, se han independizado, y se han ido de la casa a formar sus propios ‘nidos’.
- La familia reunida – Ocurre cuando los hijos adultos regresan a vivir en casa con mamá y Papá. Esto es generalmente un arreglo temporal. También se considera una familia reunida cuando uno o ambos cónyuges de edad avanzada vive con la familia de un hijo, de una hija o de un nieto o nieta.
- Las familias son parte de la familia de Dios. Muchos consideran a miembros de la congregación como ‘familia’, y pueden sentirse con lazos más estrechos que los que los unen a los que son de su misma sangre por nacimiento o por matrimonio.
- Aparte de nomenclatura demográfica familiar, también se puede estimular a la gente a pensar sobre sus relaciones familiares importantes, incluyendo a aquellos en la familia de la iglesia, expresando preguntas como las siguientes:
- Suponiendo que un terremoto destruyera su pueblo, ¿a quién estaría usted más ansioso por localizar, para asegurarse de bienestar de tal persona?
- Si usted fuera a mudarse a unas mil millas de distancia, ¿con quién se mudaría usted?
- ¿Con quiénes se mantendría usted en contacto, sin importar los esfuerzos que tuviera que hacer para lograrlo?
- Si a usted se le desarrollara una enfermedad duradera, de largo plazo, ¿con quién contaría usted para que lo/la cuidara?
- ¿Quién será su familia hasta que usted o la tal persona fallezca?
- ¿A quién le pediría usted dinero prestado sin sentirse que tiene que pagarlo en seguida?

Guías para los Comités y la Planificación

Los líderes nuevos en ministerios de familia o los que nunca han fungido como líderes se preguntan: ¿Dónde comenzar? Esta sección está diseñada para ayudar al líder a comenzar. Con frecuencia es útil seleccionar un pequeño comité con el cual se pueda trabajar bien – personas bien orientadas en la gracia de Cristo, que no tengan que estar afilando el hacha. El Comité de ministerios de Familia, como ninguno otro, debe estar comprometido con el deseo de modelar la familia. A continuación hay una serie de ideas que ayudarán precisamente a lograr ese modelaje. Aunque estas ideas no son la única manera de trabajar, pueden ayudar a un grupo a trabajar juntos en mayor armonía. (Estas ideas también pueden ser útiles para otros comités).

- Selecciónese un pequeño número de personas con preocupaciones semejantes para ayudar a las familias. Estas personas deben representar la variedad de familias que se hallan en la congregación. Podrían formar parte de este comité: un padre o madre soltero/a, una pareja de cónyuges, algunas personas divorciadas, retiradas o viudas, etc, en reflejo de la composición de género y del perfil étnico de la iglesia.
- El comité no debe ser demasiado grande. Idealmente tendrá entre cinco y siete personas. Los miembros individualmente podrían representar a más de una categoría de familias.
- Especialmente para la primera reunión, procure que haya un ambiente informal –

posiblemente en la casa de alguien, o en algún salón cómodo en la iglesia. Comience con una oración, pidiendo la bendición de Dios.

- Provea refrigerios ligeros, que pueden incluir agua, bebidas calientes o bebidas frías, algo liviano como frutas frescas, galletitas o nueces. Haga algo atrayente, pero no muy elaborado no que consuma mucho esfuerzo en su preparación.
- En la primera reunión, tome tiempo para que cada uno cuente su historia a los demás. Ésta no es una sesión de terapia, de manera que deje que cada uno cuente aquello que le parezca más cómodo y fácil. Algunas directrices en esta línea podrían ayudar: debe respetarse la confidencialidad de cada cual, y ésta debe ser tomada como un don de unos hacia otros. Podría ser útil que el líder comience, utilizando oraciones como: “Yo nací en ..., fui criado en la iglesia adventista (pentecostal, metodista, católica, etc.)”. Puede incluir detalles como dónde asistió a la escuela, los nombre de los hijos, u otra información pertinente. Incluya cómo llegó a ser cristiano, adventista, o algún relato chistoso o agradable de su niñez. Puede que esto parezca una pérdida de tiempo, puede usted sorprenderse al escuchar la historia de alguien que creyó conocer muy a fondo. Al contar nuestras historias, nos conectamos y creamos vínculos los unos con los otros. Hará que su trabajo funcione con mayor suavidad. También hará que los miembros del comité sean más sensibles a las necesidades particulares de unos u otros.

