

2022  
LIBRO DE  
RECURSOS



Iglesia Adventista  
del Séptimo Día

MINISTERIOS DE LA FAMILIA

YO IRÉ CON MI FAMILIA:

# FAMILIAS RESILIENTES

WILLIE Y ELAINE OLIVER



Family Ministries

*YO IRÉ CON MI FAMILIA* Adventist<sup>®</sup>

# ***FAMILIAS RESILIENTES***

*WILLIE E ELAINE OLIVER*

---

ALINA BALTAZAR, STEPHEN BAUER, KATELYN CAMPBELL WEAKLEY, CLAUDIO Y PAMELA  
CONSUEGRA, KAREN HOLFORD, TAMYRA HORST, ROBERTO IANNÒ, DAWN JACOBSON-  
VENN, S. JOSEPH KIDDER, GEOFFREY MBWANA, JULIÁN MELGOSA, JARED MILLER,  
KATIE MILLER, TANYA MUGANDA, ERICK PEÑA, INGRID WEISS SLIKKERS



REVIEW AND HERALD<sup>®</sup> PUBLISHING ASSOCIATION  
Since 1861 | [www.reviewandherald.com](http://www.reviewandherald.com)



# Adventist<sup>®</sup> Family Ministries

Copyright © 2021 : Review and Herald® Publishing Association

Publicado por Review and Herald® Publishing Association  
Impreso en los Estados Unidos de América  
Todos los derechos reservados

Editores: Willie e Elaine Oliver  
Gerente editor: Dawn Jacobson-Venn  
Editora Asistente: Karen Miranda  
Diseño y Formato: Daniel Taipe  
Recurso de diseño de cubierta: Franz Wogerer / via Getty Images

Los autores asumen completa autoridad por la exactitud de todos los datos y de las citas en este libro.

#### Contribuidores:

Alina Baltazar, Stephen Bauer, Katelyn Campbell Weakley, Claudio y Pamela Consuegra, Karen Holford, Tamyra Horst, Roberto Iannò, Dawn Jacobson-Venn, S. Joseph Kidder, Geoffrey Mbwana, Julián Melgosa, Jared Miller, Katie Miller, Tanya Muganda, Erick Peña, Ingrid Weiss Slikkers

#### Otros libros de recursos del Ministerio de Familia en esta serie:

I Will Go with My Family: Unity in Community Reaching  
Families for Jesus: Making Disciples  
Reaching Families for Jesus: Strengthening Disciples Reaching  
Families for Jesus: Discipleship and Service Reaching Families for  
Jesus: Growing Disciples Reach the World: Healthy Families for  
Eternity Revival and Reformation: Building Family Memories  
Revival and Reformation: Families Reaching Up Revival and  
Reformation: Families Reaching Out Revival and Reformation:  
Families Reaching Across (Algunos de estos libros de recursos  
de han traducido al español.)

Disponibles a través de:  
[family.adventist.org/resources/resource-book/](http://family.adventist.org/resources/resource-book/)

A menos que se indique otra fuente, todas las citas de las Sagradas Escrituras son de la Santa Biblia Nueva Reina-Valera 2000. SBE Sociedad Bíblica Emmanuel, Miami, FL, Estados Unidos. © 1990, 2000. Derechos reservados por la Sociedad Bíblica Emmanuel. Usada con permiso.

Departamento de Ministerios de Familia  
Asociación General de los Adventistas del Séptimo Día  
12501 Old Columbia Pike  
Silver Spring, MD 20904, USA  
[family@gc.adventist.org](mailto:family@gc.adventist.org)  
[family.adventist.org](http://family.adventist.org)

Todos los derechos están reservados. Los volantes en este libro pueden ser usados y reproducidos en las iglesias locales con autorización particular de los editores. No pueden, sin embargo, ser utilizados ni reproducidos en otras publicaciones o libros sin autorización expresa previa de los que sostienen los derechos de autoría. La reimpresión total de este contenido, ya sea para regalarse o para venderse, está expresamente prohibida.

ISBN # 978-0-8280-2889-9

SEPTIEMBRE de 2021

# CONTENIDO

## TABLA DE CONTENIDO

Prefacio .....	V
Cómo usar este Libro de Recursos .....	VII

### IDEAS PARA SERMONES

- Personas resilientes, relaciones resilientes  
Willie e Elaine Oliver ..... 10
- Tú resucitarás otra vez  
Geoffrey Mbwana ..... 18
- Como bola de goma  
Claudio y Pamela Consuegra ..... 25
- Nosotros iremos. Las familias cumpliendo el mandato de Dios  
Jared Miller ..... 33

### HISTORIAS PARA LOS NIÑOS

- Moviéndonos con Jesús  
Dawn Jacobson-Venn ..... 42
- Nosotros iremos  
Katie Miller ..... 45
- Milagro en Zimbabwe  
Tanya Muganda ..... 47

### SEMINARIOS

- El matrimonio resiliente  
Willie e Elaine Oliver ..... 50
- Criando niños resilientes  
Willie e Elaine Oliver ..... 56
- Nutriendo los caracteres para la eternidad  
Karen Holford ..... 62
- La resiliencia familiar – Refinados por el fuego  
Alina Baltazar ..... 83
- Criando niñas que tengan confianza  
Tamyra Horst ..... 93

### RECURSOS PARA EL LIDERAZGO

- La fuente de la resiliencia  
Julian Melgosa ..... 106
- Cómo ayudar a los padres solteros a desarrollar la resiliencia  
Claudio y Pamela Consuegra ..... 110
- Moldeando la perspectiva mundial de sus hijos a través de una relación amorosa  
S. Joseph Kidder, Katelyn Campbell Weakley ..... 116
- El impacto de las experiencias adversas en la niñez  
Ingrid Weiss Slikkers, Erick Peña ..... 124
- Una perspectiva bíblica de la sexualidad humana  
Roberto Iannò ..... 128

## **ARTÍCULOS RE-IMPRESOS**

- Un hogar adventista espiritualmente vibrante  
Willie Elaine Oliver ..... 134
- Me siento como que quiero decirle unas cuantas cosas!  
Willie e Elaine Oliver ..... 143
- ¿No se ha vacunado todavía? ¿Y qué importa?  
Willie e Elaine Oliver ..... 145
- Saquémosle provecho a la pandemia  
Willie e Elaine Oliver ..... 149
- ¡Dime cómo! ¡Dime por qué!  
Stephen Bauer ..... 151
- Oraciones desde el suelo  
Stephen Bauer ..... 154

## **RECURSOS**

- Viviendo un amor fructífero ..... 157
- Conectados: Lecturas devocionales para un matrimonio íntimo ..... 158
- La Biblia de la pareja ..... 159
- Esperanza para las familias de hoy ..... 160
- Conversaciones reales en familia: Respuestas a preguntas sobre el amor, el matrimonio y el sexo ..... 161
- Conversaciones reales en familia con Willie e Elaine Oliver ..... 162
- El matrimonio: Aspectos Bíblicos y teológicos, Vol. I ..... 163

## **APÉNDICE A – IMPLEMENTACIÓN DEL MINISTERIO DE FAMILIA**

- Reglamento y Aseveración de Propósito del Departamento de Ministerio de Familia ..... 165
- El dirigente del Ministerio de Familia ..... 167
- ¿Qué es una familia? ..... 169
- Guías para la Planificación y para los Comités ..... 171
- Una buena presentación hará cuatro cosas ..... 173
- Los diez mandamientos de las “Presentaciones” ..... 174
- Encuesta sobre el perfil de la vida familiar ..... 175
- El perfil de la vida familiar ..... 177
- Encuesta de intereses del Ministerio de la Familia ..... 178
- Encuesta comunitaria acerca de ‘Educación sobre la vida familiar’ ..... 179
- Evaluación modelo ..... 180

## **APÉNDICE B – ASEVERACIONES APROBADAS POR VOTO**

- Afirmación del matrimonio ..... 182
- Aseveración sobre el Hogar y la Familia ..... 184
- Aseveración sobre el abuso sexual de los niños ..... 185
- Aseveración sobre la violencia familiar ..... 187
- Aseveración sobre la perspectiva bíblica acerca de la vida nonata y sus implicaciones sobre el aborto ..... 190

## PREFACIO

Los elefantes se conocen por ser resilientes. Mientras que la mayor amenaza a los elefantes africanos es el crimen contra la fauna silvestre – principalmente la cacería ilegal para satisfacer el mercado negro de marfil – la mayor amenaza para los elefantes asiáticos es la pérdida del hábitat, que se da debido al conflicto entre los humanos y los elefantes por la tierra en que habitan. Pero a pesar de estas realidades estresantes, los elefantes continúan siendo resilientes, con la ayuda de los conservacionistas.

Cuando las personas sufren situaciones difíciles, y siguen luchando, a pesar de las dificultades, esa realidad es identificada también como resiliencia.

El diccionario en línea -Dictionary.com- define la resiliencia como: “la habilidad de una persona para ajustarse o para recuperarse prontamente de enfermedades, de adversidades o de cambios importantes en su vida, etc.” Por su definición, la resiliencia es esencialmente la capacidad de flotar, de elevarse sobre las dificultades; que a su vez se define como “ligereza, liviandad de espíritu o resiliencia”.

La pandemia global que nos trajo el virus identificado como COVID-19 ha resultado en una tremenda tensión física, emocional y financiera, así como desasosiego a las personas alrededor del mundo. Aun así, al escribir, el mundo ha experimentado casi dos años de esta plaga, que pareciera no disminuir, a pesar del desarrollo de varias vacunas para controlar su propagación.

Desde la aparición del mal en el Jardín del Edén – cuando Adán y Eva comieron de la fruta de la que Dios les había dicho que se apartaran, y pecaron – los humanos han estado rodeados de peligros y amenazas constantes.

Confrontado con crecientes problemas y reveses, el apóstol Pablo anima a la iglesia de Corinto diciéndoles: “Estamos atribulados en todo, pero no angustiados; en apuros, pero no desesperamos; perseguidos, pero no desamparados; abatidos, pero no destruidos.” (2 Corintios 4:8-9). Esencialmente, éste es un mensaje acerca de ser resilientes.

El tema central del Libro de Recursos del Ministerio de la Familia para el 2022 es la *Resiliencia de la familia*. De esta manera, hoy hacemos un llamado a cada pastor, a cada dirigente del Ministerio de la Familia en todos los niveles, y a cada miembro de la Iglesia, para que tomen nota del mensaje de resiliencia del apóstol Pablo. Que al enfocarnos en la misión primordial de la Iglesia a través de la proclamación de los mensajes de los tres

I WILL GO WITH MY FAMILY | FAMILY RESILIENCE

ángeles – y a pesar de los ataques del enemigo – confiemos en Dios para ser dotados con la resiliencia necesaria en nuestras familias, al hacer todo lo que podamos para ayudar a adelantar la pronta venida de Cristo Jesús.

¡Maranata – Cristo viene!

**Willie e Elaine Oliver, Directores**

Departamento de Ministerios de la Familia

Sede Mundial de la

Asociación General de los Adventistas del Séptimo Día

Silver Spring, Maryland

[family.adventist.org](http://family.adventist.org)



# HOW TO USE

## CÓMO USAR ESTE LIBRO DE RECURSOS

El Libro de Recursos del Ministerio de la Familia es una Fuente organizada de recursos que prepara el Departamento de Ministerios de la Familia de la Asociación General, con el insumo del campo mundial, para proveer a los dirigentes del Ministerio de la Familia en las Divisiones, en las Uniones, en las Asociaciones locales y en las Iglesias locales alrededor del mundo con recursos para las semanas y los sábados de énfasis especial sobre la familia.

### **SEMANA DEL HOGAR CRISTIANO Y DEL MATRIMONIO: 12 AL 19 DE FEBRERO**

La Semana del Hogar Cristiano y del Matrimonio se lleva a cabo en febrero, y abarca dos sábados: El Día del Matrimonio Cristiano, que enfatiza en matrimonio cristiano; y el Día del Hogar Cristiano, que enfatiza sobre la paternidad. La Semana del Hogar Cristiano y del Matrimonio comienza el segundo sábado de febrero, y finaliza el tercer sábado de este mes.

### **EL DÍA DEL MATRIMONIO CRISTIANO (ÉNFASIS SOBRE EL MATRIMONIO): SÁBADO, 12 DE FEBRERO**

Use la idea del sermón sobre el matrimonio para el Culto Divino, y el seminario sobre el matrimonio para cualquier segmento del programa durante esta celebración.

**EL DÍA DEL HOGAR CRISTIANO  
(ÉNFASIS SOBRE LA PATERNIDAD):  
SÁBADO 19 DE FEBRERO**

Use la idea del sermón sobre la paternidad para el culto divino, y el seminario sobre la paternidad para cualquier segmento en la programación de esta celebración.

**SEMANA DE ORACIÓN  
SOBRE LA UNIDAD FAMILIAR:  
4 AL 10 DE SEPTIEMBRE**

La Semana de Oración sobre la Unidad Familiar está programada para la primera semana de septiembre, comenzando con el primer domingo y terminando el siguiente sábado, el día de oración por la unidad familiar. La Semana de Oración por la unidad familiar y el Día de Oración por la unidad familiar se enfocan en la celebración de la iglesia como una familia.

**DÍA DE ORACIÓN POR LA UNIDAD FAMILIAR:  
(ÉNFASIS SOBRE LOS MATRIMONIOS, LAS  
FAMILIAS Y LAS RELACIONES)  
SÁBADO 10 DE SEPTIEMBRE**

Use la idea del Sermón sobre la Familia para el Culto Divino, y los recursos que se proveen para la semana de oración.

En el Libro de Recursos que se provee se encuentran ideas para sermones, para seminarios, para historias de los niños, así como recursos de liderazgo, artículos re-impresos y reseñas de libros para ayudar a facilitar estos días especiales, y otros programas que tal vez usted quiera implementar durante el año. En el Apéndice A encontrará información adicional que le ayudará a implementar el ministerio de la familia en su iglesia local.

Este Recurso también incluye presentaciones en Microsoft PowerPoint® de los seminarios y de hojas sueltas sugerentes. Se anima a los facilitadores de los seminarios a personalizar las presentaciones de Microsoft PowerPoint® con sus relatos e historias personales y aun con sus propias fotografías que reflejen la variada diversidad de sus propias comunidades.

Para bajar alguna presentación, por favor tengan la bondad de visitar: **[family.adventist.org/2022RB](http://family.adventist.org/2022RB)**

Se proveen, además, recursos suplementarios con lecturas diarias y actividades para la familia para la Semana de Oración para la Unidad Familiar. Para bajar estos recursos, por favor tengan la bondad de visitar el sitio web: **[family.adventist.org/2022RB](http://family.adventist.org/2022RB)**

Para obtener otros tópicos sobre diversos asuntos de la vida familiar, pueden bajarse los Libros de Recursos de años anteriores visitando el sitio web:

**[family.adventist.org/resources/resource-book/](http://family.adventist.org/resources/resource-book/)**

# IDEAS PARA SERMONES

— Estas *Ideas para sermones* procuran ser una inspiración, el inicio de su propio sermón. Ore para ser guiado por el Espíritu Santo. Que sus palabras sean como una extensión del amor de Dios hacia cada corazón y hacia cada familia.

# PERSONAS RESILIENTES, RELACIONES RESILIENTES

---

POR WILLIE E ELAINE OLIVER

**Willie Oliver**, PhD, CFLE e **Elaine Oliver**, PhDc, LCPC, CFLE son Directores del Departamento de Ministerios de Familia en la sede mundial de la Asociación General de los Adventistas del Séptimo Día en Silver Spring, Maryland, EE. UU. AA.

# EL TEXTO

MARCOS 7:24-30

## I. INTRODUCCIÓN

El símbolo más sagrado en Oklahoma City, Oklahoma (Estados Unidos de Norteamérica) es un árbol: un frondoso olmo americano, que por ochenta años ha estado ofreciendo su elegante sombra. Los turistas viajan desde millas a la redonda para observarlo. La gente posa a la sombra para sacarse fotos. Los arboristas cuidan y protegen al olmo con mucha atención y esmero. Este olmo adorna afiches y membretes. La ciudad atesora al olmo, no solo por su apariencia, sino más por su durabilidad.

El olmo sobrevivió el bombardeo de Oklahoma City (el miércoles 19 de abril de 1995).

Timothy McVeigh estacionó su camioneta cargada con los instrumentos de muerte a solo pocas yardas (o metros) del olmo. Su malicia mató 168 personas, hirió 850 personas, destruyó el Edificio Federal Alfred P. Murrah, y el olmo fue cubierto de escombros. De hecho, nadie esperaba que el olmo sobreviviera, habiendo quedado totalmente sin hojas, y cubierto con una espesa capa de polvo.

Pero entonces, nuevamente comenzaron a brotarle las hojas.

Los brotes comenzaron a salir a través de la cáscara lastimada. Las hojas verdes iban remplazando el sucio polvo gris. La vida volvía a brotar de aquella acre que exhudaba muerte. Las personas comenzaron a notar el nuevo cambio. Y le dieron al olmo un nuevo nombre: *‘the Survivor Tree.’*<sup>1</sup> -“El árbol que sobrevivió.”

En la actualidad, muchos matrimonios y muchas relaciones familiares -dentro y fuera de la iglesia – están experimentando un ataque semejante: intimidación y violencia, que amenaza destruir su misma existencia.

Aun así, como el resiliente *“olmo que sobrevivió”* en Oklahoma City, temenos que hallarlos, ayudarlos y nutrirlos de vuelta a la salud emocional, física y espiritual, sin que nos importe quienes sean, cómo se vean, de dónde vienen ni qué posean. Tenemos que ayudarles a sobrevivir, a prosperar y a ser aceptados en la familia de Dios antes que sea demasiado tarde.

Nuestro tema para hoy lleva como título **Personas resilientes, relaciones resilientes.** Oremos.

**MARCOS 7:24-30 (La mujer sirofenisa – Una gentil muestra su fe)**

<sup>24</sup>De allí Jesús se fue a la región de Tiro y Sidón. Entró en una casa, y quiso que nadie lo supiera, pero no pudo esconderse. <sup>25</sup>Porque una mujer, cuya hija tenía un espíritu impuro, en seguida que oyó de Él, vino y se echó a sus pies. <sup>26</sup>La mujer era griega, sirofenisa de nacimiento. Y le rogó que echase al demonio fuera de su hija. <sup>27</sup>Pero Jesús le dijo: “Deja que primero se sacien los hijos. No es bueno echar el pan de los hijos a los perrillos”. <sup>28</sup>Ella respondió: “Sí, Señor, pero aun los perrillos debajo de la mesa, comen de las migajas de los hijos”. <sup>29</sup>Entonces Jesús le dijo: “Por lo que has dicho, puedes irte. El demonio ha salido ya de tu hija”. <sup>30</sup>Y cuando ella llegó a su casa, encontró a su hija en cama, y que el demonio había salido”.

**III. EXPLICACIÓN Y APLICACIÓN**

*Dictionary.com* ofrece las siguientes definiciones de ‘resiliencia’: “regresar a la forma o posición inicial u original después de estar doblado, comprimido o estirado.” Además, “recuperarse prontamente de la enfermedad, de la depresión, de la adversidad, o de otras cosas semejantes; boyante.” Como una pelota de tenis, que al ser golpeada a gran velocidad, rápidamente recobra su forma, y está lista para enfrentar otra amenazante raqueta de tenis.

El cuadro de la historia que incluye Marcos (ver Marcos 7:24-30) presenta a Jesús saliendo de un importante conflicto con los líderes religiosos acerca de la contaminación ceremonial, cuando se encuentra con la mujer sirofenisa. Por regla general, los judíos no tenían contacto con los gentiles porque esto les hacía ceremonialmente *impuros*, según sus tradiciones. Y aunque Jesús de ninguna manera le restaba importancia a la clase de alimentos que eran saludables y buenos para comer, Él muestra, por su ejemplo, que es lo que está en el corazón de las personas, -lo que resulta en sus acciones hacia los demás – lo que realmente importa. De esta manera, Jesús ilustra cuán ridículas eran las tradiciones de los ancianos cuando Él toma tiempo para hablar con esta mujer gentil, la mujer sirofenisa- que estaba en una gran necesidad.

Al utilizar esta historia, Marcos recalca que la misión de salvación de Dios incluye a los gentiles; que el Evangelio del amor de Dios y de Su reino no se limitan solamente a Israel, aunque Jesús establece claramente que Israel ha de tener la primera oportunidad. La verdad del motivo de Marcos al incluir el ejemplo de la mujer sirofenisa en este pasaje es que él quiere que sus lectores romanos (gentiles) entiendan que las buenas nuevas de salvación son para todos, inclusive para ellos, los gentiles. Ese pasaje sigue teniendo vigencia hoy para nosotros.

Leyendo cuidadosamente las narrativas de los Evangelios nos llevará a darnos cuenta de que sola una vez, anteriormente, Jesús había incursionado al territorio de los gentiles – en Marcos 5:1-20- cuando Él se encontró con un hombre poseído por los demonios, en el país de los gadarenos, en la costa oriental del Mar de Galilea. Sin embargo, esta vez Jesús parece permanecer

en la región por un tiempo. Él había viajado a la región de Fenicia -lo que actualmente es El Líbano- donde se encontraba localizada la ciudad de Tiro, sin una agenda obvia de evangelismo público en mente. El relato bíblico parece indicar que Jesús buscaba algún lugar para descansar con sus discípulos, y así escapar de la continua persecución de los dirigentes religiosos, que siempre le acosaban.

Jesús sabía que los escribas y los fariseos no querían contaminarse a sí mismos al entrar al territorio de Galilea. Pero a pesar de sus esfuerzos de descansar un poco, Jesús no pudo mantener en completo secreto su presencia en la región.<sup>2</sup> Siempre es importante observar y saber cómo la presencia de Dios y Su Providencia trabajan en la misión de “buscar y salvar a los perdidos (véase Lucas 19:10), a pesar de las barreras que erigían las costumbres de aquellos días. Si bien es cierto que Jesús procuraba descansar un poco con sus discípulos después de los malos ratos que había pasado con los dirigentes de la iglesia, que habían distorciónado los planes de Dios para satisfacer sus propias preferencias; no debe escapar de nuestra atención el hecho de que el enfoque de Jesús era siempre aliviar el dolor de la gente al darles acceso a su presencia salvífica.

Elena White describe la escena en el *El Deseado de Todas las Gentes* al afirmar: “Al venir a esta región Él esperaba encontrar el retiro que no había hallado en Betesda. Aun así, no era éste Su único propósito al hacer esta gira.”<sup>23</sup>

Matthew Henry—el gran expositor de la Biblia del siglo XVII- describe lo que ocurre con Jesús mientras está en la región de Tiro y Sidón, al sugerir:

Cuán gentilmente complacido se hallaba de manifestarse a sí mismo, a pesar de las circunstancias. Aunque no llevara una gran cosecha milagrosa de curaciones a aquellas partes, nos parece, sin embargo, que vino a propósito para dejar un puñado, para dejarnos esta estampa que temenos aquí retratada. Él no podía ser Escondido; una vela puede ser cubierta por un almud, pero no el sol. Cristo era demasiado bien conocido para quedar por mucho tiempo escondido en la incognita en cualquier parte. El aceite de la alegría con el que estaba ungido, como el unguento de la mano derecha, se derlataba a sí mismo, y llenaba toda la casa de su olor. Aquellos que solo habían oído hablar de su fama no podían conversar con Él, pero pronto podrían decir: “Éste tiene que ser Jesús.”<sup>24</sup>

Interesantemente, las reglas que los líderes religiosos judíos habían establecido para separarse a sí mismos de la otra gente, en vez de permitir que Dios los usara como instrumentos de Su Gracia hacia aquellos que estaban en gran necesidad, indiscutiblemente hace que esta historia en los evangelios muy provocadora. Pareciera que para estos líderes religiosos, las divisiones étnicas, el prejuicio y la separación social eran más importantes que el alcanzar el propósito para el cual Israel había sido llamado como el especial Tesoro de Dios, como Su pueblo especialmente escogido. Sin embargo, tenemos que admitir que el encuentro de la mujer sirofenisa con Jesús rompe toda índole de barreras sociales y de costumbres, como pueden verse a través de la perspectiva de los dirigentes judíos. “En el pensamiento de la Palestina del primer siglo, esta mujer tenía una cantidad de discapacidades. Era gentil, era mujer, y posiblemente era una madre soltera. Pero ninguno de estos factores le impidió venir a Jesús en procura de ayuda, ni el enfrascarse en una retante conversación con Él.”<sup>25</sup> La mujer sirofenisa demuestra una

admirable resiliencia frente a circunstancias asombrosamente retantes.

Elena White comparte lo siguiente, dándonos una descripción más completa del contexto de la figura central del personaje que se nos desenvuelve en esta estampa:

“Los habitantes de esta región pertenecían a la antigua raza cananea. Eran idólatras, despreciados y odiados por los judíos. A esta clase pertenecía la mujer que ahora había venido a Jesús. Era pagana, y por lo tanto estaba excluida de las ventajas que los judíos disfrutaban diariamente. Había muchos judíos que vivían entre los fenicios, y las noticias de la obra de Cristo habían penetrado hasta esa región. Algunos de los habitantes habían escuchado sus palabras, y habían presenciado sus obras maravillosas. Esta mujer había oído hablar del profeta, quien, según se decía, sanaba toda clase de enfermedades. Al oír hablar de su poder, **la esperanza había nacido** en su corazón. Inspirada por su amor maternal, **resolvió** presentarle el caso de su hija. **Había resuelto** llevar su aflicción a Jesús. El debía sanar a su hija. Ella había buscado ayuda en los dioses paganos, pero no la había obtenido. Y a veces se sentía tentada a pensar: ¿Qué puede hacer por mí este maestro judío? Pero había llegado esta nueva: Sana toda clase de enfermedades, sean pobres o ricos los que a él acudan por auxilio. **Y decidió** no perder su única esperanza. DTG 365.2.”<sup>6</sup>

Lo que queda abundantemente claro en el texto – al lector atento de la Biblia – es que “la desesperada necesidad de su hija, y su fe radical en las bondades de Dios hicieron que ella se humillara ante Jesús – cayendo a Sus pies – y se arriesgara a cruzar toda clase de barreras sociales.”<sup>7</sup> En el capítulo 3 de Marcos, Jesús sanó a un hombre que tenía una mano seca, en el sábado. Los fariseos se enojaron a causa de lo que Jesús hizo, e inmediatamente se fueron a tramar con los herodianos, procurando destruir a Jesús. Marcos 3, versículos 7 y 8 nos da algunas claves acerca de cómo la mujer podía haber sabido acerca de Jesús. El texto nos dice: “Pero Jesús se retiró con sus discípulos al mar, y lo siguió una gran multitud de Galilea y de Judea. Al oír las grandes cosas que hacía, mucha gente vino a Él desde Jerusalén, Idumea, del otro lado del Jordán, y de la región de Tiro y Sidón.” He aquí una clave tangible acerca de cómo la mujer pudo haber sabido acerca de Jesús. Tal vez una prima o una amiga de la mujer sirofenisa estuvo entre la multitud que había presenciado el poder de Dios en Jesús, y vino de vuelta a Tiro y Sidón con las noticias acerca del Rabí de Galilea.

En el versículo 26, se inicia la conversación entre Jesús y la mujer sirofenisa – muy probablemente en griego, en vez de en arameo – según algunos comentaristas.<sup>8 9 10</sup> Aunque no era griega de nacimiento, (ya que se nos dice que era sirofenisa) [muy probablemente era de ascendencia griega, porque] evidentemente ella había sido helenizada en su cultura y en su idioma, por lo que el texto la identifica como griega. “Deja que primero se sacien los hijos.” -le dice Jesús en el versículo 27. “No es bueno tomar el pan de los hijos y echarlo a los perrillos”. El lenguaje que Jesús usa en esta conversación con la mujer nos suena como un lenguaje de pelea o de quisquilla. Estas palabras son, en realidad, humillantes, degradantes e hirientes. Pero la mujer sirofenisa demuestra una resiliencia increíble. ya que ella se mantiene enfocada en el objetivo de su misión – la curación de su hija de un espíritu inmundo.

Con bastante frecuencia los judíos utilizaban el vocablo ‘perros’ para referirse a los gentiles. Y aunque nos parece que Jesús no usaría esos términos, también nos parece casi seguro que Jesús utilizó la palabra con el mismo significado. El significado obvio es dar a entender que los judíos tomaban precedencia sobre los gentiles durante el tiempo del ministerio de Jesús. Sin embargo, Jesús procura suavizar, en cierto modo, la dureza de esas palabras al usar la forma diminutiva de ‘perrillos’,

que sería como decir: ‘cachorritos’, haciendo así referencia a las pequeñas mascotas mimadas que se mantienen en las casas, en vez de a los peligrosos y temidos depredadores de desperdicios que se veían por las calles de las ciudades. La rudeza aparente de las palabras de Jesús pueden haber servido para probar la fe de la mujer.<sup>11</sup> Pero ella se aferra firmemente a lo que la ha motivado a venir.

Comentando sobre la respuesta de Jesús, que nos parece tan fuera de lugar en sus labios, a una mujer en sufrimiento y atormentada por sus circunstancias, Elena White dice en *El Deseado de Todas las Gentes*: “Aunque esta respuesta parecía estar de acuerdo con el prejuicio de los judíos, era una reprensión implícita para los discípulos, quienes la entendieron más tarde como destinada a recordarles lo que él les había dicho con frecuencia, a saber, que había venido al mundo para salvar a todos los que querían aceptarle. (DTG 366.3).”<sup>12</sup>

A pesar de la respuesta aparentemente sarcástica, cínica y cortante de Jesús al pedido de la mujer sirofenisa de que le sacara el demonio a su hija (v. 26); la fe de ella no le flaqueó, su fe no iba a ser derruida. De hecho, su resiliencia – la capacidad de recuperarse rápidamente de la adversidad – la ha mantenido firme, lo que puede dramatizarse en las palabras del himno de la época de la esclavitud de los negros afroamericanos en el sur de los Estados Unidos, que interpreta James Cleveland, y que dicen, (traducidas libremente): “*Yo no siento ya cansancio, yo he llegado muy lejos de donde estaba. Nadie me dijo que el camino iba a ser fácil. No creo que Él me haya traído tan lejos, para abandonarme ahora.*”

Jesús había dejado una pequeña rendija abierta al afirmar que los gentiles tendrían la oportunidad de escuchar el evangelio y de beneficiarse de Su ministerio. En cuanto a la mujer sirofenisa, el momento era ‘ahora’. De hecho, esta era la oportunidad de *asir el momento* —(carpe diem). Ella estuvo de acuerdo con Jesús en que a Israel le tocaba primero. Pero su fe radical y firme se rehusaba a aceptar que ella estaba ‘excluida’. De hecho, su respuesta, en el versículo 28 fue: “Sí, Señor. Pero aun los perrillos debajo de la mesa, comen de las migajas de los hijos.” Al responder de esta manera, ella expresaba su fe perseverante, y su segura confianza en la bondad de Dios. Ella ve las barreras de la raza, de la cultura y del género como asuntos superficiales ante su gran necesidad. El requisito verdaderamente genuino es la auténtica sanidad interior, y solo el Evangelio puede elevarse por sobre tales barreras para crear tal sanidad en esta alma, desesperada por conseguir la sanidad de su hija.<sup>13</sup>

Demostando la profundidad de su fe en Dios, a pesar de las barreras sociales entre los judíos y los gentiles, Jesús honra la resiliencia de la mujer sirofenisa, como leímos en el versículo 29: “Entonces [Jesús] le dijo: ‘Por lo que has dicho, puedes irte. El demonio ha salido ya de tu hija.’”

Elena White hace un marcado contraste entre la la espiritualidad superficial demostrada por los escribas y los fariseos, por un lado, y por el otro, la resiliencia y la profunda fe de la mujer sirofenisa. Ella lo expresa en las siguientes palabras:

Jesús acababa de apartarse de su campo de labor porque los escribas y fariseos estaban tratando de quitarle la vida. Ellos murmuraban y se quejaban. Manifestaban incredulidad y amargura, y rechazaban la salvación que tan gratuitamente se les ofrecía. En este caso, Cristo se encuentra con un miembro de una raza infortunada y despreciada, que no había sido favorecida por la luz de la Palabra de Dios; y sin embargo esa persona se entrega en seguida a la divina influencia de Cristo y tiene fe implícita en su capacidad de concederle el favor pedido. Ruega que se le den las migajas que caen de la mesa del Maestro. Si puede tener el privilegio de un perro, está dispuesta a ser considerada como tal. No tiene prejuicio nacional ni religioso, ni orgullo alguno que influya en su conducta, y reconoce inmediatamente a Jesús como el Redentor y como capaz de hacer todo lo que ella le pide. DTG 367.2<sup>14</sup>

El punto culminante de esta historia se encuentra en el versículo 30, donde nos dice: “Y cuando ella llegó a su casa, encontró a su hija en cama, y que el demonio había salido.”  
 ¡¡¡Aleluiah!!! ¡Alabado sea Dios, de Quien fluyen todas las bendiciones!

La fe resiliente y firme de esta mujer sirofenisa, sin presunciones ni pretensions, pero que tampoco puede ser derruida, ni desviada de su propósito, permitió que el poder de Dios obrara en favor de su hogar, sanando a su hija del demonio que la había atormentado. La mujer sirofenisa demostró claramente lo que significa luchar con Dios y no dejarle ir hasta haber recibido la bendición necesitada. Ella debe haber sabido algo acerca de la historia de Jacob, registrada en Génesis 32, donde el patriarca clama a Dios mientras lucha con el Ángel de Jehová (v. 26), diciéndole: “No te dejaré si no me bendices”.

## IV. CONCLUSIÓN

Lo contrario u opuesto a la depression no es la felicidad, -escribe Peter D. Kramer en su libro: *Against Depression*. Lo opuesto a la depression es la resiliencia. No es la ausencia de la culpa y de la tristeza, sino que es la habilidad de hallar un sendero que nos aleje de estos sentimientos. Jesús nos libera para que seamos resilientes; y para que hallemos el sendero hacia una vida abundante.<sup>15</sup>

El reto ante nosotros hoy, como personas que hemos sido favorecidos con el conocimiento de la salvación y de la gracia de Dios, es hacer algo para presentar el verdadero propósito de nuestra fe; como podemos llegar a ser personas resilientes con relaciones resilientes. Debemos proponernos determinadamente a no ser como los escribas y los fariseos -haciendo cosas grandes de las cosas pequeñas- cuando las personas están muriendo alrededor nuestro de COVID-19, y cuando tantas personas se hallan en una profunda y peligrosa desesperación. No podemos permitir que asuntos de mínima importancia nos detengan, tales como los prejuicios raciales, culturales o étnicos, cosas que procuran alejarnos y/o separarnos de las personas que necesitan nuestro cuidado y nuestra atención.

Pueblo de Dios, es casi media noche en la historia de nuestro mundo. Tenemos que tomar muy en serio las ventajas de las oportunidades que Dios nos provee para introducir a Jesús a nuestros vecinos, a nuestros familiares y a nuestros amigos. En vez de malbaratar las oportunidades que nos llegan, tememos que determinar intencionalmente ser la sal y la luz para los

‘sirofenicios’ en nuestros círculos de influencia, que palpan a tientas, en tinieblas y en

desesperación cada día.

Hay mujeres y hombres, esposos y esposas, madres y padres, padres e hijos, viudas y divorciados, abuelos y adultos solteros quienes necesitan nuestro apoyo y nuestro interés en su dolor y quebrantamiento. El comportarnos como los antiguos escribas y fariseos – discutiendo sobre dogmas inoperantes, sobre teorías de conspiración e ideologías políticas, etc., etc. – nos volverá tan inefectivos, tan improductivos y tan estériles como la sal que ha perdido todo su sabor (Lucas 14:34). Es tiempo de despertarnos de nuestra somnolencia, de levantarnos de nuestro sueño y letargo. Es tiempo de ceñirnos, desperezar nuestras mentes, y junto a nuestras familias, con las fuerzas que nos provee nuestro Señor, decir: *“Yo iré con mi familia”* a los Tiros y Sidones de nuestro context particular, confiando en la Providencia de Dios, en Su poder y en Su Gracia para que nos envíe algún sirofenicio o alguna sirofenicia resiliente que esté necesitando algún milagro para poder libertar a su familia de las garras del maligno, y hallar liberación en el Cristo que reclamamos conocer, por medio de la asistencia de nuestro amor y de nuestro compromise.

Permita Dios, que nosotros, como la mujer sirofenisa, hallemos la senda que conndice a Jesús, y que con la resiliencia resolute, roguemos por las migajas de Sus bendiciones. Permita Dios que estemos deseosos de compartir las bendiciones que hemos recibido con gozo y deleite con aquellos genuinos indagadores que necesitan el amor Salvador y la gracia de Jesús. Entonces estaremos listos para unirnos en el canto del poderoso himno de la iglesia:

## #302 - **Grato es contar la historia**

**1** Grato es contar la historia / de celestial favor;  
de Cristo y de Su gloria, / de Cristo y de Su amor.  
Me agrada referirla, / pues sé que es la verdad;  
y nada satisface / cual ella mi ansiedad.

### *Coro/Refrain*

¡Cuán bella es esta historia! / Mi tema allá en la Gloria  
será ensalzar la historia / de Cristo y de Su amor.

**2** Grato es contar la historia / más bella que escuché,  
más áurea, más Hermosa / que cuánto yo soñé.  
Contarla siempre anhelo / pues hay quien nunca oyó  
que, para redimirle, / el buen Jesús murió.

**3** Grato es contar la historia / que placentera es;  
y es más, al repetirla, / preciosa cada vez.  
La historia, pues, que canto / oíd con atención,  
Porque es mensaje santo / de eterna salvación.

**4** Grato es contar la historia / de todas la mejor,  
que cuanto más se escucha / in funde más amor  
y cuando allá en la gloria / entone mi cantar  
será la misma historia / que tento supe amar.

16

Cuando Jesús vuelva nuevamente, es nuestro deseo que, como el árbol resiliente que sobrevivió en Oklahoma City, Oklahoma; a pesar de los ataques y de los asaltos de Satanás, que nosotros también seamos personas resilientes en relaciones resilientes; que podamos estar firmes de pie, por medio de la gracia de Dios. Quiera Dios bendecirnos hoy y siempre, al confiarle nuestras relaciones familiares y todas nuestras otras relaciones, para llegar a ser sal y luz hasta el regreso de Jesús en Gloria.

## NOTAS

- <sup>1</sup> Lucado, M. (2006). *Facing your giants: God still does the impossible*. pp. 43-44. Loveland, CO: W Publishing Group.
- <sup>2</sup> Cooper, R. L. (2000). *Mark* (Vol. 2, pp. 120–121). Nashville, TN: Broadman & Holman Publishers.
- <sup>3</sup> White, E. G. (1940). *The Desire of Ages*. p. 399. Mountain View, CA: Pacific Press Publishing Association.
- <sup>4</sup> Henry, M. (1994). *Matthew Henry's commentary on the whole Bible: complete and unabridged in one volume* (p. 1793). Peabody: Hendrickson.
- <sup>5</sup> Dybdahl, J. L. (Ed.). (2010). *Andrews Study Bible Notes* (pp. 1306–1307). Berrien Springs, MI: Andrews University Press.
- <sup>6</sup> White, E. G. (1940). *The Desire of Ages [El Deseado de todas las gentes]*. pp. 399-400. Mountain View, CA: Pacific Press Publishing Association.
- <sup>7</sup> Cooper, R. L. (2000). *Mark* (Vol. 2, pp. 120–121). Nashville, TN: Broadman & Holman Publishers.
- <sup>8</sup> Brooks, J. A. (1991). *Mark* (Vol. 23, p. 121). Nashville: Broadman & Holman Publishers.
- <sup>9</sup> Cooper, R. L. (2000). *Mark* (Vol. 2, p. 120). Nashville, TN: Broadman & Holman Publishers.
- <sup>10</sup> Wuest, K. S. (1997). *Wuest's word studies from the Greek New Testament: for the English reader* (Vol. 1, p. 152). Grand Rapids: Eerdmans.
- <sup>11</sup> Brooks, J. A. (1991). *Mark* (Vol. 23, p. 121). Nashville: Broadman & Holman Publishers.
- <sup>12</sup> White, E. G. (1940). *The Desire of Ages [El Deseado de todas las gentes]*. p. 401. Mountain View, CA: Pacific Press Publishing Association.
- <sup>13</sup> Cooper, R. L. (2000). *Mark* (Vol. 2, p. 121). Nashville, TN: Broadman & Holman Publishers.
- <sup>14</sup> White, E. G. (1940). *The Desire of Ages [El Deseado de todas las gentes]*. p. 401. Mountain View, CA: Pacific Press Publishing Association.
- <sup>15</sup> The Great Lion of the Lord (December 11, 2005). *Homiletics Online*. Retrieved September 22, 2021, from <https://www.homileticsonline.com/members/installment/93000107>
- <sup>16</sup> Hankey, A.K., Fischer, W.G. (1866) I love to tell the story. In *The Seventh-day Adventist hymnal*. (1985). Washington D.C. reviewand Herald.

# TÚ TE LEVANTARÁS NUEVAMENTE

POR GEOFFREY MBWANA

## TEXTOS

Juan 16:33

Mateo 20:19

1 Cor 15:22

2 Cor 4:8-10; 16-18

Lucas 12:8

Gén 37-41

La pandemia causada por el COVID-19 ha trastornado nuestras vidas de maneras que jamás imaginamos posible. Los efectos de esta enfermedad han producido grandes sufrimientos sobre muchos, no solo por medio de la enfermedad, sino también porque millones de preciosas vidas —muchas de ellas, las de nuestros seres amados— han sido segadas con la muerte. El virus ha traído mucho dolor y quebranto a nuestros corazones. Todavía estamos curando heridas, mientras que, a la vez, llevamos grandes cicatrices debido a sus consecuencias. Nuestra fortaleza ha sido probada hasta el máximo. Las relaciones familiares También han sido probadas hasta lo sumo. Aún se escuchan los lastimeros lamentos: ‘¿Quién sanará nuestras heridas?’

En tiempos como estos, podemos mirar hacia atrás, hacia nuestro pasado, y obtener instrucciones sobre cómo podemos mejor navegar nuestra presente realidad. Más de dos milenios atrás, Jesús advirtió a Sus discípulos, en Juan 16:33: “Estas cosas os he escrito para que en mí tengáis paz. En el mundo tendréis aflicción. Pero tened buen ánimo, YO he vencido al mundo.” Aun a través de las severas pruebas que hemos experimentado a causa de la pandemia del COVID-19, podemos hallar consuelo en la Palabra de Dios. Jesús no solo nos advirtió de las dificultades que íbamos a enfrentar al vivir en este mundo; Él nos anima a que contemplemos Su Victoria. Porque Él venció, también nosotros podemos vencer en el poder de Su Nombre si solo así escogemos y decidimos hacerlo.

**Geoffrey Mbwana**, M.A. es Vice Presidente General en la Sede Mundial de la Asociación General de los Adventistas del Séptimo Día en Silver Spring, Maryland, EE. UU. A.

Cuando los discípulos de Cristo estaban a punto de pasar por los profundos retos que rodeaban la muerte de Jesús, Él también les aseguró que en “el tercer día resucitará” (Mateo 20:19). Ésta era una información dulce-amarga que los discípulos no pudieron comprender, ni aún aceptar, hasta que ellos vieron a su Maestro crucificado. Les envolvió una gran tormenta de duda y de falta de fe con respecto a si Él verdaderamente era el Mesías. Luego, en la mañana del tercer día, tal como Él les había anunciado, Él se levantó otra vez. Elena G. de White lo describe de esta manera: “Él irrumpió de la tumba y se levantó triunfante sobre la muerte y el sepulcro.”<sup>1</sup> Esta victoria maravillosa es totalmente completa en Jesús; sin embargo, no está restringida solamente a Él. El apóstol Pablo repite el mensaje para asegurar a toda la humanidad hoy, “Porque así como en Adán todos mueren, así en Cristo todos serán vueltos a la vida.” (1 Corintios 15:22) **¡Sí, nosotros nos levantaremos otra vez!** ¡Qué tremenda seguridad! ¡Nosotros saltaremos de nuevo a la vida después de que seamos azotados con la muerte por el peor de los enemigos de la vida, *la muerte!* Aún antes de que hallamos experimentado la muerte, tenemos que encontrarnos con múltiples situaciones en la vida, que nos tumban. Pero Jesús, quien pasó por la experiencia de la humanidad al vivir [treinta y tres años] en nuestro medio, nos ayuda repetidamente a levantarnos victoriosos -al ser resilientes- después de que nos acontecen tragedias es esta vida.