- En reuniones subsiguientes, dedique de 10 a 20 minutos reconectando los miembros unos con los otros. Alguien puede estar regocijándose sobre algún evento importante en su vida. Otra persona puede estar pasando por alguna necesidad especial o urgente. He aquí algunas preguntas con las que puede comenzar sus reuniones:
 - ¿Quiénes son las personas que usted considera su familia más cercana?
 - ¿Cómo vive usted su fe junto a su familia?
 - ¿Qué piensa usted que la iglesia pudiera hacer para ayudar a su familia?
 - ¿Qué le gusta a usted más acerca de su familia?
- Luego de esto, comience con su agenda. Recuerde que usted está modelando la familia.
- Revise los resultados de la Encuesta de Interés.
- Hable de las metas. ¿Qué quisiera lograr? ¿A suplirse una necesidad? ¿A quién procura usted alcanzar? ¿Cómo pueden cumplirse sus metas?
- Ore pidiendo la bendición de Dios, planifique sabiamente para que la gente no vaya a padecer de quemazón, y muy pronto su ministerio estará encaminado.

Un recurso importante para los dirigentes de los ministerios de familia es el “Cuaderno de Planes de los Ministerios de Familia. Cada año se publica una edición de este recurso. Incluye programas, bosquejos de sermones, seminarios, y muchas otras cosas que pueden utilizarse como parte de su programa anual.

Una buena presentación hará cuatro cosas

1. **Informa** – La gente debe aprender algo que no sabía antes de asistir a su presentación.
2. **Entretiene** – La gente se merece que usted no los aburra.
3. **Toca las emociones** – La información que solo informa la mente nunca hace un cambio en las actitudes ni en el comportamiento.
4. **Mueve a la acción** – Si los participantes salen de su presentación sin el deseo de HACER algo distinto, diferente – usted ha dilapidado su tiempo y el de todos ellos.

Los volantes

- Distribuya los volantes cuando sean relevantes a la presentación.
- En algunas ocasiones, es mejor no distribuir los volantes hasta el final de la reunión: la audiencia no debe estar pasando papeles ni leyéndolos mientras usted hace su presentación. Deben estar escuchando, atendiendo lo que usted tiene que decir.
- La audiencia no debe seguir leyendo adelante de usted, porque perderá el interés en lo que usted dice.
- La audiencia no debe seguir leyendo adelante de usted, porque perderá el interés en lo que usted dice.
- No copie la presentación de otra persona. Cree la suya propia, y prepare sus volantes.

La Introducción

- Averigüe quién le va a presentar a usted.
- Escriba usted lo que va a decir quien va a presentarle.
- Comuníquese con la persona no menos de dos días antes de su presentación. Dele los datos suyos para que le presente o le introduzca.
- Pronúnciele las palabras extrañas o difíciles para que las aprenda, para que las pronuncia correctamente. Verifique que la información sea correcta y precisa.
- No haga aseveraciones que no sean del todo ciertas.

Los Diez Mandamientos de las presentaciones

1. **Conózcase a sí mismo** – El idioma corporal y el tono de su voz forman el 93% de su credibilidad. ¿Se interesaría usted en usted mismo?
2. **Esté preparado** – Sepa su presentación y conozca su equipo. Esté listo para imprevistos y accidentes. A los proyectores se les funden los bombillos en medio de lo más importante de las presentaciones. Mantenga un bombillo de repuesto, y sepa cambiarlo.
3. **Examine su discurso** – Utilice expresiones directas. No procure impresionar. Su misión es comunicarles sus ideas.
4. **Llegue temprano** – Sus invitados pueden estar esperándolo. Llegue media hora antes de la presentación. Asegúrese de que todo esté dispuesto como usted lo necesita, como usted quiere que esté.
5. **Dígales lo que deben esperar** – Dígales a los asistentes a la reunión específicamente lo que ellos van a aprender en el curso de la reunión, y cómo podrán ellos aplicar el conocimiento que van a adquirir. Las metas claras y bien establecidas mantienen a los participantes enfocados en sus responsabilidades como participantes activos.
6. **Menos es más** – Su audiencia puede recibir una cantidad limitada, determinada, de información. Por tanto, limite sus puntos principales. Su audiencia puede recibir alrededor de siete puntos principales, como máximo, y aprovecharlos bien.
7. **Mantenga contacto visual** – Bosqueje en tarjetas, en vez de escribir su discurso palabra por palabra. De esta manera, usted puede mantener contacto visual con su audiencia. Evite el impulso de LEER su presentación. La respuesta de su audiencia será galardón más que suficiente en recompensa por su esfuerzo.
8. **Sea Dramático** – Use palabras nuevas y atrevidas, y datos inusuales. Su presentación debe estar repleta de asertos breves, concisos, impactantes, contundentes. Así mantendrá a su audiencia intrigada. Y la risa, que nunca ha hecho daño a nadie, ¡si es bien utilizada, puede ser un valiosísimo recurso!
9. **Motive** – Concluya su presentación con un llamado a la acción. Diga a la audiencia exactamente qué pueden hacer en respuesta a su presentación.
10. **¡Relájese, y tome un respiro!** – No se enrosque sobre el podio. Si está parado detrás de un podio, yérgase en toda su altura. ¡Muévase! Use gestos y ademanes para dar énfasis a sus palabras. Recuerde que ¡la manera en que usted dice algo es tan importante como lo que usted tiene que decir!

Encuesta sobre El Perfil de la Vida Familiar

Nombre Fecha de nacimiento:

Grupo cronológico: 18-30 31-40 41-50 51-60 61-70 71+

Género: M F

Dirección

Teléfono (Casa) (Trabajo)

Bautizado Adventista del Séptimo Día (ASD) Sí No

Si respondió sí, ¿en qué iglesia local está su membresía?

Si respondió no, ¿cuál es su trasfondo religioso / y su afiliación actual

106

Marital status:

Soltero /a, nunca fui casado /a

Soltero /a, divorciado /a

Soltero /a, viudo /a

Casado – Nombre del cónyuge Fecha de nacimiento

¿Cónyuge es ASD? ¿En qué iglesia local está su membresía?

¿Cónyuge no es ASD - ¿cuál es su trasfondo religioso / y su afiliación actual

Hijos cuya residencia primaria es con usted:

Nombre Fecha de nacimiento

Grado en la escuela Escuela a la que asiste

¿Bautizado ASD? ¿En qué iglesia local está su membresía?

Nombre Fecha de nacimiento

Grado en la escuela Escuela a la que asiste

¿Bautizado ASD? ¿En qué iglesia local está su membresía?

Hijos cuya residencia primaria es en otro lugar:

Nombre Fecha de nacimiento
 Grado en la escuela Escuela a la que asiste

Nombre Fecha de nacimiento
 Grado en la escuela Escuela a la que asiste

Otros miembros de su familia que viven con usted:

Nombre Fecha de nacimiento
 ¿Bautizado ASD? ¿En qué iglesia local está su membresía?
 Relación familiar con usted

Nombre Fecha de nacimiento
 ¿Bautizado ASD? ¿En qué iglesia local está su membresía?
 Relación familiar con usted

¿Qué considera usted que sería lo más significativo que pudiera hacer el Comité de Ministerios de Familia este año para aliviar las necesidades y satisfacer los deseos de su familia?

.....

Yo estoy interesado en los Ministerios de Familia, y estoy dispuesto a ayudar:

- Telefonando, según haga falta.
- Participando en sesiones de planificación.
- Proveyendo transportación.
- En la preparación para los eventos.
- Ayudando con las comidas y/o con los refrigerios.
- Ayudando con el cuidado de los niños.
- Ayudando con la promoción y los anuncios.
- De otras maneras: (Especifique)
- Presentando charlas / clases / seminarios / talleres u otras presentaciones. (Indique su área de interés.)

.....