La goma o el caucho tiene características admirables cuando las aplicamos [en paralelo] a las situaciones de la vida. La goma, al ser doblada, comprimida, estirada, o lanzada para que rebote, finalmente regresa a su forma o a la posición original cuando la soltamos, o cuando le quitamos la presión. Estas cualidades de elasticidad, de flotación, de plegabilidad, de flexibilidad y de recuperación rinden su utilidad preferida en varias situaciones y circunstancias debido a su capacidad de adaptación a estas situaciones. La resiliencia, como la de la goma o el caucho, es esencial para la vida.

Cuando azotan las dificultades, nosotros sentimos el dolor al llorar y al lamentarnos. Manoteamos a tientas, buscando una salida para escapar, para hallar sanidad y esperanza. En los momentos como estos, nos sentimos tensamente estirados como la goma o el caucho. Cuando pasan las dificultades, a veces permanecemos un tiempo contemplando los efectos, los resultados de la catástrofe. Para algunas personas, este tiempo de contemplación puede ser corto; o de mayor duración para otros; y aún otros, pareciera que no pudieran salir de esta contemplación después de los hechos. ¿Cómo manejamos estos golpes o azotes de la vida, que es seguro que vamos a tener que enfrentarlos en este mundo? Las buenas noticias son que tenemos un caudal de consejos y de dirección de parte de Aquel que ya venció. Estos consejos han sido probados en el calor del fuego y de la fragua, y han demostrado su eficacia. Tenemos sólidos consejos probados que han sido escritos para guiarnos e instruirnos. Al tomar el tiempo para escuchar, al leer estos consejos, nosotros también seremos guiados a la victoria. Al el apóstol Pablo escribir a los corintios, demostró e ilustró lo que significa la resiliencia en el siguiente consejo: “Estamos atribulados en todo, pero no angustiados; en apuros, pero no desesperados; perseguidos, pero no desamparados; abatidos, pero no destruidos. Llevamos siempre en nuestro cuerpo la muerte de Jesús, para que también Su vida se manifieste en nuestro cuerpo.” (2 Corintios 4:8-10)

Es como dulce música en nuestros oídos cuando – en medio de nuestras aflicciones – podemos escoger escuchar la dulce y melodiosa voz de nuestro Señor Jesucristo, diciéndonos: **“Tú te levantarás de nuevo.”** Después de cada situación aplastante y devastadora, puede haber

un nuevo ‘levantarse’; si no en este mundo físico, entonces ciertamente en el dominio espiritual. Cuando esto se repite y se repite recurrentemente, se crean hábitos, y los hábitos cultivados forman, construyen el carácter. Y nosotros vamos siendo re-creados a la imagen original de Dios. Veamos un ejemplo que ilustra la resiliencia en la vida cristiana.

## EL RESILIENTE JOVEN JOSÉ

A la edad de diecisiete años, el más amado de los hijos de Jacob, recibió un sueño que lo dejó perplejo; y que probablemente él no reconoció como una revelación de Dios, el Creador de todo. En su sueño, él vio el proceso de atar gavillas o manojos de espigas de trigo, que llevaban a cabo todos sus hermanos y él mismo. “Estábamos en el campo atando gavillas, y mi gavilla se levantó y quedó derecha. Y vuestras gavillas estaban alrededor y se inclinaban a la mía.” En sus intentos de conseguir ayuda para entender el sueño, José fue malentendido por sus hermanos mayores, como si él estuviera queriendo implicar la horripilante realidad de que un miembro tan joven de la familia gobernaría sobre todos ellos. A ese punto, lo que para José había sido un exitante sueño, se convirtió en fuente de amargura entre los hermanos. El testimonio repetido en otro sueño, donde él vio que “el sol, la luna y once estrellas se inclinaban ante mí” (Génesis 37:9) solo sirvió para agravar los celos y el odio prevaleciente que existía a causa del trato preferencial que José recibía de su padre. Aunque su padre, Jacob, se maravillaba de escuchar los sueños, él mantenía estos asuntos guardados en su corazón. Este segundo intento de compartir el sueño era probablemente un reflejo de la inocencia o ingenuidad de José, o posiblemente de su valor, de su arrojo y de su curiosidad.

La primera experiencia estremecedora de José ocurrió cuando su padre le envió a visitar a sus hermanos, quienes, en la cúspide de su aservo odio, conspiraron para matarlo. Rubén, el hermano mayor, intervino para preservarle la vida al muchacho, José. El momento dolorosamente desafortunado de la cruel separación de sus amados ocurrió al ellos lanzarlo a la cisterna seca, y luego al venderlo como esclavo a los mercaderes ismaelitas. Los hermanos mintieron maliciosamente a su padre, diciéndole que algún animal salvaje había matado a José. Si se me preguntara cómo José manejó esta serie de dificultades traumáticas que se le enfrentaron durante esta parte de su vida, yo propondría que él escogió u optó por conectarse.

## CONECTARSE CON DIOS CONFIANDO EN ÉL

José llegó a Egipto, y ‘atterizó’ como un esclavo doméstico en la casa de Potifar, Capitán de la Guardia de Faraón. El hijo más amado de su padre es ahora un esclavo en una tierra lejana y extraña, sin la más remota esperanza de volver a ver a su familia. Sin nadie más a quien acudir, José escogió confiar en Dios, y resolvió permanecer fiel a Él. José resolvió, además, que lo que se le asignara a hacer, lo haría como si fuera para Dios. José, por lo tanto, sirvió con excelencia e integridad, permaneciendo fiel a Dios. Él no quería quedarle mal a Dios, ni darle un mal nombre. Cuando fue inducido por la esposa de Potifar a cometer pecado, él respondió: “¿Cómo, pues, haría yo este gran mal, y pecaría contra Dios?” (Génesis 39:9) José nunca dejó de servir a Dios, y Dios nunca dejó de bendecir a José. Y como resultado: “El Señor estuvo con José y fué prosperado en todo lo que hacía.” (Génesis 39:2) Aunque fue rechazado por sus propios

hermanos carnales, y hecho padecer una larga separación de su familia, él se mantuvo aferrado a Dios. He aquí donde se encuentra el secreto de una resiliencia duradera. El confiar en Dios de todo corazón ayudará a cualquier persona a levantarse de nuevo. Puede verse cómo José rebotó de nuevo, cómo volvió a levantarse triunfantemente, y literalmente a prosperar en el favor de su amo terrenal, a su vez siervo del reino más poderoso de su tiempo. José tuvo éxito porque él se conectó y confió en Cristo Jesús, el Rey del Universo.

## **CONECTARSE A TRAVÉS DE LA EXCELENCIA Y LA INTEGRIDAD**

Al momento en que José comenzó a disfrutar de los favores que recibía, le azotó otro terrible golpe. La dama de la casa, que había intentado inducirlo a pecar, se tornó en su contra, y le acusó de querer deshonorarla. Esto no agradó en nada a su esposo, el Capitán, de manera que fue lanzado a la cárcel. De la noche a la mañana, José se tornó del mayordomo de la casa del Capitán Potifar, bendecido por Dios, en un esclavo preso en una mazmorra egipcia. Solo podemos imaginarnos cuán devastador fue este golpe para José. Ya era suficientemente malo el hallarse separado de su familia por los viles actos de sus hermanos. ¡Ya era suficientemente malo el hallarse lejos de su hogar y de su país, el haber sido esclavizado, pero ahora, el estar en una mazmorra egipcia por unas acusaciones falsas era casi insoportable! Pudiera entenderse si nuevamente se sumiera en la desesperación debido a su terrible condición. No solo se hallaba en el pozo de una prisión, sino también en el profundo pozo de la desesperanza y el abatimiento. ¿Iba a ser ésta la estocada final que iba a demoler a José, y a llevarlo a la nada? ¡No! No a José. Él había escogido otra ruta, otro camino.

José no se resistió al arresto. No hay registro de que él librara una intensa batalla legal para defender su Inocencia. A pesar de las circunstancias injustas en las que se hallaba, José no permitió que aquello que estaba fuera de su alcance le enterrara en la desesperación. Al enfrentarse a la difícil realidad de su vida en la prisión, José continuó confiando en Dios, y se propuso en su corazón ser la mejor persona que pudiera ser. “Pero el Señor estuvo con José, y le extendió Su bondad, y le dio gracia en ojos del jefe de la cárcel.” (Génesis 39:21).

José sobresalió con la misma integridad que le había llevado a la cárcel, y llegó a ser un dirigente de los prisioneros. José no necesitaba ser supervisado por el guardián de la cárcel “porque el Señor estaba con José, y lo que él hacía, el Señor lo prosperaba.” (Génesis 39:23). Es digno de notarse que Dios honraba la confianza de José en Él, y su determinación de hacer lo mejor, sin importar las circunstancias. Como el honrar a Dios y confiar en Él seguían siendo las prioridades de José durante su vida en la prisión, Dios le mostró Su favor por medio del guardia de la prisión, y de los mismos prisioneros; otro punto importante en el caminar de José con Dios.

## **CONECTAR CON LAS PERSONAS POR MEDIO DEL CUIDADO SERVICIAL**

Mientras José estaba en la prisión, el jefe de los coperos y el jefe de los panaderos del Faraón, dos de los principales oficiales del Palacio, que habían sido acusados de malas prácticas, fueron enviados a la misma prisión donde estaba José, y fueron puestos bajo el cuidado inmediato y directo de José. Después de haber pasado algún tiempo en la prisión, los dos oficiales, a su vez,

tuvieron sendos sueños inquietantes. José, que sufría por la separación de su familia, eligió conectarse con los presos a su cargo. Él notó la preocupación en el semblante de ellos, y procuró ayudarles interpretando los sueños de ellos. En tres días, como había, predicho José, el copero fue restaurado a su cargo en el Palacio Real. El panadero, por su parte, cumpliéndose la interpretación de José del sueño de éste, fue decapitado. José no se había preocupado excesivamente ni se había sentido devastado por haber sido falsamente acusado y lanzado a la prisión. Él se preocupaba genuinamente por el bienestar de aquellos bajo su cuidado; y no esquivaba las oportunidades de usar los talentos que Dios le había concedido para bendecir a otros. Los dones dados por Dios son herramientas ponderosas, que cuando son puestas en uso desinteresadamente y por amor hacia el servicio a los demás, pueden ayudar a levantar a cualquiera de las profundidades de la desesperación a una feliz vida de servicio a los que están pasando por circunstancias estresantes. Cuando quiera que nos encontremos agobiados, consideremos lo que Dios ha puesto en nuestras manos, y escojamos utilizarlo para el bien de aquellos que se hallan en nuestra esfera de influencia. Amemos a las personas, y sirvámosle con humildad.

## CONECTADOS AL RECONOCER A DIOS EN TODAS LAS COSAS

En el sendero de José de repetidas palizas, y en sus idas y venidas de un lado a otro como esclavo, llegó el momento en que Faraón tuvo sus sueños. El copero que había estado en prisión con José se acordó del dotado joven hebreo, quien había interpretado sus sueños, y se lo mencionó al Faraón, relatándole la historia de su propio sueño y del sueño del panadero, y de las precisas interpretaciones de José. El rey dio órdenes para que José, el dotado joven hebreo, fuera traído al palacio real para que ayudara a interpretar el sueño del rey. Cuando el Faraón le preguntó a José si él entendía e interpretaba sueños, José no se tomó el crédito para sí, sino que dirigió la atención del rey a Dios, a quien verdaderamente pertenece el ‘crédito’. “José respondió a Faraón: ‘No está en mí. Dios será el que responda paz a Faraón.’” (Génesis 41:16) Así que Faraón repitió su sueño, y José interpretó el sueño que ni los magos ni ninguno otro en todo Egipto pudieron interpretar. También José aconsejó al Faraón en cuanto a lo que debía hacer para evitar la pérdida de la vida de las personas a través del mayor reino sobre la tierra, durante los siete años de severa hambruna que seguirían a los siete años de gran abundancia. En esta situación, José tuvo la oportunidad, y la aprovechó al máximo, de exaltar el Nombre del Dios del Cielo como el Único capaz de resolver estos misterios y de dar las soluciones adecuadas. Esta era la solución perfecta, cuando los magos y los sacerdotes de todos los ídolos de Egipto no habían podido dar la interpretación correcta a las visiones del Faraón. Estos momentos de desesperación son los más adecuados para exaltar y reconocer a Dios, quien es la gran esperanza para el mundo.

La respuesta inmediata de Faraón ha quedado registrada para nuestra enseñanza: “Y dijo Faraón a sus siervos: ‘¿Hallaremos a otro hombre como éste, que tiene el Espíritu de Dios?’” (Génesis 41:38) *Asombrosamente* él respondió su propia pregunta, afirmandole a José que “‘Ya que Dios te ha hecho saber todo esto, no hay entendido ni sabio como tú. Tú estarás a cargo de mi casa, y por tu dicho se gobernará todo mi pueblo. Solo yo seré mayor que tú en el trono.’ Y agregó Faraón a José: ‘Ahora te he puesto sobre toda la tierra de Egipto.’” (Génesis 41:39-41)

¡Qué grandioso momento para José! Un asombroso ascenso al poder en una tierra extraña. José jamás se imaginaba que, en un país extraño, un esclavo hebreo jovencito iba a tener un rebote tan extraordinario, y sin el apoyo de su familia. El registro de esta historia en la Biblia sirve para asegurarnos de las palabras de Jesús, cuando aseguró "...que todo el que me confiese ante de los hombres, también el Hijo del Hombre lo confesará ante los ángeles de Dios." (Lucas 12:8) ¡Recordemos que Dios nos ayudará a elevarnos por sobre cualesquiera circunstancias dolorosas tengamos que enfrentar, por medio de Su Santo Espíritu! En esta ocasión, José rebotó al reconocer la bondad y la grandesa del Dios del Cielo ante un pueblo que no conocía a este Dios.

En la vida, no nos aprovecha rumiar sobre las decepciones, los dolores, las frustraciones ni las injusticias que nos tocan en suerte. Por el contrario, es beneficioso concentrarnos en hacer todo lo posible para librar a otros de tales situaciones utilizando las habilidades, las destrezas, el conocimiento y las experiencias que nos ha encomendado Dios, tal vez con este mismo propósito. Al hacer esto, somos gradualmente elevados de nuestras circunstancias patéticas hasta ser colocados en el pedestal que Dios ha seleccionado para nosotros. José confió en Dios, y continuó siendo la mejor persona que podía ser, aun en las peores circunstancias imaginables. Al utilizar los talentos que Dios le había encomendado, él se interesaba más por el bienestar de los demás que por su propio bienestar. Él mantenía y ejercitaba la consistencia al llevar una vida de integridad probada, cuya eficacia se había demostrado a través de las adversidades. A través de todo, José mantenía estrictamente su identidad como un joven hebreo temeroso de Dios, que confiaba en Dios, y que esperaba a que Dios lo volviera a la prominencia vez tras vez tras vez. En esa relación de colaboración, él no tenía temor de reconocer a un Dios tal, aun ante extranjeros.

## **CONECTARSE A TRAVÉS DEL AMOR Y DE LA COMPASIÓN**

La prueba más grande para José llegó cuando Dios envió a sus hermanos a encontrarse cara a cara con él por primera vez, desde el día en que lo habían hecho desaparecer en la nada. José se hallaba ahora en la cima de su éxito. Sus atormentadores estaban frente a frente con él, aunque ellos no le reconocían. Los sueños de José ahora se habían convertido en una vibrante realidad. ¿Se mantendría José en el alto pedestal de madurez al cual lo había elevado Dios, o se inclinaría al profundo pozo del odio y de la venganza hacia sus hermanos? Éste era el momento de ver el impacto de los altibajos por los cuales José había tenido que transitar durante su vida, y de determinar si este impacto había tenido un efecto positivo sobre el carácter de José.

Humanamente hablando, ésta hubiera sido la mejor oportunidad para tomar venganza. Pero José demostró lo que le ocurre a alguien que se aferra al Señor a través de los altibajos de la vida. El carácter se forma, se desarrolla a través de circunstancias como estas, ayudándonos a acercarnos a Dios. Es por medio de las experiencias dolorosas que el carácter se forma, se desarrolla y se cimenta.

"Un carácter recto es de mucho más valor que el oro de Ofir. Sin él nadie puede elevarse a un cargo honorable. Pero el carácter no se hereda. No se puede comprar. La excelencia moral y las buenas cualidades mentales no son el resultado de la casualidad. Los dones más preciosos carecen de valor a menos que sean aprovechados. La formación de un carácter noble es la obra de toda una vida, y debe ser el resultado de un esfuerzo aplicado y perseverante. Dios da las oportunidades; el éxito

depende del uso que se haga de ellas." PP54 224.1<sup>2</sup>

Al tornar 'la mejor oportunidad para tomar venganza' en un momento de perdón, de restauración y de sanidad, José demostró clara, amplia y profundamente cómo se había formado y perfeccionado su carácter. Él hizo de aquel momento lo que Dios había diseñado para cada individuo y para cada familia que se encuentra en relaciones estresantes: un momento de unidad, un momento de estrechar los vínculos familiares y personales. Cuando ocurren cosas y/o circunstancias que tienden a romper o a distorcionar los vínculos familiares y personales, es sumamente importante recordar que podemos volver a levantarnos. Y cuando llegue ese momento, también se torna en un momento YO IRÉ para construir relaciones, para reconciliar, para traer estabilidad, perdón, sanidad y unidad. ¡SÍ, TÚ TE LEVANTARÁS NUEVAMENTE! Y al hacerlo, ayuda a otros para que también se levanten nuevamente.

## CONCLUSIÓN

Como a José, Dios nos ha dado una visión para nuestras vidas. Puede que no sea tan dramática como la de José, pero Dios tiene una labor para que hagamos, ya sea individualmente o colectivamente. Algunas veces puede ser que la visión nos parezca un poco nebulosa. Dependiendo del lugar en donde estemos, puede ser que no entendamos completamente el plan que Dios tiene para nosotros. De hecho, puede parecernos imposible; y puede que sintamos la tentación de hacerlo a un lado como si fuera cualquier otro sueño más. Pero escojamos cooperar con Dios:

1. Por medio de la oración y del estudio de la Palabra de Dios constantemente
2. Confiando completamente en Dios
3. Sometiéndonos en obediencia a la dirección de Dios en nuestras vidas
4. Escogiendo amar y servir a otros incondicionalmente
5. Reconociendo los dones que Dios nos ha dado, y escogiendo utilizarlos para bendecir a otros.

Dios hará que el sueño que nos ha dado se convierta en realidad. Él nos dará el valor, las fuerzas y el espíritu de resistencia. Y recuerda siempre: si tú lo escoges, Tú Te Levantarás Nuevamente. Pablo les dio a los Corintios la siguiente seguridad, que también puede ser nuestra hoy:

“Por eso, no desmayemos. Aunque nuestro hombre exterior se va desgastando, el interior se renueva de día en día. Porque esta leve y momentánea tribulación, produce una eterna gloria, que supera toda comparación. Así, fijamos nuestros ojos, no en lo que se ve, sino en lo que no se ve. Porque lo que se ve es temporal, pero lo que no se ve es eterno.” (2 Corintios 4:16-18)

Como sucedió con José, nuestro trayecto puede ser áspero y lleno de escollos. Pero, como José, escojamos conectarnos – confiando en Dios, llevando una vida de integridad y excelencia, sirviendo a otros, reconociendo a Dios en todas las cosas, y amando a los demás mientras ejercemos compasión hacia ellos. Esta es la manera en que José pudo rebotar de cada una de las cisternas en las que fue lanzado. Por medio del poder del Espíritu Santo, nosotros también podemos levantarnos una vez más, y proclamar alegremente: YO IRÉ.

## NOTAS

1 Ellen G White, *The Truth About Angels* [La verdad acerca de los Ángeles], 209. (*The Signs of the Times*, May 30, 1895).

2 Ellen G White (1958). *Patriarchs and Prophets* [Patriarcas y Profetas], pg. 223. Mountain View, CA: Pacific Press Publishing Association.

# COMO UNA PELOTA DE GOMA O DE CAUCHO

---

POR CLAUDIO & PAMELA CONSUEGRA

## EL TEXTO

“Estamos atribulados en todo, pero no angustiados; en apuros, pero no desesperamos; perseguidos, pero no desamparados; abatidos, pero no destruidos.” (2 Corintios 4:8-9)

## INTRODUCCIÓN

Puede que algunos de los presentés se acuerde de muchos años atrás, cuando los fabricantes de juguetes salieron con un juguete que llamaron *SuperBall*. Esta bola, que se veía como otra bola o pelota de goma más, fue inventada por Norman Stingley en 1964, y fue hecha de un material extremadamente elástico, que la hacía rebotar mucho más alto o lejos que cualquier otra bola conocida hasta aquel momento. Recuerdo lanzarla contra el suelo con toda la fuerza de mi tierno brazo, y mirarla rebotar mucho más alto que el techo de mi casa, y continuar rebotando contra el suelo muchas veces más. De hecho, según Wikipedia, “puede volar por encima de un edificio de tres pisos.”

Esta SúperPelota posee la propiedad de ser increíblemente resiliente. Tiene la habilidad de rebotar, de soportar condiciones muy adversas, y de recuperarse muy rápidamente – como por ejemplo, el ser lanzada muy fuertemente contra el pavimento

**Claudio Consuegra**, DMin, es el Director del Departamento de Ministerios de la familia de la División Norteamericana de los Asventistas del Séptimo Día en Columbia, Maryland, EE UU A.