El Perfil de la Vida Familiar

Iglesia Fecha

Categoría de la Familia

Miembros Activos

- Con niños menores de 18
- Sin niños menores de 18

Miembros Inactivos

- Con niños menores de 18
- Sin niños menores de 18

Casado/a – Cónyuge es miembro / Casado/a – Cónyuge no es miembro

- Edades entre 18-30
- Edades entre 31-50
- Edades entre 51-60
- Edades entre 61-70
- Edades entre 71 +

- Edades entre 18-30
- Edades entre 31-50
- Edades entre 51-60
- Edades entre 61-70
- Edades entre 71 +

Soltero/a – Nunca ha sido casado/a

- Edades entre 18-30
- Edades entre 31-50
- Edades entre 51-60
- Edades entre 61-70
- Edades 71 +

Soltero/a – Divorciado/a

- Edades entre 18-30
- Edades entre 31-50
- Edades entre 51-60
- Edades entre 61-70
- Edades 71 +

Encuesta sobre Interés en Ministerios de Familia

Su grupo cronológico 18-30 31-40 41-50 51-60 61-70 71+
 Género: M F

De los temas siguientes, por favor seleccione los cinco que más le interesan a usted. Coloque una marca de cotejo (✓) frente a cada uno de los que usted selecciona.

- | | |
|---|--|
| <input type="radio"/> La preparación para el matrimonio | <input type="radio"/> La adoración y la devoción personal |
| <input type="radio"/> Las finanzas familiares | <input type="radio"/> La comunicación |
| <input type="radio"/> La disciplina en el hogar | <input type="radio"/> Viviendo como adultos solos |
| <input type="radio"/> La crianza de los adolescentes | <input type="radio"/> Cómo mejorar la autoestima |
| <input type="radio"/> La preparación para el parto | <input type="radio"/> Cómo resolver los conflictos y el enojo |
| <input type="radio"/> La recuperación después del divorcio | <input type="radio"/> La televisión y los medios de comunicación |
| <input type="radio"/> Padres / Madres solteros/as | <input type="radio"/> La preparación para el retiro |
| <input type="radio"/> La sexualidad | <input type="radio"/> Asuntos relativos a la dependencia de químicos |
| <input type="radio"/> Enriqueciendo su matrimonio | <input type="radio"/> Las familias mezcladas |
| <input type="radio"/> La recuperación del dolor | <input type="radio"/> La muerte y el morir |
| <input type="radio"/> Cómo entender los temperamentos | <input type="radio"/> Cómo manejar la viudez |
| <input type="radio"/> Otros temas (Favor de indicar cuáles) | |

Orador o presentador sugerido:

Nombre

Dirección Teléfono

Área o áreas de especialidad

¿A qué hora del día y qué día de la semana le sería a usted más fácil asistir a un programa de una hora y media o de dos horas sobre los temas escogidos arriba? (Seleccione los períodos más apropiados.)

	Domingo	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
Mañana	<input type="radio"/>						
Tarde	<input type="radio"/>						
Noche	<input type="radio"/>						

Encuesta sobre la Educación Comunitaria en Ministerios de Familia

1. ¿Cuál piensa usted que es el primer problema, el más grave, que enfrentan hoy día las familias de esta comunidad?

.....

2. ¿Consideraría usted la posibilidad de asistir a alguno de estos seminarios sobre la vida familiar, si se ofrecieran en este área? Marque todos aquellos a los que a usted le gustaría asistir.

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Cómo manejar los conflictos | <input type="checkbox"/> El manejo de la tensión |
| <input type="checkbox"/> La comunicación en el matrimonio | <input type="checkbox"/> Un fin de semana venciendo la soledad |
| <input type="checkbox"/> Enriquecimiento o Encuentro Matrimonial | <input type="checkbox"/> Las finanzas familiares |
| <input type="checkbox"/> Cómo entender a los hijos | <input type="checkbox"/> La recuperación del sufrimiento de una pérdida |
| <input type="checkbox"/> La autoestima | <input type="checkbox"/> El manejo del tiempo y las prioridades de la vida |
| <input type="checkbox"/> Las destrezas de la paternidad [en la crianza de los hijos] | <input type="checkbox"/> La planificación para el retiro |
| <input type="checkbox"/> Cómo trabajar con los adolescentes | <input type="checkbox"/> Otros temas (especifique cuáles abajo): |
| <input type="checkbox"/> Clases de preparación para el parto | |
| <input type="checkbox"/> La recuperación después del divorcio | |

110

3. A qué hora del día y qué día de la semana le sería a usted más fácil asistir a un programa de una hora y media o de dos horas sobre los temas escogidos arriba? (Seleccione los períodos más apropiados.)