**Pamela Consuegra**, PhD, es Directora Asociada del Departamento de Ministerios de la Familia dn la División Norteamericana de los Adventistas del Séptimo Día en Columbia, Maryland, EE UU A.

o la acera. Esta bola es resiliente porque tiene la habilidad de recuperarse o de volver a su forma original después de ser doblada, estirada o comprimida. Es asombroso jugar con esta pelota, mientras tus brazos puedan lanzarla contra el suelo. Pero la *SuperBall* no es la única pelota de goma que rebota. Hay otras pelotas de goma que también son resilientes, cada una de acuerdo a las propiedades del material del cual están hechas.

Las personas también son resilientes. La resiliencia es la habilidad de manejar sus reacciones a las situaciones estresantes, de rebotar de los eventos dolorosos, y de funcionar bien aun cuando las cosas no marchan bien o cuando ocurran situaciones inesperadas. Las buenas noticias es que la resiliencia no es algo que usted tiene o que no tiene. Todos nacemos con una medida de resiliencia, que puede ser fomentada de manera que crezca y se fortalezca. A la misma vez, la resiliencia no es algo que una vez que la utilizamos, la agotamos o la perdemos. Más bien, construimos nuestra resiliencia a través de nuestras vidas - especialmente cuando hallamos alguna manera de enfrentar algún reto. Es algo como o a la manera de un músculo: mientras más se usa, más fuerte se vuelve.

Mientras que en la Biblia no se usa la palabra resiliencia ni resiliente, sí describe lo que es, o en qué consiste. En nuestro texto de hoy, el Apóstol Pablo escribe: "Estamos atribulados en todo, pero no angustiados; en apuros, pero no desesperamos; perseguidos, pero no desamparados; abatidos, pero no destruidos." (2 Corintios 4:8-9) Pablo era sumamente resiliente. Él les recordaba a los miembros de la iglesia de Corinto de todas las cosas que él había experimentado como creyente en Jesús y como misionero para Cristo.

"... En trabajos, más abundante, en azotes sin número, en cárceles más, en peligro de muerte, muchas veces. De los judíos cinco veces recibí cuarenta azotes menos uno. Tres veces fui azotado con varas. Una vez apedreado. Tres veces naufragué. Una noche y un día pasé a la deriva en alta mar. Anduve de viaje muchas veces. Estuve en peligro de ríos, en peligro de salteadores, en peligro de los de mi raza, en peligro de los gentiles. Peligros en la ciudad, peligros en el desierto, peligros en el mar, peligros entre falsos hermanos. En trabajo y fatiga, en muchos desvelos, en hambre y sed, en muchos ayunos, en frío y desnudez. Además de otras cosas, lo que sobre mí se agolpa cada día, la preocupación por todas las iglesias." (2 Corintios 11:23-28)

Pero a pesar de las dificultades, Pablo rebotaba de nuevo, y continuaba moviéndose siempre adelante. Él le dice a la iglesia de Filipos: "No que lo haya alcanzado ya, ni que ya sea perfecto, sino que prosigo, por ver si alcanzo aquello para lo cual fui también alcanzado por Cristo Jesús. Hermanos, no considero ya haberlo alcanzado; pero una cosa hago, olvido lo que queda atrás, me extiendo a lo que está delante, y prosigo a la meta, al premio al que Dios me ha llamado desde el cielo en Cristo Jesús. Así, todos los que somos perfectos, sintamos esto mismo. Y si otra cosa sentís, eso también os lo revelará Dios." (Filipenses 3:12-15)

La Biblia nos anima a seguir adelante (Filipenses 3:13-15), a vencer dificultades y tentaciones (Romanos 12:21), y a perseverar frente a las pruebas (Santiago 1:12). Pero la Palabra de Dios también provee muchos ejemplos de personas que sufrieron grandemente, pero continuaron con Su plan para sus vidas.

Tal vez podríamos escoger a Proverbios 24:16 a manera de himno tema de una vida llena de dificultades: "Porque siete veces cae el justo, y se vuelve a levantar; pero los impíos se hunden en la desgracia." (Proverbios 24:16)

Dios sabe que a veces, necesitamos como una dosis especial de ánimo, y Él susurra en nuestro oído las palabras del apóstol Pablo: "Pero Dios, que nos ama, nos ayuda a salir más que vencedores en todo." (Romanos 8:37)

Si alguien necesita resiliencia más que nunca antes, esas son las familias de nuestros días. Solo pensemos brevemente acerca de todo lo que las familias han tenido que enfrentar en los últimos doce meses. Y aun si quitáramos de la ecuación la pandemia del COVID-19 y las situaciones de las cuarentenas, aún permanece el hecho de que ¡las familias son hechas rebotar fuerte y continuamente contra el pavimento de la vida!

## CÓNYUGES RESILIENTES

[NOTA: PUEDE USTED INSERTAR SU PROPIA ILUSTRACIÓN AQUÍ]

Justo hoy, al trabajar en la preparación de este mensaje, recibimos un llamado urgente de una mujer a quien nosotros no conocemos. En ese mensaje cibernético (por correo electrónico o *email*), ella clama pidiendo ayuda porque su matrimonio está desboronándose. El esposo le dice que él quiere seguir su camino porque ya no siente amor por ella. Él sostuvo una relación adúltera hace un tiempo. Él le dice que fue porque ella no ha mostrado ningún interés sexual en él; que ella no parece tener ningún interés en tener relaciones sexuales con él, de manera que él tuvo que buscar en otras partes, hacia alguien más, para satisfacer su necesidad.

Ella dijo que lo había perdonado, y que quería tener un matrimonio bueno, saludable, feliz y estable, pero que él no quería. Una de las muchas tragedias derivadas de esta historia es que hay un niño envuelto en toda esta madeja de eventos, un niño que será testigo del rompimiento del matrimonio de sus padres, testigo de la destrucción de su propia familia.

Pero esto no tiene que ocurrir. Hemos conocido y hemos trabajado con parejas con problemas maritales muy serios, incluso múltiples casos de infidelidad conyugal. Ellos pudieron reconstruir su relación con Dios y consigo mismos. Una pareja han estado juntos por más de veinte años desde que se dieron a sí mismos y a su matrimonio a Dios. Como Pablo, ellos reclamaron la promesa: "Todo lo puedo en Cristo que me fortalece." (Filipenses 4:13)

Las parejas resilientes han descubierto que si han de rebotar de cualquier cosa que el mundo o el diablo les tire, a ellos o en su camino, no van a jugar el juego de echarse la culpa mutuamente. A diferencia de nuestros antepasados, Adán y Eva, las parejas resilientes enfrentan sus problemas juntos, en vez de echarse la culpa el uno al otro. Hay que aceptar la responsabilidad por sus asuntos, y por las cosas que hayan hecho; en vez de esconderse detrás de acusaciones de culpabilidad del uno hacia el otro. El señalar al cónyuge le desinfla, y eventualmente no será posible rebotar de vuelta.

Otra cosa que necesitamos aprender de las parejas resilientes es que ellos pueden encontrar el humor aun en situaciones muy difíciles. Esto no significa que no se tomen las preocupaciones o los problemas con seriedad. Una pareja notó que si sus riñas comenzaban a girar en espiral, saliéndose de control, con frecuencia ayudaba a bajar la tensión el hecho de que uno de los dos sonriera, y extendiendo los brazos, exclamara: "Un abrazo de oso. Vamos a resolver esto." Es sumamente importante que al hallar algún punto humorístico durante momentos difíciles y de alta tensión no se entienda como que uno de los dos cónyuges se mofe de la otra persona. Esto no solo sería muy irrespetuoso, sino que, además, no contribuye nada para ayudar a resolver el asunto ya problemático que se procura ventilar.

Los cónyuges resilientes no procuran simplemente sobrevivir; ellos quieren prosperar. Así que cuando se ven que comienzan a hundirse, ellos piden ayuda. No espera hasta estar ahogándose; ellos piden ayuda más temprano que tarde, no se diga nada de 'demasiado tarde'. Se necesita valor para pedir ayuda, pero los cónyuges resilientes saben que todas las parejas pasan por momentos difíciles en algún momento u otro; esto es parte de la vida. La clave es saber cuándo usted mismo puede resolver la situación y cuándo necesita ayuda exterior. Y ayuda exterior significa ayuda de un profesional diestro y bien cualificado, no de algún familiar o de alguna amistad, por bien intencionado/a que sea.

Usted podría pensar que las parejas resilientes son fuertes en todo momento. La verdad es, sin embargo, que estas parejas han aprendido a ser vulnerables consigo mismos, el uno con el otro, y no tienen miedo de confiar en sus cónyuges acerca de sus temores y esperanzas. A la misma vez, ellos responden compasivamente a lo que sus cónyuges les confían.

Un ingrediente clave en la vida de las parejas exitosas es una buena y saludable comunicación. Las parejas resilientes no esperan que sus cónyuges les lean la mente, sino que ellos expresan abierta, clara y asertivamente lo que ellos sienten y piensan, así como lo que a ellos les gusta y lo que les disgusta; y qué quisieran o desearan. A la misma vez, las parejas resilientes no 'varnizan' por encima, ni ignoran los problemas, sino que están comprometidos a resolverlos. Ellos tienen un deseo genuino de seguir adelante, y de continuar la trayectoria del matrimonio juntos 'hasta que la muerte nos separe', como dicen los votos matrimoniales tradicionales.

Los cónyuges resilientes disfrutaban de estar juntos. Durante la pandemia, muchas parejas tuvieron que quedarse en casa por muchos días, por semanas, y aun por meses, y disfrutaron del tiempo que pudieron pasar juntos, el uno con el otro, aun cuando trabajaban frente a las pantallas de sus computadoras. Me viene a la mente una pareja de edad avanzada, que tenían algunos asuntos maritales, emocionales, y tal vez, aun espirituales, que resolver. En dos ocasiones él mintió acerca de ella para salvar su propio pellejo. Ella le obligó a engendrar un hijo con otra mujer; y después, con su cantaleta, le hizo deshacerse de la mujer y del muchacho que él había tenido con ella. Ellos habían envejecido sin el gozo de tener su propio hijo. Pero a pesar de sus conflictos, de los grandes retos, y de las complicaciones que ocurrieron, ellos disfrutaban de la compañía del uno con el otro. Aun en su vejez, Abrahán y Sara disfrutaban de estar juntos, y aun disfrutaban de su intimidad el uno con el otro.

Las parejas resilientes son agradecidas y expresan su gratitud el uno al otro y por el uno y el otro, así como a Dios. Ellos se fijan metas juntos, en vez de hacer planes y de tomar decisiones individualmente, cada uno por su cuenta. Sobre todas las cosas, las parejas resilientes han aprendido que no pueden hacer nada sin la ayuda y la bendición de Dios. Han aprendido a creer y a amar las palabras del libro de Proverbios: "Fíate del Señor de todo tu corazón, y no te apoyes en tu prudencia. Reconócelo en todos tus caminos, y Él enderezará todas tus veredas." (Proverbios

3:5

## PADRES RESILIENTES

Si hubiera una sola cosa a la que los padres temen más, sería a la muerte de su hijo/a. Ellos oran para que nunca tengan que gustar tal amarga poción. Muchas parejas no pueden sobrevivir una tragedia de tal magnitud, y el resultado es la disolución del matrimonio.

Las parejas resilientes, por otro lado, cruzan el valle de la sombra de muerte y mantienen un balance entre el dolor normal y un regreso a una nueva normalidad sin su hijo/a en sus vidas. Pienso en parejas como Adán y Eva, y en cómo tienen que haber sufrido la muerte de Abel, su segundo hijo, por la mano de su hermano mayor, Caín. Pero ellos hallaron solas, paz y consuelo con el nacimiento de un tercer hijo: Set. María, la madre de Jesús, no se sentó a llorar sola en su casa. El libro de los Hechos nos dice que ella se reunía con los discípulos en el Aposento Alto. Allí, Jesús se encontró con ellos después de Su resurrección. (Hechos 1:2-14)

Job, aquel santo del Antiguo Testamento, demostró una resiliencia extraordinaria, y Dios le honró por dicha resiliencia. Recordemos que él había perdido TODO lo que tenía. Todo lo que le quedaba era su salud; pero entonces, la calamidad volvió a azotarlo, y él enfermó. Job se hallaba pasando por una grave agonía, tanto física como emocionalmente, y sin embargo, él rehusó maldecir a su Señor, y a rendirse. La Biblia nos dice: "A pesar de todo, Job no pecó, ni culpó a Dios de ningún mal." (Job 1:22)

Aun la compañera de su vida le retó: "¿Aún mantienes tu integridad? Maldice a Dios, y muérete." (Job 2:9) Pero para Job, ésa no era una alternativa. Cuando más necesitaba Job a un amigo, él recibió la visita de tres de sus compañeros más cercanos; y un visitante adicional, un hombre más joven que los otros amigos reunidos. Mientras se mantuvieron callados, e hicieron justamente eso durante siete días, ellos le dieron a Job justamente lo que él necesitaba. Ellos se sentaron calladamente junto a él por siete días y siete noches. (Job 2:13) Pero entonces, procuraron convencerle de que sus sufrimientos y sus pérdidas eran culpa de él mismo. Ahora él no tenía hijos, ni obreros, ni ingreso alguno, ni apoyo de su esposa, ni aun de sus amigos más cercanos. Pero a pesar de su sufrimiento, Job sabía que Dios estaba en control, y esa certidumbre le ayudó a mantener su resiliencia en vez de darse a la derrota y a la queja. Su fe resultó ser el apoyo de su resiliencia.

Muchas veces, como padres, nos preguntamos si hemos hecho lo mejor que hemos podido en la crianza de nuestros hijos. ¿He sido suficientemente paciente con ellos? ¿He orado lo suficiente? ¿He sido un buen ejemplo para ellos? Como padres, la resiliencia consiste en hallar la manera de ser los padres que queremos ser, sin importar qué más está ocurriendo alrededor nuestro. Y cuando nuestros hijos desobedecen, se rebelan, o se apartan de todo lo que les hemos enseñado, es fácil culparnos a nosotros mismos por sus elecciones y por sus decisiones.

Durante estos momentos difíciles, busca lo que te ayuda a calmarte, apóyate en tu fuerza interior, pero también en la fuerza que viene de lo Alto. Los padres resilientes han aprendido a encontrar algo que ellos pueden hacer para cuidar de sí mismos cada día, para que, a su vez, puedan cuidar de sus hijos. Asegúrense de sacar algo de tiempo para ustedes mismos, para hacer algo que les refresque y que les ayude a relajarse, a bajar la tensión. Esto podría ser el hacer ejercicios, tomarse la bebida caliente favorita en la mañana, leer un libro, o levantar el teléfono y conversar con un amigo de confianza.

Cuando estamos en medio de una situación retante, nos parece que no va a terminar nunca, pero tienes que recordarte que esto también pasará. Mantén la esperanza de un futuro mejor, de un mejor mañana. Y cuando te sientas como si te estuvieras hundiendo en arena movediza, es fácil pensar solamente en ti, pero tienes que confirmar con cada miembro de la familia para saber cómo se siente cada uno de ellos, que les hace falta, o qué les ha hecho reír durante el día de hoy.

Aun en los momentos más tristes, busca los momentos de gozo y de ánimo, no importa cuán pequeños puedan ser. No te aisles a ti mismo en ti mismo. Aun si tu iglesia está temporalmente cerrada, mantente en comunicación con tu comunidad de fe en línea, o *por cartas escritas a mano*. Nuestra fe puede ser un poderoso recordatorio para ser agradecidos por las cosas buenas en nuestra vida, y para tener esperanza para el futuro.

## HIJOS RESILIENTES

Hemos oído decir con bastante frecuencia: "Los niños son muy resilientes." Y eso es verdad, hasta cierto punto. Cuando los niños son pequeños, y están aprendiendo a caminar, por ejemplo, muchas veces se caen y lloran. Como padres inexperimentados y faltos de experiencia, nosotros sentimos el dolor con ellos, y nuestros corazones se rompen al verlos sufriendo dolor. Pero esas personitas vuelven a levantarse, y continúan intentando caminar, hasta que muy pronto les vemos dominar las destrezas, y les vemos corriendo por toda la casa tan rápidamente que nuestra velocidad no es suficiente para alcanzarlos. Una rodilla levemente lacerada, una cortada en un dedito, o aún un huesito roto pronto han de sanar, y muchas veces ellos muestran sus cicatrices como una especie de "emblema de honor".

A la misma vez, los niños son profundamente afectados por los traumas, por el abuso, y por el divorcio de los padres. Aun los hijos adultos de padres divorciados son heridos y afectados por las acciones y por las decisiones de los padres.

¿A qué se debe que pareciera ser que a algunos niños les va mejor que a otros? Es un hecho que todos nacen con cierta medida de resiliencia que puede ser nutrida o impedida en su desarrollo por las situaciones de la vida. Algunos niños parecieran ser naturalmente más resilientes que otros, mientras que otros pareciera que desarrollan esta característica a través del tiempo y por medio del manejo de sus propias pruebas y conflictos. De algunas maneras, la resiliencia solo significa: "Aprende a manejar las situaciones difíciles, y la próxima vez que las enfrentes no te parecerán tan difíciles."

Uno de los componentes vitales de la resiliencia es la habilidad de mirar a un problema y hallarle una solución. Lo maravilloso es que nosotros como padres, podemos ayudar a desarrollar esta característica al animarlos a participar en la solución de los pequeños dilemas que ocurren a través del día. Probablemente sea más fácil para nosotros simplemente hacer las cosas por ellos, pero entonces nunca han de aprender. Es por eso que al tratar de 'resolver' sus problemas, en vez de animarlos para que ellos mismos participen y ayuden a encontrar la solución ellos mismos activamente, puede ser más dañino que beneficioso. ¿Qué estás haciendo tú por los niños que ellos pueden hacer por sí mismos? Pídeles que consideren qué les tomaría resolver el problema. Si tienen sed, ¿qué pueden ellos mismos hacer al respecto? Si se les rompió un juguete ¿qué necesitan para arreglarlo? ¿O qué aprendieron, para que la próxima vez sean más cuidadosos? O ¿qué tal si no pueden encontrar sus zapatillas de tenis? Hágales la pregunta: "¿Qué piensas que debemos hacer acerca de esto?" O "¿Cómo las encontrarías tú?"

No espere que todos sus niños respondan o actúen igual, de la misma manera, ni al mismo tiempo. Sus hijos mayorcitos pueden ser responsables de levantarse a tiempo en las mañanas, y de hacer sus tareas y de estudiar para el examen de matemáticas, mientras que los más pequeños puedan necesitar más ayuda directa y más apoyo y dirección. Tal vez los mayorcitos puedan ayudar a los más pequeños con sus luchas.

A todos nosotros se nos hace más fácil aprender cuando tenemos apoyo y nos sentimos apoyados. Aun Dios, nuestro Padre, le expresó ánimo y alabanza a su Hijo. En dos ocasiones el Padre pronunció las siguientes palabras: **"Éste es mi Hijo amado en quien me complazco."** (Mateo 3:17 y 17:5) Sus niños necesitan recibir este apoyo y refuerzo positivo por sus acciones buenas hechas a tiempo. *"Buen chico."* *"¡Qué bien! Tú eres tan brillante."* *"Este cuadro debiera estar en exhibición en un museo."* *"Tú me haces sentirme orgulloso de ti."* Pronuncie palabras como éstas tan pronto vea que ellos hacen algo encomiable. Asegúrese que sus alabanzas se enfoquen en las estrategias que sus hijos utilizan y han demostrado (*"Es asombroso cómo resolviste ese problema."*); en tareas específicas que han hecho bien (*"Tu cuarto se ve tan bonito y tan limpio."*); y especialmente en el esfuerzo demostrado a través de los retos que enfrentaron (*"Yo puedo ver tu trabajo y tu excelente esfuerzo en este proyecto."*)

El apóstol Pablo recordó al joven pastor Timoteo: "Porque no nos ha dado Dios espíritu de timidez, sino de fortaleza, de amor, y de dominio propio." (2 Timoteo 1:7) Como padres, nosotros fijamos la barra para nuestros hijos. Ellos aprenden al observarnos. Ellos aprenden de nosotros cómo interactuar con las personas, y con el mundo que nos rodea, aquello que es aceptable, y lo que constituye una conducta inapropiada. Cuando nosotros nos enfrentamos a nuestros grandes retos: ¿nos desplomamos ante el impacto?; ¿les gritamos a todos y por todo?; ¿lanzamos los objetos que tenemos a la mano en contra de las paredes?; ¿o lastimamos a otros, que muchas veces no tienen culpa de nada? Nosotros modelamos el comportamiento que nuestros niños van a emular. O podemos mostrarles por nuestro ejemplo cómo tomar decisiones sabias y sensatas, cuales alternativas son las mejores, y qué hacer cuando las personas nos tratan injusta y descortésmente. "Tú, enemiga mía, no te alegres de mí. Aunque caí, me levantaré; aunque more en tinieblas, el Señor será mi luz." (Miqueas 7:8)

## FAMILIAS RESILIENTES

¿Por qué estamos hablando de resiliencia en el mensaje de hoy? A menos que usted haya estado viviendo en una cueva durante el año o dos, usted sabe que hemos estado pasando a través de los tiempos más difíciles y retantes de nuestras vidas. Millones de personas han sido infectadas por un virus mortal, y muchos han muerto. Tal vez, cada uno de nosotros conozcamos al menos a una persona que ha fallecido debido a este mortal virus.

Pero también ha habido otros efectos laterales de esta pandemia; y muchos de ellos se han de dejar sentir por bastante tiempo en el porvenir. Padres y cónyuges han perdidos sus empleos; muchos no han podido retener sus hogares. Sus hijos han perdido sus amistades.

Y sin embargo, a pesar del ambiente sombrío, muchas familias no solo han sobrevivido, sino que han prosperado. Podemos decir, con el apóstol Pablo: "Considero que las aflicciones de este tiempo presente, no son comparables con la gloria venidera que se ha de manifestar en nosotros." (Romanos 8:18)

Al considerar las promesas de un mundo mejor, podemos aceptar las palabras de Pablo como si fueran un anticipo, como un pago inicial de los tesoros que nos esperan. Pero ¿qué en cuanto al momento presente? ¿Qué en cuanto a estos días en los que aun no podemos ver a nuestros seres amados? Les animamos a permanecer conectados, aunque puede ser que todavía no puedan estar juntos.