	Domingo	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
Mañana	<input type="checkbox"/>						
Tarde	<input type="checkbox"/>						
Noche	<input type="checkbox"/>						

4. Nos ayudaría grandemente a fortalecer esta encuesta si pudiéramos obtener la siguiente información:

Género: M F

Su grupo cronológico:

17 or menos 19-30 31-40 41-50 51-60 61-70 71+

¿Tiene usted hijos menores de 18 años que viven en su casa? Si No

¿Cuál es su estado civil?

Nunca he estado casado/a.

Casado/a

Separado/a

Divorciado/a

Viudo/a

Casado/a nuevamente después del divorcio.

Muestra / Modelo de La Evaluación

1. ¿Qué le inspiró más a usted de este taller?

.....

2. ¿Qué aprendió usted que no lo sabía antes de asistir a este taller?

.....

3. ¿Fueron presentados los conceptos de manera clara en este taller?

.....

4. ¿Cuál actividad o cuál sección resultó ser de menos valor para usted?

.....

5. ¿Cómo podría ser mejorado este taller?

.....

6. En una escala del 1 al 5, donde el 1 generalmente representa insatisfacción, y el 5 representa la satisfacción máxima, ¿cómo evaluaría usted este taller. Marque una de las siguientes opciones.

1

Generalmente
insatisfecho

2

Algo
insatisfecho

3

Algo
satisfecho

4

Generalmente
satisfecho

5

Muy
satisfecho

7. ¿Quiénes cumplieron o llenaron esta evaluación?

Su grupo cronológico: 18-30 31-40 41-50 51-60 61-70 71+

Género: M F

Su estado civil:

Nunca he estado casado/a.

Casado/a

Separado/a

Divorciado/a

Viudo/a

Casado/a nuevamente después del divorcio

-¿Cuánto tiempo ha estado usted casado, divorciado, separado o viudo?

..... años meses

¡Gracias por sus comentarios honestos! Esto nos ayudará en la planificación de futuros seminarios.

APÉNDICE B

ASEVERACIONES

APROBADAS POR VOTO

Aseveración Sobre El Matrimonio

Los asuntos relativos al matrimonio pueden verse en su justa perspectiva y luz solamente al ser vistos sobre el trasfondo del ideal divino para el matrimonio. El matrimonio fue divinamente establecido en el Edén y afirmado por Jesús como una institución tanto monógama como heterosexual, una unión para toda la vida, de amorosa compañía entre un hombre y una mujer. En la culminación de su actividad creadora, Dios formó la humanidad como varón y hembra, en su propia imagen; e instituyó el matrimonio, una unión en base a un pacto entre los dos géneros, física, emocional y espiritualmente, a lo que en las Sagradas Escrituras se refiere como a “una sola carne”.

Partiendo de la diversidad de los dos géneros, la unicidad del matrimonio prefigura de manera singular la unidad en la diversidad de la divina Trinidad. A través de las Escrituras, la unión heterosexual en el matrimonio es elevada como un símbolo del enlace entre la Deidad y la humanidad. Es un testigo humano del amor de Dios, que se da a sí mismo en amor y en pacto a Su pueblo. La armoniosa afiliación entre un hombre y una mujer en el matrimonio provee un microcosmos de unidad social que a través de las edades ha sido honrado como el ingrediente esencial de las sociedades estables. Más aún, es la intención del Creador que la sexualidad marital sirviera no solo propósito unitivo, sino además, para hacer provisión para la propagación y la perpetuación de familia humana. El este propósito divino, la procreación emana de, y está enlazada en el mismo proceso por el cual el esposo y la esposa encuentran gozo, placer y completud física. Es a un esposo y a una esposa cuyo amor les ha permitido que se conozcan mutuamente en un vínculo sexual profundo, a quienes se les puede encomendar el cuidado de un niño. Su criaturita es la incorporación viva de su unicidad. El niño que

va creciendo se desarrolla en esta atmósfera de amor y unidad marital en los cuales fue concebido, y tiene los beneficios de una relación con cada uno de sus padres naturales.