Como padres, es más fácil manejar los retos cuando nos mantenemos conectados a nuestros familiares, a nuestros amigos y a nuestros vecinos, con los cuales tenemos buenas y positivas relaciones establecidas. Al tener a personas que se preocupan por nosotros nos ayuda a sentirnos seguros, confiados y empoderados.

Manténganse en contacto directo, aunque sea a la distancia, al menos una vez al día, con las personas por las que usted se preocupa, y quienes, a su vez, se preocupan por usted. Un mensaje de texto, un correo electrónico, o preferiblemente, una breve llamada telefónica o un chat con video pudiera ser muy significativo para ambos. Procure sostener conversaciones más extensas al menos una vez por semana.

## CONCLUSIÓN

Una de las muchas bendiciones de ser cristiano es que Dios nos da esta resiliencia de espíritu que nos ayuda a rebotar de vuelta de las situaciones estresantes. La clave de la resiliencia es la fe en nuestro Señor.

David, quien era perseguido por su familia y por el rey Saúl, escribió lo siguiente: "El Señor afirma los pasos del hombre bueno, y aprueba su camino. Aunque caiga, no quedará postrado, porque el Señor sostiene su mano." (Salmo 37:23-24)

Y Santiago, el hermano del Señor, nos asegura: "Feliz el hombre que soporta la tentación; porque al superar la prueba, recibirá la corona de la vida, que Dios ha prometido a los que le aman." (Santiago 1:12)

## REFERENCIAS

Super Ball. (2021, September 29). In Wikipedia. [https://en.wikipedia.org/wiki/Super\\_Ball](https://en.wikipedia.org/wiki/Super_Ball)

# NOSOTROS IREMOS: FAMILIAS SIGUIENDO LOS MANDATOS DE DIOS

---

POR JARED MILLER

## TEXTOS

Josué 1:9

Lucas 10:2

Éxodo 4:19-20

Éxodo 12:1-3

Génesis 12:1-3

Hechos 18:24-26

## INTRODUCCIÓN: NUESTRA HISTORIA

Hace más de diez años atrás, mi esposa y yo sentimos el ardiente deseo de servir al Señor en el campo misionero mientras yo hacía mis estudios graduados en el Seminario de la Universidad de Andrews. Pensamos que el momento era perfecto. Aun no teníamos hijos, lo que nos permitiría a ambos servir a tiempo completo. Parecía que el Señor iba delante, abriéndonos las puertas. Pero después de recibir una sola llamada telefónica, todas las puertas se cerraron estrepitosamente. Nuestro sueño de servir en el campo misionero fue hecho añicos. Quedamos extremadamente desanimados. Pero seis años más tarde, el Señor comenzó a resucitar aquel sueño nuevamente. Asistimos a la Sesión del Congreso de la Asociación General en San Antonio, Texas, y Homer Trecartin, en aquel entonces Presidente de la Unión Misión del Cercano Oriente y África del Norte [MENA - por sus siglas en inglés] ofreció un poderoso y convincente informe sobre el vasto área sin alcanzar en MENA.<sup>1</sup> Más tarde, ese mismo año, nosotros tomamos algunos jóvenes de mi distrito a la conferencia de la *Generation of Youth for Christ* [Generación de Jóvenes para Cristo] que se llevó a cabo en Louisville, Kentucky, y Homer Trecartin hablo de nuevo.

---

Jared Miller, DMin es el Pastor de la Iglesia Adventista del Séptimo Día de la Middle East University en Beirut, Líbano.

Él dijo que la cosecha era abundante, como ha dicho Jesús, pero que los obreros son pocos - especialmente en MENA.<sup>2</sup> Él hizo un llamado, invitando a los jóvenes a adelantarse al altar del servicio, y a servir a Dios como misioneros, aun si eso conllevara que ellos pudieran dar sus vidas en el campo misionero, sin que pudieran regresar a casa, ni a sus familias nuevamente. Muchos jóvenes se adelantaron, aceptando el reto, pero nosotros nos quedamos en nuestros asientos. Después, al conversar con Katie [mi esposa], ella dijo que había sentido que Dios nos estaba llamando a trabajar en el Mediano Oriente, pero yo no podía ver posibilidad alguna de que esto ocurriera.

Para sorpresa mía, cerca de dos meses más tarde, un amigo llamó y preguntó si nosotros tendríamos algún interés en pastorear en Beirut, Líbano. Esa llamada telefónica inesperada comenzó el exitante, y a veces escalofriante proceso de la dirección del Señor guiándonos al Mediano Oriente. Mientras nosotros pedíamos seriamente la dirección del Señor con respecto a nuestro ministerio, Él prontamente abrió las puertas, y nos hizo saber Su voluntad. Cuando se vendió nuestra casa, habiendo estado en el mercado por solo tres semanas, y mi programa doctoral me permitió la implementación de mi proyecto como estaba planificada, supimos que Él nos estaba llamando al extranjero.

Fue durante este tiempo que leímos la siguiente aseveración: Si los discípulos de Cristo comprendiesen su deber, habría mil heraldos proclamando el Evangelio a los paganos donde hoy hay uno. Y todos los que no pudieran dedicarse personalmente a la obra, la sostendrían con sus recursos, simpatías y oraciones. Y se trabajaría con más ardor en favor de las almas en los países cristianos. CC 81.2<sup>3</sup>Dios nos convenció de que necesitábamos salir de nuestro distrito, de nuestro rol en el Departamento de Ministerios de Familia y de nuestra vida cómoda en los EE. UU. A. para compartir el Evangelio en tierras extrañas - en El Líbano.<sup>4</sup>

Ya que Dios nos abrió todas las puertas e hizo claro que Él nos estaba llamando a trabajar en el extranjero, nuestra familia de cuatro nos mudamos a la Universidad del Mediano Oriente en 1916. En un lapso de cinco meses nació nuestra tercera niña en un hospital local. El servir al Señor en El Líbano ha sido una experiencia asombrosa y productiva. A la misma vez, el trabajo misionero no es fácil para las familias.

## LA EXPLOSIÓN EN EL PUERTO DE BEIRUT

El 4 de agosto de 2020, Beirut fue mecida por una explosión masiva en el puerto. Fue una de las más grandes explosiones jamás ocurridas, aparte de las explosiones nucleares. Murieron más de 200 personas, y unas 6,000 personas más fueron heridas; y se cuantificaron las pérdidas en los miles de millones de dólares en daños a través de la ciudad.

Nuestra familia vive a unas cinco millas del puerto. Temprano aquella tarde sentimos la explosión en nuestra casa. La tierra tembló, e inicialmente pensamos que era un temblor de tierra. Inmediatamente corrimos hacia afuera, miramos hacia abajo, a la ciudad, y nos preguntamos qué habría pasado. ¿Había sido bombardeada Beirut? ¿Estaba el país bajo ataque? Fue un tiempo espeluznante para mi esposa, para mí y para nuestras tres niñas pequeñas.

La devastación, la incertidumbre, y el miedo causado por la terrible explosión llevó a muchas personas en El Líbano a inmediatamente hacer planes para salir. La explosión revivió dolorosas memorias de los quince años de guerra civil. Algunas personas se fueron por el temor de que la historia se repitiera.

En situaciones difíciles como esta, Dios anima a las familias con estas palabras: "Mira que te mando que te esfuerces y seas valiente. No temas ni desmayes; porque Yo, el Señor tu Dios, estaré contigo dondequiera que vayas." (Josué 1:9)

Ya que Dios está con nosotros, nuestras familias pueden ser resilientes frente a los muchos y grandes retos que tenemos que enfrentar mientras hacemos el trabajo encomendado por Dios.

He aquí la definición de 'resiliencia': "la habilidad de una persona para ajustarse a, o para recuperarse prontamente de la enfermedad, la adversidad, los grandes cambios en la vida, etc.; flotabilidad; optimismo".<sup>5</sup>

Algunas veces Dios llama a las familias a servir en lugares difíciles. Y si Él llama, Él también proveerá las fuerzas y la resiliencia a las familias para soportar y para perseverar a través de los muchos retos que acompañan a los que responden, y siguen el llamado de Dios a Su servicio.

## ESTUDIO BÍBLICO

Hoy vamos a dar una mirada a varias historias de cómo Dios llamó a varias familias para que salieran de donde estaban, y fueran a vivir y a servir a Dios en otras áreas, o en lugares específicos y determinados.

### MOISÉS Y SU FAMILIA

Moisés recibió un llamado especial de Dios para que fuera a servir cuando Dios le habló desde la sarza ardiente. Dios le llamó para que fuera de vuelta a Egipto, al mismo lugar de donde había huído cuarenta años antes. Pero cuando Dios llamó a Moisés, su vida era muy diferente a como era cuando él huyó de Egipto como un hombre soltero. Ahora, Moisés estaba casado, y tenía dos niños pequeños. Éxodo 4:19-20 dice:

"El Señor había dicho a Moisés en Madián: "Vuelve a Egipto, porque han muerto todo los que procuraban tu muerte." Entonces Moisés tomó a su esposa y a sus dos hijos, los puso sobre un asno, y volvió a Egipto. Llevó también la vara de Dios en su mano."

Los dos hijos de Moisés seguramente eran muy pequeños - el mayor, quizás aprendía a caminar; y el segundo debía ser entonces un infante de brazos.<sup>6</sup> Con su joven familia, él siguió obedientemente el llamado de Dios, y se puso en camino a Egipto. Sin embargo, al comenzar la larga travesía, pensando bien en los peligros potenciales por el camino, y al enfrentarse al Faraón, el rey de Egipto, vio los posibles peligros inherentes a su posición de reclamo ante el imponente monarca. Elena G. de White provee estos detalles importantes:

"Con su esposa y sus hijos, Moisés emprendió el viaje. No se atrevió a dar a conocer su misión, por temor a que su suegro no permitiese a su esposa y a sus hijos acompañarle. Pero antes de llegar a Egipto, Moisés mismo pensó que para la seguridad de ellos convenía hacerlos regresar a su morada en Madián."<sup>7</sup>(PP [1982] 261:0)

Para Moisés y su familia, él decidió que la separación temporal de su esposa y de sus hijos jóvenes sería la opción más segura, y la mejor opción para su esposa Zéfora. Nuevamente, Elena G. White revela lo siguiente: "[Zéfora] estaba... muy perturbada con la perspectiva del sufrimiento y fue por esta razón que Moisés, cuando iba en camino a Egipto, había consentido en que ella regresara a Madián. Él deseaba evitarle el dolor de ser testigo de los juicios que iban a caer sobre los egipcios." (N.P.- traducido.)

El ir como familia en las tareas misioneras que Dios asigna, no es tarea fácil. Algunas veces tienen que hacerse sacrificios difíciles por amor a la familia. Seguramente la reunión familiar de Moisés con su esposa y sus dos hijos registrada en Éxodo 18 tiene que haber sido una muy gozosa.

### ABRAHAM Y SU FAMILIA

También Abrahán y su familia fueron llamados por Dios para irse; dejando a su familia extendida, debían ir a vivir en una tierra nueva que Dios había escogido para ellos. Génesis 12:1-3 dice: "El Señor había dicho a Abram: 'Vete de tu tierra, de tu parentela y de la casa de tu padre, a la tierra que te mostraré. Y haré de ti una gran nación. Te bendeciré. Engrandeceré tu nombre, y serás una bendición. Bendeciré a los que te bendigan, y a los que te maldigan maldeciré. Y por medio de ti serán benditas todas las familias de la tierra.'"

Esta mudanza no incluía solo a Abram y Sarai, su esposa. Su sobrino Lot y la familia de éste se mudaron con ellos, y además, todas las posesiones de Abram y de Lot, así como todos los siervos de ambas familias. Abram y su esposa obedecieron al llamado de Dios de irse, y su obediencia impactó la vida de muchas personas más. Después de todo, Dios había prometido que todas las familias de la tierra iban a ser bendecidas a través de él - y finalmente, hasta en su descendiente, Jesucristo. El Evangelio de Mateo comienza con las siguientes palabras: "*El libro de la genealogía de Jesucristo, el hijo de David, el hijo de Abrahán*" (Mateo 1:1). Abrahán tuvo que hacer una decisión - obedecer a Dios y salir o no obedecerle y quedarse con su familia extendida. Él obedeció, y a través de su familia, todas las familias fueron bendecidas. De la misma manera, si nosotros obedecemos al llamado de Dios, nuestras familias serán una bendición para muchas otras familias.

El dejar a su familia y el ir a un lugar desconocido requirió mucha fe de parte de Abram en Dios, como dice Elena G. White: "La incondicional obediencia de Abrahán fue uno de los ejemplos de fe y de confianza en Dios más impresionantes que se encuentran en el registro sagrado. Sólo con la simple promesa de que sus descendientes poseerían Canaán y sin la menor evidencia exterior, Abrahán siguió hacia donde Dios lo condujo, cumpliendo cabal y sinceramente con las condiciones que le atañían y confiando que Dios cumpliría fielmente su palabra. El patriarca fue dondequiera Dios le indicó; cruzó sin temor el desierto; pasó por en medio de naciones idólatras, con un solo pensamiento: "Dios ha hablado; obedezco su voz; El me guiará y me protegerá". RJ 316.4<sup>8</sup>

---

El ir como familia dondequiera que Dios manda requiere fe y confianza en Dios.

## UNA PAREJA CASADA

En el Nuevo Testamento encontramos a otra pareja casada que está comprometida a obedecer al llamado del Señor para ir y servirle. Priscila y Aquila eran colaboradores con Pablo como evangelistas fabricantes de carpas. Después de ser sacados de Roma, ellos sirvieron con Pablo, primero en Corinto, y luego viajaron a Éfeso.

Esta pareja misionera influyeron en muchas personas en favor de Cristo Jesús. Un ejemplo de su ministerio después de viajar a Éfeso se registra en Hechos 18:24-26, donde se nos relata cómo ellos ayudan amorosamente a otro obrero evangélico a entender la verdad más plenamente. "Entonces llegó a Éfeso cierto judío, llamado Apolo, natural de Alejandría, varón elocuente, poderoso en las Escrituras. Éste había sido instruido en el camino del Señor, y siendo de espíritu fervoroso, hablaba y enseñaba con esmero acerca de Jesús, aunque solo conocía el bautismo de Juan. Empezó a hablar con valentía en la sinagoga. Cuando Priscila y Aquila lo oyeron, lo llevaron consigo, y le explicaron más exactamente el camino de Dios. (Hechos 18:24-26)

¡Qué gran ejemplo de esposo y esposa trabajando juntos para el Señor dondequiera que el Señor los envíe a trabajar! Dios tiene trabajo tanto para los hombres como para las mujeres. Elena White escribe:

"El Señor tiene una obra para las mujeres así como para los hombres. Ellas pueden ocupar sus lugares en la obra del Señor en esta crisis, y él puede obrar por su medio. Si están imbuidas del sentido de su deber, y trabajan bajo la influencia del Espíritu Santo, tendrán justamente el dominio propio que se necesita para este tiempo. El Salvador reflejará, sobre estas mujeres abnegadas, la luz de su rostro, y les dará un poder que exceda al de los hombres. Ellas pueden hacer en el seno de las familias una obra que los hombres no pueden realizar, una obra que alcanza hasta la vida íntima. Pueden llegar cerca de los corazones de las personas a quienes los hombres no pueden alcanzar. Se necesita su trabajo".—The Review and Herald, 26 de agosto de 1902. Ev 340.1<sup>9</sup>

Como dijo Jesús: "A la verdad, la mies es mucha, y los obreros pocos. Rogad al Señor de la mies que envíe obreros a la mies." (Lucas 10:2). Dios ha utilizado a obreros en el pasado, tales como a Priscila y a su esposo, Aquila. Dios está buscando parejas como ellos en nuestros días - maridos y esposas que estén dispuestos a servir al Señor como familia.

## UN VIUDO Y SUS DOS HIJOS JÓVENES

La familia de John Nevins (J.N.) Andrews uno de nuestros muy influyentes pioneros de la iglesia, también respondió al llamado al servicio. La familia sirvió al Señor y a la iglesia en varios lugares alrededor de los EE. UU. Tristemente, la esposa de John, Angeline, murió en 1872, después de sufrir un segundo derrame cerebral fuerte. John quedó viudo. Ahora recaía sobre él solo la responsabilidad de criar a sus dos jóvenes hijos: Charles y Mary.

Alrededor de un año más tarde, Jaime White sugirió que se enviara a J.N. Andrews como misionero a ultramar, a Europa. Tomó tiempo para que se allanaran todos los escollos y se cumplimentaran todos los documentos. Finalmente en 1874, la Asociación General votó enviar a

Andrews a Europa como nuestro primer misionero Adventista del Séptimo Día oficialmente. Unos pocos meses después de tomarse el voto, Andrews abordó el buque junto a sus hijos: Charles y Mary. Charles tenía dieciséis años, y Mary iba a cumplir los trece años.

J.N. Andrews obedeció al llamado de Dios para ir a Suiza - aun siendo viudo con dos hijos adolescentes. Marvin Maxwell describe lo que ocurrió en aquella ocasión: "Andrews, aun en duelo por la muerte de su esposa, Angeline, ocurrida dos años antes, partió como padre soltero de cuarenta y cinco años, acompañado de Charles, de dieciséis, y de Mary, de doce años. Los jovencitos resultaron ser pioneros extraordinarios: editando, traduciendo, componiendo texto tipográfico, ayudando incansablemente a establecer la revista misionera internacional, *Les Signes des Temps* (*The Signs of the Times*).<sup>10</sup>

Andrews fue un padre valiente - al ir a un nuevo campo misionero con sus hijos adolescentes. La experiencia misionera en ultramar no estuvo exenta de sus pruebas y tribulaciones. Ciertamente, su experiencia más retante ocurrió cuando su hija, Mary, se enfermó con tuberculosis (TB) en 1878. La familia había viajado a los EE.UU. para asistir a la Sesión de la Asociación General. Mary fue atendida, recibiendo la mejor atención médica posible, en el Sanatorio de Battle Creek, pero, tristemente falleció en noviembre de ese año (1878).

Mary se había desarrollado en una invaluable asistente editorial y lectora de pruebas para la revista, y como un gran apoyo emocional para su padre. Él quedó destruido por la pérdida, y alargó su estadía en los EE. UU. por unos cinco meses, procurando recuperar su salud.

Cuando vamos a servir a Dios con nuestras familias, aun nuestros niños pueden ser activos en el servicio. Aun siendo una persona joven, Mary hizo una importante contribución a la labor que su familia había sido llamada a hacer.

Eventualmente Andrews regresó a Europa y continuó el trabajo de Dios. Su sacrificio y compromiso de servicio para el Señor adonde quiera que fuera llamado es asombroso y sobresaliente. Andrews continuó sirviendo en Europa hasta que él mismo contrajo tuberculosis y murió en 1883, a la edad de 54 años. Está sepultado en Suiza.

## INVOLUCARND O A LOS NIÑOS

Hace unos pocos años, mi familia y yo disfrutamos de una caminata cerca del Mar Mediterráneo un domingo de tarde, por una calle hirviente de caminantes, corredores, ciclistas, y otras familias que disfrutaban pasar su tiempo juntos. Mi esposa y yo conversábamos, mientras yo empujaba a mi niña más pequeña en su cochecito. Nuestra niña mayor vio a un niño como de su edad pateando una bola de 'soccer' mientras caminaba. Ella tomó la iniciativa, y comenzó a jugar con él.

Katie y yo pensamos que esto iba a terminar muy pronto, y nuestra familia iba a seguir caminando. Sin embargo, después de unos diez o quince minutos de ellos estar jugando, nosotros regresamos a donde ellos estaban; y saludamos al niño y a su padre. Ellos dos habían salido a disfrutar del día, como nosotros. Nuestros chicos hicieron amistad muy pronto, y después de eso, los adultos continuaron conversando, y pronto se desarrolló una amistad.

Nos hemos mantenido en contacto con el padre y el cuchacho por varios años, incluyendo encontrarnos para jugar, el niño se ha inscrito en el Club de Aventureros de nuestra iglesia. Y desde hace algunos meses, su padre ha estado tomando estudios bíblicos conmigo.

Si nuestra hija Ángela no hubiera hecho contacto y amistad con Adam, tal vez no hubiéramos hecho contacto ni amistad con su padre. Y por consiguiente, la amistad y los subsiguientes estudios bíblicos tampoco se hubieran materializado, ni se estuvieran llevando a cabo.

Cuando vamos a servir a Dios como familias, debemos esperar, animar y pedir a Dios que también use a nuestros niños, a cualquier edad que tengan, para alcanzar a otros para Él.

### LECCIONES QUE APRENDIMOS (CONCLUSIÓN)

¿Qué lecciones podemos aprender de todas estas historias de familias que obedecieron el llamado de Dios de IR? Aquí resumimos algunas de esas lecciones:

1. Dios llama a nuestras familias a ser fuertes y valientes porque Él está con nosotros a dondequiera que nos envía.
2. Dios dará fuerza y resiliencia para soportar y para perseverar a través de los muchos retos que nos llegan cuando obedecemos el llamado de Dios.
3. No es fácil responder como familia a las tareas asignadas durante la misión que Dios nos da.
4. Tenemos una elección que hacer. Si obedecemos al llamado de Dios, nuestras familias serán de bendición para muchas otras familias.
5. Dios tiene una labor que Él quiere que hagamos, seamos hombres o mujeres, esposos o esposas.
6. No importa cómo sea la composición de tu familia, Dios te llama a servir. Ya seas un padre soltero con adolescentes; o una familia joven con bebés e infantes, Dios puede llamarte a Su servicio.
7. Cuando salimos a servir a Dios como familia, debemos esperar, animar y pedirle a Dios que utilice a nuestros niños, sin importar la edad que tengan, para también alcanzar a otros para Él.

Quiera Dios que todas nuestras familias respondan "Sí" al llamado de Dios a Su servicio. Eso puede significar ir a la casa de la vecina, ir por el vecindario, ir a una nueva ciudad en tu país o aun ir a algún país extranjero. Vamos con nuestras familias, y sigamos a dondequiera Jesús nos guíe.

### NOTES

- <sup>1</sup> The population of Lebanon is over 6 million, with approximately 300-400 Seventh-day Adventists.
- <sup>2</sup> See Matthew 9:37.
- <sup>3</sup> White, E. G. (1892). *Steps to Christ* (p. 81). Pacific Press Publishing Association.
- <sup>4</sup> First published in *Ministry Magazine*, October 2019, 22.
- <sup>5</sup> Resilience (n.d.). *Dictionary*. Retrieved March 21, 2021. <https://www.dictionary.com/browse/resilience?s=t>.
- <sup>6</sup> Nichol, F. D. (Ed.). (1978). *The Seventh-day Adventist Bible Commentary* (Vol. 1, p. 515). Review and Herald Publishing Association.
- <sup>7</sup> White, E. G. (1890), *Patriarchs and Prophets* (p. 255). Review and Herald Publishing Association
- <sup>8</sup> White, E. G. (1985), *Reflecting Christ* (p. 324). Review and Herald Publishing Association.
- <sup>9</sup> White, E. G. (1946), *Evangelism* (pp. 464-465). Review and Herald Publishing Association.
- <sup>10</sup> Maxwell, M. (n.d.). *J.N. Andrews Life Sketch*. Retrieved March 23, 2021: [https://www.andrews.edu/about/jna\\_sketch.html](https://www.andrews.edu/about/jna_sketch.html)
- <sup>11</sup> Valentine, G. M. (2021). *Andrews, John Nevins (1829–1883)*. Encyclopedia of Seventh-day Adventists. Retrieved March 18, 2021, <https://encyclopedia.adventist.org/article?id=C8VX>.

# HISTORIAS PARA LOS NIÑOS

— Use las *Historias para los niños* como parte de la semana de énfasis especial sobre el Departamento de Ministerios Adventistas de Familia. Por favor ajuste el uso de los 'props' y de los materiales a lo que usted tenga a la mano. La clave es involucrar a los niños en su iglesia.



# ¡MUDÁNDONOS CON JESÚS!

---

POR DAWN JACOBSON-VENN

## TEXTOS:

Génesis 28:15, Josué 1:9,  
Isaias 41:10, Mateo 28:20

## 'PROPS'

Cajas de mudanza y una maleta. Usted puede hacer arreglos para que varios niños, al pasar al frente para escuchar la historia, le traigan algunas cajas para mudanzas. Pueden acomodarlas alrededor de usted, unas sobre otras, etc. Esto va a crear curiosidad e interés, tanto en los niños como entre los adultos.

## CANCIÓN/HIMNO

A cualquiera parte sin temor iré [HA(1962) #239] (*Este himno puede ser cantado durante el culto o puede ser tocado mientras los niños pasan al frente para escuchar la historia.*)

¿Te has mudado alguna vez? Es excitante pensar acerca de mudarte a un nuevo lugar, y de hacer nuevos amigos. Pero también puede ser un poco triste, y hasta asusta a uno, porque vas a dejar tu casa, tus amigos, tu escuela, y los lugares conocidos. Yo me he mudado varias veces, así que ustedes saben de qué estoy hablando si ustedes se han mudado alguna vez.

¿Cuáles son algunas de las razones para mudarnos? (*Deje que los niños respondan.*). Bueno, algunas veces nos mudamos porque Mamá o Papá consigue trabajo en otra ciudad, en otro estado o en otra provincia. Algunas veces nos mudamos para estar más cerca de la familia o de alguna escuela en particular. Y algunas veces nos mudamos porque Dios llama a nuestra familia a ser misioneros en otro país. Cualquier cosa que hagamos o a dondequiera que vayamos, Dios nos llama a cada uno de nosotros, para ser misioneros en nuestro hogar, en nuestro vecindario, en nuestra escuela, en nuestra área de juego y hasta en las tiendas donde compramos.

Esto es lo que sucedió a nuestra familia algunos años atrás, cuando vivíamos en una pequeña comunidad universitaria y agrícola. Nos rodeaban acres y acres de trigo, de lentejas, de porotos y de garbanzos. Entonces, cuando nuestros niños tenían seis y ocho años, Dios llamó a nuestra familia a mudarse a Bangkok, Tailandia. Bangkok es una ciudad enorme, donde viven más de doce millones de personas, muy diferente de nuestro pueblecito de Pullman, Washington, EE.UU.A. Esa fue la mudanza más grande que jamás habíamos hecho. Ahora iba a haber todo un océano entre nosotros y nuestra familia.

Algunas veces nos preguntábamos porqué teníamos que mudarnos, porque a nosotros nos gustaba el lugar donde vivíamos, queríamos a los amigos que teníamos y vivíamos a solo unas pocas horas, manejando, de Abuelo y Abuela y de otros miembros de nuestra familia. Así que, hablamos con Dios acerca de esto, y le dijimos que Él tendría que ayudarnos a dilucidar cada detalle, y darnos la confirmación de que verdaderamente Él quería que nos mudáramos. Y ¿sabes qué? ¡Él lo hizo! Dios nos dio paz en nuestros corazones, contestó tantas oraciones nuestras, envió a amigos y familiares para confirmar nuestro llamado de ir a Tailandia, y para ayudarnos de maneras prácticas, justo cuando lo necesitábamos. Nos aferramos a las promesas de la Biblia de que Dios está con nosotros siempre. Cuando le preguntamos a Dios porqué quería enviarnos tan lejos, nos aseguró, por medio de Su promesa en Génesis28:15: "Yo estoy contigo, te guardaré por dondequiera que vayas, y te volveré a esta tierra. No te dejaré sin haber cumplido lo que te he dicho." Cuando nos sentíamos asustados por causa de la mudanza, leímos Josué 1:9 "Mira que te mando que te esfuerces y seas valiente. No temas, ni desmayes; porque YO, el Señor tu Dios, estaré contigo dondequiera que vayas." Y leímos Isaías41:10 "No temas, que Yo estoy contigo. Yo Soy tu Dios que te fortalezo. Siempre te ayudaré, siempre te sustentaré con la diestra de mi justicia."

¿Es fácil mudarse? No, nunca es fácil mudarse. Pero el reclamar las promesas de Dios y el conversar con la familia acerca de cómo te sientes, verdaderamente ayuda. Entonces, al prepararte para empaquetar las cosas y mudarte, aquí tienes algunos consejos prácticos que puedes hacer para que la mudanza sea un poco más llevadera.

- Deshazte de las cosas que ya no vas a necesitar. Puedes donar algunas cosas que pueden ser de bendición para otros. O vende algunas cosas para la ofrenda especial del décimo tercer sábado.
- Ayuda a tu familia a empaquetar cajas (*Haga referencia a las cajas que la rodean a usted*), asegurándote de empaquetar aquellas cosas que te brindan gozo y comodidad (*Puede usted mostrar un par de artículos*). Entonces, al desempaquetar esos tesoros especiales en tu nueva casa, te ayudarán a sentirte 'en casa' una vez más.
- En tu bulto, o en tu maleta, (*Abra la maleta y saque algo especial*) acomoda un juguete favorito, algún libro, alguna frisa especial, o un álbum de fotos de amigos y familiares

para que al llegar, los tengas contigo.

- Escribe y hazle llegar notitas de agradecimiento a tus maestros, vecinos y amigos. Saca fotos con ellos, y planifica mantenerte en contacto con ellos virtualmente.
- Infórmate en cuanto al lugar a donde se mudan. Averigua acerca de lugares interesantes para visitar una vez lleguen; cómo es el clima, cuál la comida popular allí, y qué idioma hablan.
- Después de la mudanza, celebra sembrando un árbol. ¿Cuánto habrá crecido al llegar el tiempo de partir de allí?
- Y recuerda siempre orar. Ora para que Dios te bendiga con los amigos y con los vecinos nuevos. Ora para que puedas compartir con ellos acerca de Jesús.

Estoy segura/o que tu familia puede pensar en otras cosas, y añadirlas a la lista. Pero recuerda que cuando eres un seguidor de Jesús, tú estás seguro en sus fuertes, poderosas y cuidadosas manos. Algún día podrás mirar atrás y ver cómo el Señor te ha cuidado y te ha bendecido a cada paso. Cuando estás con Jesús, puedes ser fuerte y valiente, porque en Mateo 28:20 Él promete que estará contigo siempre, aun hasta el tiempo del fin.

# NOSOTROS IREMOS

---

POR KATIE MILLER

## TEXTO

“Esforzaos, y cobrad ánimo. No temáis ni les tengáis miedo, porque el Señor vuestro Dios va con vosotros. No os dejará ni os desampará.” (Deuteronomio 31:6).

Dios está buscando familias valerosas que estén dispuestas a salir y a compartir el amor de Dios con un mundo agonizante. En el 2016, Dios le pidió a la familia Miller que saliera a compartir el Su amor muy lejos de su familia y de sus amigos. Más aún, Él los envió a un lugar donde se requiere que todos sean valientes y esforzados. Dios pedía a todos los miembros de la familia que estuvieran dispuestos a compartir Su amor.

*(Al relatar la historia, solicite tres voluntarios, preferiblemente dos chicas de alrededor de 4-6 años; una de dos años y otra de alrededor de cinco años. Las niñas mayores van a hacer como que pasan comida a los necesitados, mientras que la menor, se queda cerca de usted.)*

Muy pronto después de llegar, las niñas mayores, que 4 y 5 años respectivamente, ayudaban a pasarle la comida a las familias que habían salido de su país porque la gente no eran amables unos con los otros. Una jovencita era retenida como esclava. Durante su cautiverio, ella tuvo una bebecita. Vamos a llamarla: *Estrella\**. Estrella tenía dos años cuando los Miller la conocieron; y ella le tenía miedo a los adultos. Cuando la señora Miller le sonreía, la pobre Estrella temblaba, porque le tenía miedo a los adultos. La Sra. Miller procuraba jugar a escondidas (*Demuéstrelo, con la niña de dos añitos.*) pero Estrella temblaba, negaba con su cabecita, y se escondía. La Sra. Miller rogaba a Dios: "Bondadoso Padre Celestial, por favor, ayuda a esta niñita a sentir tu amor. Muéstranos como compartir tu amor."

**Katie Miller**, MA , actualmente es maestra de sus niñas en el hogar, y enseña a tiempo parcial/por contrato, en la Universidad del Medio Oriente, en Beirut.

Ella se sintió impresionada a llamar a su niña más pequeña, Andrea, que en ese tiempo tenía 4 añitos, (*Llame con su mano a la niña de 4 años*), y le dijo: "Andrea, tú tienes 4 años. Ésta es mi nueva amiguita, Estrella. Ella está ansiosa. ¿Ayudarías tú a Jesús? ¿Irías tú y compartirías Su amor? Tal vez ella pueda responder a ti." Andrea corrió hacia donde Estrella y le preguntó si podría darle un abrazo. Estrella agarró a Andrea y le dio un fortísimo abrazo y una gran sonrisa. Dios quiere utilizar a toda la familia para alcanzar a otros.

*(Solicite nuevamente la ayuda de dos niñas y de un niño voluntarios. El niño, en la extrema izquierda, va a pretender jugar 'soccer', mientras las niñas caminan en dirección a él. -Cuenta la siguiente historia.)*

Hace unos años, la misma familia, aún en el Medio Oriente, caminaba alrededor de la costa, disfrutando el día libre del padre. El Mar Mediterráneo hacia el oeste y las montañas libanesas hacia el norte, cubiertas de nieve. El padre y la madre platicaban afablemente mientras empujaban el cochecito de la niña más pequeña, mientras sus dos niñas mayores saltaban y daban vueltas alrededor de ellos.

Ángela notó que un niño, Sam\*, jugaba 'soccer' solo, y al él patear la pelota lejos de sí mismo, ella, con una certera patada, le devolvió la bola. Muy pronto, Ángela, Andrea y Sam se divertían jugando con la pelota entre los tres durante un par de horas. Mientras tanto, Jared y Katie platicaban con Seth\*, el padre de Sam. (*Los tres niños vuelven a sentarse.*)

Las familias se hicieron amigos, y de vez en cuando compartían actividades, como ir al parque acuático, o caminar cerca del mar. Ángela y Andrea invitaron a Sam al Club de Aventureros. Seth y Sam de vez en cuando venían a las actividades sociales de la iglesia, y eventualmente Seth pidió estudios bíblicos.

Dios quiere usar a los niños y a las niñas como tú para ir a compartir Su amor. Dios quiere usar lo que sea que tú tengas. Levanten sus manos si ustedes responden afirmativamente (*Sí*) a las siguientes preguntas:

God wants to use boys and girls like you to go and share His love. Whatever you have, Godwants to use. Raise their hands if you answer yes to the following questions:

- ¿Tienes una sonrisa? Dios puede usar esa sonrisa para compartir Si amor.
- ¿Te gusta dibujar? Dios quiere usar esa habilidad para compartir Su amor.
- ¿Te gusta ayudar en la cocina? Dios quiere usar esas destrezas para compartir Su amor.
- ¿Tiene manos que pueden arrancar las yerbas de un jardín. Dios quiere usar esas manos para arrancar yerbas en el huerto de tu vecino.
- ¿Tienes manos que pueden ayudar a hacer cajitas de alimentos? Dios quiere alimentar a los hambrientos con las cajitas de alimentos que tú haces.

Dios quiere que estés dispuesto a ir a ser Su ayudante! Levanta tu mano si estás dispuesto a ir con tu familia y compartit Su amor.

\*Los nombres han sido cambiados.

# UN MILAGRO EN ZIMBABWE

---

POR TANYA MUGANDA

## TEXTO

“Señor Dios mío, a ti clamé, y me sanaste.” (Salmo 30:2)

## 'PROPS'

Termómetro médico, frisa, agua, Biblia.

“Oh no, no me siento bien. Me siento como si fuera a desmallarme” De momento sentí que mi cuerpo iba perdiendo su energía, y no podía pararme. Mi cuerpo comenzó a sentirse débil. Yo había pasado un fin de semana divertido, gozando con mis amigos en el vecindario. En aquel momento no me daba cuenta de cuan malas estaban las cosas ni de cuan malas se iban a poner, ni cómo Dios me iba a levantar, a mí y a mi familia, de esta enfermedad que yo había contraído.

Yo me acuerdo como si hubiera sido ayer. Yo tenía nueve años, y vivía en Harare, Zimbabwe, con mi familia, que consistía en mis padres y mis hermanas. Teníamos tres perros, un gato y una cotorra. Yo era una niña muy activa, siempre jugando en el patio trasero de la casa, nadando en la charca en los días de mucho calor, y asistiendo a los Conquistadores. En aquel tiempo, había una bacteria que pasaba de unos a otros y hacía que las personas se enfermaran seriamente por un tiempo bastante largo. Si alguien contraía la bacteria, esa persona iba a estar en cama por muchos días, y la recuperación no era fácil. No se sabía mucho sobre esta bacteria.

Yo había estado jugando con algunos amigos, y unos días después comencé a sentirme enferma. Inicialmente mis padres pensaron que yo simplemente necesitaba descansar un poco, y que al día siguiente me sentiría mejor. Pero el siguiente día, me puse peor. No podía comer, y

necesité ayuda para levantarme de mi cama. Tampoco pude ir a la escuela, lo que se me hacía muy difícil. Mi padre me llevó en seguida a la oficina del doctor, y se me dijo que yo tenía "Shingella". Era una bacteria que es muy contagiosa, a través del contacto directo, especialmente si la persona no se ha lavado las manos. Como una niña de nueve años, yo estaba muy confundida; nunca había oído de una enfermedad como aquella. ¿Qué me iba a suceder ahora? ¿Había sido un error el haber jugado con mis amigos, sin saber que me iba a contagiar?

Las siguientes semanas fueron muy difíciles. Para los niños, puede ser muy difícil entender lo que está sucediendo cuando se sienten enfermos, y no se encuentran soluciones, y nada parece ayudar a aliviar la enfermedad. Mis padres estaban muy preocupados, y me llevaron nuevamente al médico. El médico me recetó otro antibiótico, que es un medicamento para ayudar a detener el avance de la bacteria, y así ayudar al cuerpo a sanarse. Pasaron muchas semanas de estar en cama, sin saber si alguna vez iba a recuperarme, a ser nuevamente como yo era. Yo no podía comer alimentos sólidos, y dependía de líquidos casi todo el tiempo. Aunque mis padres se veían tristes y preocupados, todos los días oraban por mí. Ellos pusieron toda su confianza en Dios, y esperaban que yo fuera completamente sanada de la bacteria.

Recuerdo cómo mi madre se aseguraba de que yo comiera algo para que ayudara a mi cuerpo a sanar, y ella continuaba orándole a Dios que me diera fuerzas. Éste fue un tiempo de mucho miedo, y fueron las semanas más retantes de mi niñez. Los amigos y los familiares estaban muy preocupados, porque pensaban que yo no iba a sobrevivir aquella crisis. Todos oraban para que Dios realizara un milagro conmigo.

El progreso fue sumamente lento, pero después de un largo mes, yo comencé a recuperar mis fuerzas. Todos alabamos a Dios por sanarme milagrosamente. Yo nuevamente pude disfrutar de todos mis alimentos favoritos, pude regresar a la escuela y a la iglesia. Éste fue uno de los muchos milagros que yo nunca olvidaré. Mis padres mostraron su resiliencia a través de estos días tan difíciles. Ellos nunca se soltaron de la mano Omnipotente de Dios, confiando enteramente en Sus promesas.

"¿Y tú no tenías idea de cómo ibas a salir de aquella experiencia?"

Vivimos en un mundo donde las cosas muchas veces no tienen sentido. No somos inmunes a las cosas malas que puedan ocurrir alrededor nuestro. En la Biblia, el Salmo 30:2 dice: "Señor Dios mío, a ti clamé, y me sanaste." Las buenas noticias son que Dios te ama tanto que Él te sanará, que Él te hará triunfar sobre cualquier reto que tú enfrentes. ¿Acaso no te sientes exitado/a con la promesa de algún día ir al Cielo, donde no vas a enfermarte, donde no vas a tener que quedarte en cama; sino que tendremos cuerpos nuevos, eternos, celebrando y disfrutando del Cielo? Se nos recuerda que Dios escucha nuestras oraciones, nuestros lamentos, nuestras alabanzas y nuestras oraciones. Él nos dará, además, las fuerzas para vencer todos los retos que tengamos que enfrentar.

# SEMINARIOS

— Los *Seminarios* están diseñados para ser usados durante las semanas de énfasis sobre los Ministerios Adventistas de Familia. Por favor, léalos con atención para familiarizarse con su contenido y con su vocabulario. Para bajar un documento o una presentación en PowerPoint® visite: **[family.adventist.org/2022RB](https://family.adventist.org/2022RB)**

# EL MATRIMONIO RESILIENTE

POR WILLIE E ELAINE OLIVER

## EL MATRIMONIO RESILIENTE: CÓMO PERMANECER CASADOS PARA BIEN O PARA MAL

### TEXTO

“Por eso, el hombre dejará a su padre y a su madre, se unirá a su esposa, y serán una sola carne.” Génesis 2:24

### ASEVERACIÓN DE PROPÓSITO:

Explorar los factores clave en la construcción de un matrimonio fuerte, que sobreviva las inevitables transiciones y los traumas insoslayables del matrimonio. La audiencia prevista la constituyen parejas premaritales, recién casados, y parejas en cualquier etapa de su matrimonio.

**\*\*Nota para los lectores y para facilitadores del Seminario:** *Este taller está diseñado para parejas en matrimonios relativamente saludables. No es para parejas que se encuentran en relaciones abusivas ni violentas, ni para los que sufren serias adicciones, ni para los que se hallan en situaciones de aventuras de largo plazo. Tales actividades no son conducentes al desarrollo de matrimonios fuertes y saludables, e impiden la habilidad de las parejas de engranar positiva y honestamente. En instancias como éstas, es mejor procurar consejería profesional con consejeros cristianos bien recomendados y de reputación intachable.*

## INTRODUCCIÓN

La pandemia del COVID-19 ha cambiado drásticamente y dramáticamente la vida en nuestros hogares. El matrimonio y la vida familiar están llenos de retos. Sin embargo, cuando ocurren eventos inesperados, se añaden capas tras capas de estresores adicionales. He aquí una verdadera perogrullada: 'Las parejas pueden sobrevivir y prosperar en su matrimonio a pesar de los retos que se les enfrentan.' Es posible construir un matrimonio resiliente y permanecer casados para bien o para mal [para mejor o para peor].

Entonces: ¿qué es un matrimonio resiliente? Primero, definamos "resiliente". Resiliente puede definirse como 'que tiene la capacidad emocional y social para ajustarse y rebotar devuelta después de haberse expuesto a eventos traumáticos o después de haberse expuesto a un riesgo considerable. Walsh (2015) lo define como más que solo sobrevivir o atravesar una situación estresante, sino más bien, como 'la capacidad de subsistir y de recuperarse de los serios retos de la vida.' Tiene que ir más allá de la supervivencia, porque algunas personas sobreviven una situación, pero quedan con graves daños internos interpersonalmente, psicológicamente, y espiritualmente. Estas personas continúan su vida después de experiencias adversas o traumáticas con estrés postraumático debilitante, con depresión o ansiedad y con la falta de la habilidad para prosperar. Un matrimonio resiliente, por lo tanto, tiene flexibilidad, compromiso, y una perspectiva positiva.

En este seminario, exploraremos primero cómo puede una pareja adaptarse a las épocas cambiantes del matrimonio, e identificar principios que ayuden a las parejas a crear matrimonios fuertes y resilientes. El seminario bien puede ser 'facilitado' o dirigido por un presentador; o bien puede ser usado por una pareja en su hogar con un grupo pequeño.