La unión matrimonial monógama entre un hombre y una mujer se afirma como el fundamento divino de la vida social y familiar, y el único lugar moralmente apropiado para la expresión genitalsexual íntima. Sin embargo, el estado matrimonial no es el único plan de Dios para satisfacer las necesidades relacionales de la humanidad ni para conocer la experiencia de tener una familia. También la soltería y la amistad de los solteros son parte del diseño divino. El compañerismo y el apoyo de los amigos se proyecta en ambos, el Antiguo y el Nuevo Testamentos. La hermandad de la iglesia, la casa de Dios, está disponible para todos, sin importar su estado civil. Las Escrituras, sin embargo, establecen una demarcación sólida entre las relaciones sociales entre los amigos y las relaciones sexuales entre cónyuges en el matrimonio.

La Iglesia Adventista del Séptimo Día se adhiere sin reservas a esta perspectiva bíblica del matrimonio, y cree que cualquier intento de disminuir esta elevada perspectiva sería en la misma medida un intento de bajar, disminuir y menoscabar el alto ideal celestial. Debido a que el matrimonio ha sido corrompido por el pecado, la pureza y la belleza del matrimonio, como fueron diseñadas por Dios, necesitan ser restauradas. Por medio del aprecio de la labor redentora de Cristo y del trabajo del Espíritu Santo en los corazones humanos, puede ser recuperado el propósito original de matrimonio, y la experiencia deleitosa y totalmente sana del matrimonio pueden obtenerse por el hombre y la mujer que unen sus vidas en el pacto matrimonial.

Aseveración Sobre El Hogar y La Familia

114

La salud y la prosperidad de la sociedad están directamente relacionadas con el bienestar de sus partes constituyentes: la unidad familiar. Posiblemente como nunca antes, hoy la familia está en problemas y en dificultades. Los comentaristas sociales declaran y lamentan la desintegración de la vida familiar moderna. Está bajo asalto el concepto cristiano tradicional del matrimonio entre un hombre y una mujer. En este tiempo de crisis familiar, la Iglesia Adventista del Séptimo Día anima a los miembros de cada familia a fortalecer su dimensión espiritual y sus relaciones familiares por medio del amor mutuo, del honor, del respeto y de la responsabilidad.

La Creencia Fundamental #22 de la Iglesia, basada en los principios bíblicos afirma que la relación marital “debe reflejar el amor, la santidad, la cercanía y la permanencia de la relación entre Cristo y Su iglesia. ... Aunque algunas relaciones familiares queden cortas ante el ideal propuesto, los cónyuges que se pactan el uno al otro en Cristo, pueden alcanzar la unidad amorosa por medio de la dirección del Espíritu Santo y el nutrimento de la iglesia. Dios bendice a la familia, y es Su intención que los miembros de ésta se ayuden los unos a los otros a lograr la completa

madurez. Los padres han de criar a sus hijos en amor y en obediencia al Señor. Por su ejemplo y por sus palabras han de enseñarles que Cristo ejerce la disciplina con amor, con ternura y con bondadoso cuidado, que Él anhela que ellos lleguen a ser miembros de Su cuerpo, la familia de Dios”.

Elena G. de White, una de los fundadores de la iglesia, afirma que: . “La obra de los padres es cimiento de toda otra obra. La sociedad se compone de familias, y será lo que la hagan las cabezas de familia. Del corazón “mana la vida” (Proverbios 4:23), y el hogar es el corazón de la sociedad, de la iglesia y de la nación. El bienestar de la sociedad, el buen éxito de la iglesia y la prosperidad de la nación dependen de la influencia del hogar”. {MC 269.1}

Esta aseveración pública fue dada a conocer por el Presidente de la Asociación General, Neal C. Wilson, después de consultar con los 16 Vicepresidentes de alrededor del mundo, de la Iglesia Adventista del Séptimo Día, el 27 de junio de 1985, en Sesión del Congreso de la Asociación General celebrada en New Orleans, Louisiana, Estados Unidos de América.

Esta aseveración pública fue dada a conocer por el Presidente de la Asociación General, Neal C. Wilson, des-pués de consultar con los 16 Vicepresidentes de alrededor del mundo, de la Iglesia Adventista del Séptimo Día, el 27 de junio de 1985, en Sesión del Congreso de la Asociación General celebrada en New Orleans, Louisiana, Estados Unidos de América.