## ADAPTÁNDONOS A LAS ESTACIONES CAMBIANTES

Es ciertamente seguro que las relaciones matrimoniales cambiarán constantemente durante el lapso de la vida de una pareja. Las parejas fluctúan entre ser amorosas y no tan amorosas debido a varias razones: la entrada de los niños al 'dúo' (dyad) -[ya dejan de ser dos -y son tres, cuatro, etc.; se rompe el dúo; se desarmoniza], ocurren enfermedades, transiciones en el o los empleos, luchas financieras, depresión, ansiedad, infidelidad, aficiones divergentes, y el paso de los años trae su propio juego de problemas. Algunos cambios los creamos nosotros mismos; otros son, simplemente, el resultado natural de la vida en este planeta. Así como cambian en la naturaleza las temporadas, las parejas atraviesan varias temporadas durante su matrimonio. Su respuesta a los cambios se expresa a través de sus actitudes, de sus emociones, y de sus acciones. Las parejas tienen que aprender a modular estos tres factores si van navegar exitosamente las temporadas de la vida, y a mantener una alta calidad de satisfacción marital y de estabilidad en su matrimonio.

Los cambios son inevitables. En su libro: *"We Need One Another"* -[*Nos necesitamos el uno al otro*] D. H. Lawrence escribe: "Debo decir que la relación entre cualesquiera dos personas decentemente casadas, cambia profundamente cada pocos años, muchas veces sin que ellos mismos se enteren ni sepan nada al respecto; aunque cada cambio produce dolor, si bien también un poco de gozo. El largo caminar del matrimonio es un largo, y extendido evento de cambio... Es como el continuo fluir de los ríos, a través de nuevas praderas, a través de nuevos países, siempre desconocidos."

---

### **EJERCICIO EN PAREJAS:**

*Reflexione sobre la cita de D. H. Lawrence.*

*¿De qué maneras estaba usted preparado (o no preparado) para los cambios que ha experimentado en su matrimonio? Tome en consideración los cambios personales, los cambios relacionales y las circunstancias impredecibles.*

---

**Actitud**—Lo que usted piensa acerca de su relación, y cómo su perspectiva de su cónyuge impacta su relación. Los pensamientos y las actitudes disparan las emociones; las emociones producen comportamiento o acciones. Así que, si usted piensa sobre su relación y sobre su cónyuge en términos positivos, su mente va a producir emociones bondadosas y amables. De la misma manera, si usted está pasando por una temporada muy difícil, si usted cree que puede salir adelante junto a su pareja, en vez de echarse la culpa el uno al otro, sus posibilidades de salvar su matrimonio en esta temporada difícil son mucho mejores.

**Emociones**—Nuestras emociones fueron diseñadas por Dios con un propósito. Éstas nos impulsan a tomar acción; esto es especialmente útil cuando estamos en peligro. Es importante, sin embargo, que controlemos nuestras emociones ya que ellas pueden impulsarnos a actuar antes que podamos pensar racionalmente. Con frecuencia, cuando una pareja tiene una trifulca, generalmente se debe a que uno o ambos fueron inundados por sus emociones. Tal vez, una palabra en tono de crítica, o una expresión del rostro expresando desprecio o menosprecio impulsó dichas emociones, y las emociones tomaron por asalto el centro de control y de juicio de la mente. Los cables se cruzan, y se produce un corto circuito, y lo que hubiera sido una simple malinterpretación o una confusión fácilmente resuelta, se convierte en una enorme pelea, tal vez hasta con gritos e insultos.

Todos pueden aprender a regular sus emociones al hacerse más conscientes de cuándo se disparan, y cómo reaccionan cuando se disparan las emociones. Una destreza fácil de aprender es el modelo PPC: **Pausa** (respira despacio por 10 segundos), **Pide** (pide ayuda a Dios, que te calme y que puedas pensar racionalmente), **Conecta** (con una respuesta que fortalezca la relación en vez de destruirla).

**Acciones**—Las actitudes y las emociones disparan las acciones. Sin embargo, también las acciones pueden disparar las actitudes y las emociones.

Proverbios 15:1 dice: "La blanda respuesta quita la ira, pero la palabra áspera excita el furor." ¿Ha aquietado usted a algún muchacho con una pataleta de gritos y actitudes utilizando un tono suave y un toque delicado y tierno? Si verdaderamente todos somos honestos, tendremos que admitir que cuando alguien dice o hace algo que se percibe como hiriente, es muy difícil responder en un tono suave. Pero si estamos dispuestos a dar el todo por el todo, una persona puede cambiar el curso de una conversación a punto de tomar un giro negativo. Las acciones pueden cambiar las actitudes y las emociones.

### EJERCICIO DE PAREJAS:

Refleccionen sobre el siguiente texto. Discutan cómo podría ayudar a las parejas a desallorar un matrimonio resiliente.

*"Por eso, dejará el hombre a su padre y a su madre, se unirá a su esposa, y serán una sola carne."* Génesis 2:24 (Puntos sobresalientes: 'dejará padre y madre', 'se unirá a su esposa', 'serán uno').

Piense sobre el último desacuerdo que tuvo con su cónyuge. ¿Puede usted identificar las emociones que se dispararon (ira, temor, sorpresa, asco o repugnancia)? ¿Qué acciones siguieron? Discutan por turno, con su cónyuge,

los ciclos de los conflictos que se disparan en su matrimonio por ciertas actitudes y emociones negativas. Comprométanse a cambiar estos ciclos negativos, al exhibir actitudes positivas, y así, regulando sus emociones, fortalecer más la resiliencia en sus matrimonios. Recuerden que el autocontrol, o el control propio, es uno de los frutos del Espíritu. (Gálatas 5:22-23)

## **PRINCIPIOS PARA FORTALECER LA RESILIENCIA EN EL MATRIMONIO**

### **ORAR SIN CESAR**

Los cristianos tienen el privilegio de las disciplinas espirituales que fortalecen y fortifican a los creyentes. Las parejas cristianas también se pueden beneficiar del uso de estas poderosas disciplinas para fortalecer y hacer crecer sus matrimonios. La oración es poder. La oración cambia las cosas, pero principalmente, la oración nos cambia a nosotros. La oración nos saca fuera de nosotros mismos, y nos recuerda que nuestra dependencia es de Dios y no de nosotros mismos. Pablo nos recuerda: "Por nada estéis afanosos, sino presentad vuestros pedidos a Dios en oración, ruego y acción de gracias. Y la paz de Dios, que supera todo entendimiento, guardará vuestro corazón y vuestros pensamientos en Cristo Jesús. (Filipenses 4:6-7)<sup>1</sup>

Cuando las parejas (o hasta un cónyuge) se compromete a orar con sinceridad por su matrimonio, ocurren milagros; los corazones y las mentes son transformados y fortalecidos. Elena White dice: "Cuando venimos a rogar por misericordia y por bendiciones de Dios, debemos tener un espíritu de amor y de perdón en nuestros propios corazones." (White, 1982, p. 97 [Traducido.]

---

### **EJERCICIO DE PAREJAS:**

Discutan cómo pueden hacer de la oración una parte regular de su horario. Añádanla a su horario, y comprométanse a orar juntos diariamente a la hora o a las horas programada/s.

---

### **COMUNÍQUENSE, CONÉCTENSE Y TENGAN COMUNIÓN**

“El mayor anhelo de cada corazón es el de ser desnudado, el de ser conocido, el de ser entendido... Si acaso alguna vez nos tomáramos el tiempo de conocer a otra vida, tendríamos una experiencia como de ser píos o piadosos, como *de alguien que se preocupa*." (Balswick & Balswick, 2006, p. 108). La comunicación es para el matrimonio como la gasolina para el automóvil. Ni su matrimonio ni su automóvil podrán funcionar sin estos ingredientes indispensables.

La clave para la comunicación efectiva es la conciencia efectiva, que ya hemos discutido anteriormente; el objetivo es aprender a expresar nuestros sentimientos efectivamente. Nos

ayudaría aprender a utilizar las afirmaciones en primera persona ("YO") en vez de las afirmaciones en segunda persona ("TÚ"), que ayudan al hablante a tomar la responsabilidad sobre sí mismos en vez de acusar a la otra persona. Por ejemplo, una esposa que se encuentre enojada con su esposo, puede decir: "Yo me siento enojada cuando tú haces ...[tal o cual cosa]. y yo quisiera que tú ... [hicieras o dijeras tal o cual cosa]. Usted está reconociendo sus sentimientos, y enunciando un pedido específico o determinado. El esposo o el oyente parafrasea lo que se ha dicho hasta que el hablante sienta que ella ha sido escuchada, oída y entendida. El hablante debe ser cuidadoso de no monopolizar "la tarima", y debe permitir que también el oyente comparta su propio punto de vista. Esta forma o manera de comunicarnos nos puede parecer un poco extraña o embarazosa, pero es una manera efectiva para clarificar los pensamientos y los sentimientos, y de mantener las emociones bajo control, sin que se disparen al azar. En su libro: "*A Lasting Promise*" -[*Una promesa duradera*], Scott Stantley (2003) enfatiza el compromiso, el perdón y la restauración como elementos importantes de la comunicación y conexión.

Mientras más usted se comunique con su cónyuge y comparta sus sentimientos, sus esperanzas, sus sueños y sus deseos, más conectados llegarán a estar como pareja. El tomar tiempo diariamente para comunicarse, conectarse y estar en comunión les ayudará a construir un fundamento fuerte que les ayudará a su matrimonio a permanecer fuerte cuando usted se enfrente a tiempos difíciles y retantes. Además, tómense tiempo para ser amorosos y para demostrarse afecto el uno al otro, para jugar y compartir la alegría. Al hacer esto, se entra a una comunión sagrada, a una unicidad de diferenciamiento, y se crea un significado compartido en su matrimonio.

Dios desea que cada pareja experimente una unión permanente, en una sola carne. Esto va a requerir humildad, un espíritu perdonador y un verdadero sacrificio personal.

---

### **EJERCICIO DE PAREJAS:**

Escojan juntos un tema no-conflictivo, y practiquen el hablar y escucharse mutuamente sobre el tema. Tomen turnos hablando y escuchándose el uno al otro.

Comprométanse a darse un beso de seis segundos y un abrazo de sesenta segundos cada día.

Diariamente, compartan elogios y muestras de aprecio el uno hacia el otro.

### **RESUELVA LOS CONFLICTOS QUE TIENEN SOLUCIÓN**

John Gottman (2015), en su libro: "The Seven Principles for Making Marriage Work" [*Los siete principios para hacer que el matrimonio funcione*] establece que el 69% de las veces, las parejas discuten sobre algún problema insoluble. Él dice que solo el 39% de los problemas sobre los que

las parejas discuten son problemas que tienen solución. La verdad es que la mayoría del tiempo, las parejas discuten sobre cosas que no son realmente problemas, y por lo tanto, se dice que no tienen solución. Gottman los llama 'asuntos de embotellamiento' o 'asuntos atascados', donde se enfrentan situaciones de características de la personalidad de alguno de los cónyuges que la pareja está tratando de cambiar; otras veces hay una profunda necesidad muy significativa que no ha sido expresada.

Cuando se trata de un 'problema perpetuo', las parejas tienen que aprender a dialogar acerca de esto, y no tratar de resolverlo. Las parejas pueden utilizar las aseveraciones en primera persona para expresar sus valores o sus creencias sustanciales sobre algún tema, con mucha atención a no criticar al otro conyuge, ni a culparle, sino simplemente a presentar sus propios puntos de vista sobre el tema. Cada cónyuge debe hacer lo mejor que esté de su parte para crear un espacio seguro para que su pareja puede compartir y expresar sus sentimientos, sus sueños y sus necesidades, mientras le comunica aceptación de su parte a su pareja. Las parejas que aprenden a resolver sus conflictos con el humor, el respeto y el afecto adecuados fortalecerán la resiliencia de su matrimonio.

### **GIREN EN TORNO A SUS PAREJAS, EN VEZ DE ALEJARSE DE ELLAS**

La tendencia natural humana cuando ocurren conflictos o cuando llegan las crisis es alejarse cuanto antes y cuan rápidamente se pueda. Lo mismo ocurre con las parejas en el matrimonio. Si el conflicto es entre ambos, cada uno se siente como que quiere alejarse de su pareja. (Imagínense a una pareja, enojados entre sí, sentados en un sofá con los brazos cruzados, cada uno mirando en direcciónn contraria al otro.) Algunas veces puede ser alguna situación fuera del matrimonio, y usted siente que no debe compartirtla con su cónyuge, o usted se siente tan abatido por lo que ocurre que quiere dejar a su cónyuge fuera del cuadro, y procura resolverlo usted, por su propia cuenta.

Recuerde siempre que su cónyuge y usted son un equipo, y que cuando ocurren problemas, es siempre mejor enfrentarlos juntos, como un equipo. Aun por difícil como pueda parecer y ser, sobrepóngase al malgusto, a la ira, al dolor, y gire hacia su cónyuge. Juntos pueden girar hacia Dios y permitirle que calme sus temores, y que le vuelva a usted al camino. (Oliver & Oliver, 2015)

---

### **EJERCICIO DE PAREJAS:**

Discutan entre sí como pareja cómo pueden ustedes hacer un mayor esfuerzo para volver el uno hacia el otro en momentos de crisis. ¿Cómo pueden ustedes ser más intencionales acerca de hacer de su matrimonio un lugar seguro para traer sus problema y sus preocupaciones?

## CONCLUSIÓN

Después de que Dios creó a Adán y a Eva, Él les dio instrucciones para construir y sostener su matrimonio para toda la vida (Génesis 2:24). Si el esposo y la esposa "se unen" entre sí, e implementan estos elementos simples en su matrimonio, ustedes van a ser resilientes, y estarán preparados para resistir las tormentas de la vida juntos.

## REFERENCIAS

- Gottman, J. M., & Silver, N. (2015). *Seven Principles for Making Marriage Work*. Harmony Books.
- Oliver, W., & Oliver, E. (2015). An Introduction: The Beauty of Marriage. In E. Mueller & E. B. De Souza (Eds.), *Marriage: Biblical and Theological Aspects* (Vol. 1). Review and Herald Publishing Association.
- Stanley, S. M., Trathen, D., McCain, S., & Bryan, B. M. (2013). *A Lasting Promise: The Christian Guide to Fighting for Your Marriage*. John Wiley & Sons.
- Walsh, F. (2015). *Strengthening family resilience*. Guilford publications.
- White, E. G. (1892). *Steps to Christ*. Pacific Press Publishing Association.
- Oliver, W., & Oliver E. (2020, April 18). Your marriage can survive COVID-19. Adventist Review. <https://www.adventistreview.org/your-marriage-can-survive-covid-19>

# CRIANDO NIÑOS RESILIENTES

---

POR WILLIE E ELAINE OLIVER

## TEXTOS:

“Todo lo puedo en Cristo que me fortalece.” Filipenses 4:13

“Y Él me dijo: "Bástate mi gracia, p[orque mi poder se perfecciona en la debilidad." ” 2 Corintios 12:9a

## ASEVERACIÓN DE PROPÓSITO

Explorar los factores clave para fomentar la resiliencia en los niños. La audiencia prevista es la de padres de niños pequeños, de adolescentes, y de niños de cualquier edad; y también para cualquiera que quiera fortalecer la resiliencia en sus propias vidas.

## INTRODUCCION

La resiliencia se ha convertido en el lema de la pandemia del COVID-19. Y mientras que esta palabra hace mucho que se ha relacionado con las familias, se ha hecho presente siempre a través de la era de la pandemia. De hecho, debido a la pandemia, cada niño a través del mundo entero ahora ha experimentado al menos una experiencia adversa de la niñez [ACE", por sus siglas en inglés - *Adverse Childhood Experience*]. Es durante estos tiempos traumáticos e inciertos que anhelamos la seguridad de los fuertes lazos familiares. La verdad es que al iniciar la jornada de la paternidad, ésta debiera comenzar con un entendimiento de que tenemos la responsabilidad de

preparar a nuestros niños, no solo para los días soleados, sino también para las tormentas que inevitablemente tendrán que enfrentar durante sus vidas.

Entonces, ¿qué es la resiliencia? La resiliencia puede definirse como el tener la capacidad social y emocional de hacer ajustes y de rebotar después de ser expuesto a eventos traumáticos o de exponerse a riesgos considerables. Walsh (2015) define la resiliencia como más que sobrevivir o de pasar por situaciones estresantes, sino como la capacidad de soportar y de recuperarse de muy serios retos en la vida. Tiene que ser mucho más que la supervivencia, porque algunas personas sobreviven una situación, pero quedan con impedimentos interpersonales, psicológicos y espirituales. Estas personas siguen los rudimentos de la vida después de pasar por experiencias adversas o traumáticas con estrés postraumático debilitante, con depresión, con ansiedad, y faltos de la habilidad para progresar.

Las buenas noticias es que Dios dice que podemos aprender a ser resilientes. En Juan 16:33 leemos: "Estas cosas os he hablado para que en Mí tengáis paz. En el mundo tendréis aflicción. Pero tened buen ánimo, YO he vencido al mundo." Como creyentes y seguidores de Cristo, nosotros tendremos nuestras luchas en la vida, pero continuamente se nos recuerda que Dios está en control. La resiliencia no es la ausencia del temor, ni de grandes retos, sino la habilidad de perseverar en base a la verdad de que es Dios nuestra fuente de energía sempiterna.

Este seminario explora factores clave para fomentar la resiliencia en los niños, y provee algunas orejitas para la crianza de niños resilientes. Aunque este seminario toma un enfoque preventivo, aún así puede beneficiar a las familias que están pasando por una experiencia traumática tal como la pandemia que ruje en derredor.

## **MALENTENDIENDO LA RESILIENCIA**

El concepto de la resiliencia se originó en el campo de la ciencia física, y se refería a la capacidad de un objeto de regresar a su forma original después de haber sido estirado -tal como una banda elástica. Más tarde, la palabra comenzó a ser utilizada para las personas: los individuos, las familias, y para otras aplicaciones. El problema con esta definición es que frecuentemente se infiere que es fácil rebotar después de enfrentar grandes y difíciles retos. Puede que se cree la expectativa de que usted simplemente puede rebotar y seguir adelante con la vida después de haber enfrentado retos difíciles, especialmente en las comunidades de fe. La verdad es que es irreal creer que uno simplemente "se recupera" después de experimentar puebas muy serias.

---

### **PREGUNTAS DE DISCUSIÓN:**

Pida a la audiencia que comparta algunas maneras en las que la resiliencia puede ser malentendida.

(Por ejemplo: Algunas veces, después del fallecimiento de un ser amado, puede que algunas personas digan algo como: "¿No debieran ellos haber terminado su luto ya, para este tiempo?")

---

La resiliencia no es solamente atravesar un período de crisis a toda velocidad, y tener la apariencia de que no ha pasado nada, de que no ha sido tocado por las dificultades o por una experiencia muy penosa. Involucra el aprender a luchar bien, experimentar el sufrimiento, el valor y la esperanza simultáneamente. Este concepto es resumido en 2 Corintios 4: 8-9: "Estamos atribulados en todo, pero no angustiados; en apuros, pero no desesperados; perseguidos, pero no desamparados; abatidos, pero no destruidos." La resiliencia reconoce el impacto de las pruebas mientras cree que todavía existe la posibilidad de alcanzar el bienestar emocional después de los retos. La resiliencia podría verse como un resultado - el bienestar emocional a pesar de las circunstancias. También la resiliencia es un proceso - es la adaptabilidad.

"We are afflicted in every way, but not crushed; perplexed, but not driven to despair; persecuted, but not forsaken; struck down, but not destroyed." Resilience acknowledges the impact of the trial while believing that there is a possibility of emotional well-being despite the challenges. Resilience can be seen as an outcome—emotional well-being despite the odds. Resilience is also a process—adaptability amid adversity.

## **LAS RELACIONES NUTREN LA RESILIENCIA**

Muchos otros estudios enfocados sobre la resiliencia en los niños han señalado la importancia de fuertes vínculos familiares. Hay factores protectores, tales como el calor familiar, los afectos, la comunicación saludable, las estructuras razonables, el apoyo emocional y la autoridad de los padres con un buen balance de calor y flexibilidad (no autoritarios - ásperos e inflexibles) que contribuyen a la resiliencia de los niños. Más aún, hay estudios que muestran que cuando los niños se enfrentan a la adversidad, si tienen al menos un vínculo de atención con un adulto importante en sus vidas que cree en ellos, ellos pueden obtener fuerzas para vencer las dificultades.

En el libro *Adventist Home*, Elena G. White dice: "Padres, permitid que vuestros hijos vean que les amáis y que haríais todo cuanto esté en vuestro poder para hacerles felices... Gobernad a vuestros hijos con ternura y compasión, recordando que 'sus ángeles contemplan el rostro de mi Padre que está en los Cielos.' Si queréis que los ángeles hagan por vuestros hijos la obra a ellos encomendada por Dios, cooperad con ellos haciendo vuestra parte... El espíritu que prevalece en el hogar moldeará sus caracteres; ellos formarán hábitos y principios que serán una fuerte valla contra de la tentación..." (AH 193.3-4 -Traducido).

Cuando los niños se sienten amados y apoyados en sus hogares, ellos forman caracteres más fuertes, y auto-eficacia -que es una confianza en las habilidades de ellos mismos para obtener el éxito y completar las tareas asignadas a través de toda la vida. Si los padres han de promover la resiliencia en sus niños, ellos tienen que crear un ambiente que les nutra y que anime su sentido de llegar a ser competentes, su estima propia y su valor personal. En esencia, los padres necesitan proveer un fundamento fuerte sobre el cual se pueda construir la resiliencia. Aquellos padres que no puedan proveer este tipo de ambiente por sí mismos, pueden solicitar ayuda de miembros de su familia que sean *de absoluta confianza*, de miembros de la iglesia, de los abuelos, y de otros miembros de la familia extendida.

### **PREGUNTAS DE DISCUSIÓN:**

Piense acerca del ambiente actual en el hogar. Si fuera usted un/una inspector/a de ambientes en el hogar que cumplen los requisitos para fomentar la resiliencia en los niños, ¿pasaría su hogar de usted la rigurosa inspección? ¿En qué áreas necesitaría usted hacer cambios para crear el ambiente necesario para que la resiliencia prospere en su hijo/a o en sus hijos?

---

## **PRINCIPIOS Y GUÍAS PARA FORTALECER LA RESILIENCIA FAMILIAR**

Cada individuo y cada familia experimentará alguna experiencia traumática altamente estresante, o algún evento trastornador, durante el transcurso de su vida. Como hemos mencionado ya anteriormente, debido a la pandemia, cada niño en el mundo ahora, ha tenido al menos una experiencia adversa en su niñez. Los eventos estresantes, por lo general, no son predecibles, es decir, generalmente no pueden pronosticarse, [como la lluvia, la temperatura o las tormentas] pero todos podemos anticipar que cuando estos eventos altamente estresantes ocurran, interrumpirán las funciones familiares normales. Los padres tienen un rol clave en ayudar a los niños a construir, a promover y a fortalecer la resiliencia para que ellos puedan, a su vez, aprender a lidiar con los inevitables retos de la vida cuando sea que éstos lleguen. Los niños no nacen resilientes; esta es una manera aprendida de operar que puede ser enseñada y practicada a través de toda la vida.

### **COMIENZA TENIENDO EN MENTE EL FINAL**

Jeremías 29:11 dice: “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” Este texto nos recuerda que aunque estemos pasando por pruebas, Dios sabe cuál es Su propósito para con nosotros, es a saber, para restaurarnos a la paz y a la prosperidad (bienestar y entereza). Es un recordatorio de que mientras pasamos por la adversidad inesperadamente, Él tiene para nosotros un fin inesperado que va a dar en un futuro esperanzador (*Jeremiah*, 1909).

Los padres tienen que tener una clara visión en cuanto a lo que va a ser su familia, y en cuanto a cómo ellos van a funcionar. Cuando hay una visión clara en cuanto a qué tipo de familia se quiere formar, esto afecta cada decisión que se toma, y cómo se maneja cada circunstancia ocurrida en la familia. Dios ya ha establecido la visión; nosotros simplemente tenemos captar esa visión, y marchar adelante con ella. Esta visión impactará directamente cómo la familia ha de manejar los buenos tiempos y los tiempos retantes.

### **PREGUNTAS DE DISCUSIÓN:**

Piense acerca de su familia. Haga un listado de los miembros de su familia (incluyendo a los miembros de su familia extendida que viven con usted o que le visitan con regularidad y frecuencia, tales como los abuelos, etc.). Describa o dibuje cómo se ve o cómo le parece su ambiente familiar ahora - feliz, alegre, triste, enojado, de adversarios, perdonador, etc. Luego, describa o dibuje cómo le gustaría a usted que se viera su hogar (denos su visión de usted, su ideal). ¿Qué hábitos o actitudes quisiera usted cambiar o que cambiaran, que no estuvieran en su hogar? ¿Qué quisiera usted añadir para ver que su visión se torne en realidad en su hogar?

## SEA INTENCIONAL AL PROCURAR LOS VÍNCULOS FAMILIARES

No es posible sobreemfatizar la importancia que reviste para su/s hijo/a/s el sentirse conectado y vinculado/ a sus padres, a otros y a Dios. Los estudios hechos sobre los vínculos nos han mostrado que los niños que están sana y emocionalmente bien conectados son más seguros. Mientras más seguro se sienta el niño, más recursos tendrá a la mano para tratar con los muchos retos que le lance la vida. El niño más seguramente conectado, más sanamente vinculado cree que él o ella tiene suficientes recursos internos, fe en Dios, confianza en otros, etc., para enfrentarse a la vida. Cuando los niños no hallan vínculos seguros y estables, piensan que no tienen recursos ni apoyo, que han sido dejados a la deriva, que tienen que defenderse solos, y depender solo de sí mismos.

Dios nos creó para que estuviéramos relacionados, vinculados unos con otros. Y las investigaciones apoyan el concepto bíblico de que las relaciones y los vínculos son cruciales, esenciales para la vida. Desde el tiempo en que nace un infante, la mente está programada para llevar a cabo las funciones básicas, tales como pensar, sentir, relacionarse con otros, juzgar y percibir, por medio de los vínculos entre madre-hijo y padre-hijo. Hay mucha evidencia para sostener que la mera supervivencia depende de estas experiencias de enlace. Hay estudios principales que demuestran que los infantes que no recibieron abrazos, ni el calor del afecto, fallecieron por falta de vínculos o enlaces, por esa falta de conexión. Debemos apresurarnos a decir que aún la figura de un padre o de una madre [que realmente no son los padres biológicos] que provea ese nutrimento suavizador tan necesario, podría ayudar al infante a progresar en el ambiente.

Cuando un niño es seguramente conectado, vinculado, experimenta lo que se conoce como *homeostasis*. Esto significa que un niño puede, fisiológica y emocionalmente regular sus respuestas, especialmente cuando encuentra disturbios en su ambiente. Los padres pueden ayudar a sus hijos de todas las edades a encontrar estabilidad, al proveerles un hogar que es seguro, predecible, y lleno de mucho amor y de enlaces y vínculos. Tal como Dios calma a Sus hijos por medio de Su amor, nosotros estamos llamados a hacer lo mismo con nuestros hijos.

---

### PREGUNTAS PARA DISCUSIÓN:

Léase Sofonías 3:17. "El Señor está en medio de ti, poderoso; Él salvará. Se gozará sobre ti con alegría, te pacificará con su amor; se regocijará sobre ti con cantar".

Haga un listado de las maneras en que Dios se vincula con nosotros, Sus hijos. ¿De qué maneras tangibles puede usted ser más intencional en cuanto a regocijarse sobre sus hijos de manera que se construyan estos enlaces y se nutran estos vínculos?

---

## MODELE LA RESILIENCIA

Mi abuela (Elaine) con mucha frecuencia compartía relatos de su vida cuando era joven, y de muchas de las dificultades que tuvo que enfrentar cuando era una niña joven. Ella era la mayor de diez hermanos, y tuvo que dejar la escuela cuando tenía solo trece años, al morir su padre, para ayudar a su madre a cuidar de sus hermanos más pequeños. Sin embargo, ella siempre hablaba de cómo Dios la guiaba a través de las pruebas. Con frecuencia ella repetía textos de las Sagradas Escrituras, tales como Filipenses 4:13 y 2 Corintios 12:9, y nos animaba a memorizar las promesas de Dios para ayudarnos a sobrellevar los tiempos difíciles de nuestra vida. Ella vivió su vida creyendo que que Dios siempre proveería una salida, aun cuando parecía que sería imposible. Ella modeló la resiliencia durante su vida.

El ser resiliente no significa que hay que pretender, fingir o ignorar las dificultades o los retos de la vida. Significa que usted se mantiene positivo/a y esperanzado/a durante los tiempos difíciles.

Resilience doesn't mean you pretend or ignore the hardships or challenges in life. It means you remain positive and hopeful during difficult times. Here are a few ways that parents can model resilience. Incluimos a continuación algunas maneras en las que los padres pueden modelar la resiliencia.

1. **Promueva una actitud positiva.** Una vez más, no se trata de un positivismo ficticio, que no permite que se procesen las emociones, sino de aquel en que uno puede buscar las cosas buenas, a pesar de estar pasando por dificultades y luchas.
2. **Aprenda a regular las emociones.** Con mucha frecuencia las personas entienden mal la regulación de las emociones, pensando que se trata de que hay que inhibir las emociones, o sea, de no expresar lo que uno siente. Pero regular las emociones significa que las emociones se expresan de manera saludable y proactiva. Si los padres modelan 'la auto-regulación de las emociones', los niños también aprenderán a regularlas.
3. **Permanezca firme en la esperanza.** Sea optimista con respecto al futuro. Como pueblo de Dios, tenemos esta esperanza - ¡que un día Él regresará para llevarnos consigo a casa! ¡Que sus hijos le escuchen orando y repitiendo las promesas de Dios! Asegúreles vez tras vez que su fe y su confianza descansan en Dios; porque Él puede, y de hecho, les ha llevado a salvo a través de muchas tormentas.

---

### PREGUNTAS DE DISCUSIÓN:

Lea los siguientes textos: Filipenses 4:13 "Todo lo puedo en Cristo que me fortalece." Y 2 Corintios 12:9. "Y me dijo: 'Bástate mi gracia, porque mi poder se perfecciona en la debilidad.' Por eso, de buena gana me gloriaré más bien en mis debilidades, para que habite en mí el poder de Cristo."

Discuta lo que estos textos significan para usted, y cómo pueden ayudarle a ser más resiliente. Memorice estos textos esta semana si no se los ha memorizado ya, o seleccione otros textos que puedan ayudarle a ser más resilientes a usted y a sus hijos.

## CONCLUSIÓN

Como cristianos, podemos buscar a Dios para pedirle ayuda para desarrollar una mayor capacidad de responder a los traumas y al estrés. Los padres pueden fomentar la resiliencia en sus hijos, y recordarles del alivio que proviene de saber que Dios les ha prometido esperanza y un futuro mejor. Si usted está luchando con las dificultades de la vida, no dude en buscar ayuda y consejería cristiana.

## REFERENCIAS

Cloud, H., & Townsend, J. (1999). *Raising Great Kids*. [Criando muchachos maravillosos] Zondervan.

Spence-Jones, H. D. M., & Exell, J. S. (Eds.) (1909). *The pulpit commentary* [El comentario del púlpito]. London:

Funk and Wagnalls Co. Walsh, F. (2015). *Strengthening family resilience* [Fortaleciendo la resiliencia familiar]. Guilford publications.

White, E. G. (2001). *The Adventist Home* [El hogar cristiano]. Review and Herald.

# NUTRIENDO LOS CARACTERES PARA LA ETERNIDAD

---

POR KAREN HOLFORD

## NOTA

*Este seminario tiene una presentación en Power Point con notas que usted puede utilizar al enseñar este tema. Sin embargo, si usted está trabajando en un ambiente donde no tiene accesibilidad al Power Point, o si usted prefiere no usarlo, usted puede preparar una presentación en base a cartelones utilizando los puntos claves de este bosquejo, o puede usted pedirle a distintas familias o a algunos estudiantes que preparen carteles para ilustrar cada una de las 24 fortalezas de carácter que se discuten en este seminario.*

## CÓMO INVOLUCRAR AL GRUPO, ESPECIALMENTE A LOS NIÑOS

*Invite a los niños a leer los textos bíblicos conectados con cada fortaleza de carácter. De ser posible, avíseles de antemano cuál versículo o texto usted quiere que cada uno lea. Cada una de las fortalezas de carácter es también acompañada de preguntas para hacerlas a la iglesia a la que usted enseña. Resulta útil pedirle a los niños que mencionen personajes bíblicos que mostraron la fortaleza de carácter en discusión para ayudarles a involucrarse y a pensar en las distintas fortalezas de carácter, y cómo se ilustran en las vidas de los personajes bíblicos.*

## ACTIVIDADES GRUPALES OPCIONALES

*Al discutir algunas de las fortalezas de carácter se incluyen actividades grupales opcionales. Usted puede utilizarlas para variar el método de enseñanza con estas actividades, que pueden involucrar a toda la audiencia.*

**Ilustración opcional** – *Una bandita o gomita elástica; e hilo que usted pueda romper con sus dedos índice. (Véase la transparencia 42.)*

**Karen Holford**, MSc, MA es Directora del Departamento de Ministerios de Familia en la División Trans-Europea de la Iglesia Adventista del Séptimo Día en St. Albans, Hertfordshire, Reino Unido.

## NUTRIENDO LOS CARACTERES PARA LA ETERNIDAD

### INTRODUCCIÓN

A través de este seminario, tomaremos juntos un viaje que nos llevará por el desarrollo del carácter. Exploraremos por qué es importante que identifiquemos las 24 fortalezas principales del carácter. También aprenderemos cómo podemos nutrirlas en nuestros hijos utilizando maneras muy sencillas diariamente. Oremos para comenzar.

Las fortalezas de carácter son maneras positivas de pensar, de hablar, y de hacer que nos energizan y que nos ayudan a disfrutar más de una vida abundante con mejor salud espiritual mental y física, y con relaciones más satisfactorias. Las fortalezas de carácter son cualidades personales que nos ayudan a nosotros y a nuestros hijos, a florecer. Podemos escoger el desarrollar y hacer crecer nuestros caracteres a lo largo de todas nuestras vidas. Las buenas nuevas son que nosotros podemos nutrir estas características en nuestros niños desde su muy tierna edad por la manera en que interactuamos con ellos diariamente, y al ser buenos modelos del desarrollo del carácter en nuestras propias vidas.

Jennifer Fox Eades, la autora cristiana del libro: "*Celebrando fuerzas*" [o fortalezas], sugiere que las fortalezas de nuestros caracteres son cualidades que nos describen en nuestro mejor momento.

Esto nos anima, y a los niños que nosotros nutrimos, porque enfoca sobre los momentos en que las cosas nos van bien, en vez de en las ocasiones en que cometemos errores.

Generalmente, nos enfocamos sobre lo que hacemos cuando estamos en los peores momentos, o cuando pasamos por las condiciones más difíciles, y vemos nuestros errores como nuestras debilidades. Pero el enfocarse en lo que son capaces de hacer nuestros niños bajo las mejores condiciones, puede darnos una perspectiva positiva y animadora de sus vidas, tanto como de nuestras vidas. Nos ayuda a notar y a nutrir las fortalezas de carácter que añaden calidad y resiliencia a nuestras vidas.

### PEDRO Y EL DESARROLLO DEL CARÁCTER

El apóstol Pedro habla acerca del proceso del desarrollo del carácter en su segunda carta. Él no espera que los cristianos tengan un carácter maduro y bien desarrollado desde el inicio de su carrera cristiana. El carácter crece, paso a paso, hasta la madurez, el discipulado y la práctica diaria. El objetivo de estos pasos es el ayudarnos a madurar en el generoso amor de Dios. Pedro escribe:

"Por esa razón, poned la mayor diligencia en agregar a vuestra fe, virtud; a la virtud, conocimiento; al conocimiento, dominio propio; al dominio propio, paciencia; a la paciencia, piedad; a la piedad, afecto fraternal; y al afecto fraternal, amor. Porque si estas virtudes están en vosotros, y abundan, no os dejarán ociosos, ni sin fruto en el conocimiento de nuestro Señor Jesucristo." (2 Pedro 1:5-8)

## LAS FORTALEZAS DE CARÁCTER ENRIQUECEN NUESTRAS VIDAS

Nosotros necesitamos desarrollar nuestros caracteres, así como los de los niños bajo nuestro cuidado para ayudarnos a ser miembros vigorosos y florecientes del reino de Dios, y personas que resulten en bendición para aquellos que nos rodean. Cuando se fortalecen y se usan las cualidades de nuestros caracteres, llegamos a ser miembros respetados de nuestra sociedad, buenos trabajadores, creativos, de diversos recursos útiles, dignos de confianza, solícitos, cuidadosos, caritativos y generosos. Finalmente, el objetivo de ser buenos padres y de enseñar es el desarrollar niños que van a ser buenos ciudadanos, felices, confiados, resilientes, afectuosos y solícitos. De esta manera, es de vital importancia que descubramos cómo ayudar a los niños a reconocer las fortalezas de sus caracteres, a desarrollar estas cualidades, y a disfrutar del uso y empleo de ellas para el bien.

---

### ACTIVIDAD

Nuestro ejemplo es el carácter de Dios. Trabajemos juntos para hacer un listado de las muchas características de Dios. Trabajemos en parejas o en grupos pequeños y creemos un listado de las cualidades del carácter de Dios.

*Nota: (Si usted está haciendo una presentación por medio de ZOOM, considere compartir en pantalla la "White Board", habilitando a los participantes para que utilicen la opción de texto "Annotate" para crear la lista de las características y fortalezas del carácter de Dios.)*

*Asigne cinco minutos para esta actividad; luego invite a las parejas/grupos a contribuir una fortaleza/característica a la vez al listado que usted puede ir haciendo en un cartel o en una pizarra.*

---

## ¿QUÉ FORTALEZAS DE CARÁCTER VALORA LA GENTE ALREDEDOR DEL MUNDO?

Los investigadores se han dado a la tarea de hallar las 24 fortalezas de carácter más valoradas alrededor del mundo, en todas las culturas (véase: [www.viacharacter.org](http://www.viacharacter.org)). Esta lista de fortalezas, además, describe el carácter de Dios. Esto nos recuerda que todos hemos sido hechos a la imagen de Dios, y que Él ha escrito Sus leyes en cada uno de nuestros corazones humanos, lo conozcamos a Él o no.

El sitio web [www.letitriple.org](http://www.letitriple.org), ha organizado en seis grupos o categorías las 24 fortalezas de carácter valoradas en todas las culturas: Sabiduría, Valor, Humanidad, Justicia, Temperancia, y Trascendencia. Exploraremos estas categorías y estas fortalezas de carácter, individualmente.

**Sabiduría** - Creatividad, Curiosidad, Amor al aprendizaje, Perspectiva

**Valor** - Bravura, Perseverancia, Honestidad, Entusiasmo

**Humanidad** - Amor, Bondad, Inteligencia social

**Justicia** - Responsabilidad Social, Trabajo en equipo, Equidad, Liderazgo

**Temperancia** - Perdón, Humildad, Prudencia, Auto-control

**Trascendencia** - Aprecio de la belleza, Gratitud, Optimismo, Humor, Espiritualidad

## LAS FORTALEZAS DE CARÁCTER DE SABIDURÍA SON:

- Creatividad
- Curiosidad
- Amor al aprendizaje
- Perspectiva – ser capaz de ver las situaciones a través de una lente de aumento- de "un cuadro grande"

### CREATIVIDAD

La creatividad nos ayuda a resolver problemas, a imaginarnos un diseño y a hacerlo realidad. Esta es una de las fortalezas más altamente cotizadas porque lleva a la innovación y al progreso en áreas importantes, tales como la salud, la ciencia y el cuidado del ambiente. "Porque somos hechura suya, creados en Cristo Jesús para buenas obras, que Dios de antemano preparó para que anduviésemos en ellas." (Efesios 2:10)

¿Qué personajes bíblicos tenían el don de la creatividad? (Dios creó el mundo; David escribió salmos; María usó una cubeta para alimentar a los animales (un pesebre) como cuna para su bebé recién nacido; a los artesanos se les dieron las destrezas para construir el tabernáculo y el Santuario). ¿Cómo podemos nutrir la creatividad de los niños? Al permitirles experimentar con materiales para crear cosas u objetos, al proveerles juguetes de construcción, o materiales naturales, que ellos pueden usar para construir y hacer cosas; pensar en nuevas maneras de utilizar objetos bien conocidos, usar cosas inesperadas para resolver un problema cuando las herramientas comunes no están disponibles; cocinar alimentos, crear jardines, etc.

### LA CURIOSIDAD

La curiosidad lleva al aprendizaje y al descubrimiento de nuevas posibilidades. "Es gloria de Dios tener secretos, y honra del rey es escudriñarlos." (Proverbios 25:2) ¿Que personajes bíblicos fueron curiosos? (Moisés fue a ver la zarza ardiente, y Salomón quiso saber más.) ¿Cómo podemos nutrir la curiosidad de nuestros niños? Podemos hacer esto al proveerles recursos, al apoyarles al ellos explorar el mundo natural que les rodea, al hallar libros a su nivel para que ellos lean, y al movernos despacio con ellos y seguir sus intereses y curiosidades genuinamente.

### EL AMOR AL APRENDIZAJE

"Oír al sabio y aumentará su saber, y el entendido adquirirá destreza." (Proverbios 1:5) Entre los personajes de la Biblia, ¿a quiénes les encantaba aprender? (Salomón, Jesús, Pablo y José, hijo de Jacob, aprendieron a ser líderes y dirigentes.) ¿Cómo podemos nutrir el amor al aprendizaje en nuestros niños? Al compartir con ellos experiencias positivas de aprendizaje, al hacer el aprendizaje interesante y gozoso, al premiar los esfuerzos de aprendizaje en vez de simplemente asignarles una nota de "*perfecto*", etc.

### LA PERSPECTIVA

"Haya en vosotros el mismo sentir que hubo en Cristo Jesús." (Filipenses 2:5) ¿Qué personaje de la Biblia mostró que tenía perspectiva, y fue capaz de ver más allá de lo que tenía delante de sí, o de ver las cosas de otro ángulo, desde otro punto de vista? (Abrahán, Moisés,

Caleb, Josué, Job, etc.) ¿Cómo podemos ayudar a nuestros niños a adquirir perspectiva? Podemos animarles a ver las cosas desde el punto de vista de distintas personas, podemos ayudarles a ver la más amplia perspectiva del amor de Dios, que abarca a todas las personas, etc.

### **LAS FORTALEZAS DE CARÁCTER DE VALOR SON LAS SIGUIENTES:**

- Bravura
- Perseverancia
- Honestidad
- Entusiasmo

#### **BRAVURA**

"Mira que te mando que te esfuerces y seas valiente. No temas ni desmayes; porque YO, el Señor tu Dios, estaré contigo donde quiera que vayas." (Josué 1:9) ¿Cuáles personajes bíblicos demostraron bravura y valentía? (Noe, Moisés, Daniel, Elías, Pablo, María, la madre de Jesús, etc.) ¿Cómo podemos nosotros nutrir la bravura y el valor en nuestros hijos? Nosotrtos podemos ayudarles a progresar un pequeño paso a la vez, asegurándonos de que puedan manejar cada paso con seguridad antes de proseguir al siguiente; podemos enseñarles las destrezas de seguridad; no debemos empujarlos a situaciones que le causen miedo antes de que ellos estén listos para manejarlas. Debemos estar listos para protegerlos y reconfortarlos en caso de que se asusten. "...El amor perfecto elimina el temor." (1 Juan 4:18)

#### **LA PERSEVERANCIA**

"Hermanos míos, tened por sumo gozo cuando os halléis en diversas pruebas, porque vosotros sabéis que la prueba de vuestra fe producen paciencia. Pero tenga la paciencia su obra completa, para que seáis perfectos y cabales, sin que os falte cosa alguna." (Santiago 1:2-4) ¿Cuáles personajes bíblicos demostraron su perseverancia? (Noé, Moisés, Daniel, Elías, Pablo, etc.) ¿Cómo podemos nosotros hacer crecer la perseverancia en nuestros hijos? Nosotros podemos premiar/apreciar el esfuerzo, en lugar del logro para animarles a persistir; podemos darles apoyo en las tareas difíciles, como en el aprendizaje de la música, al practicar y/o trabajar junto a ellos; podemos modelar la perseverancia en nuestras propias vidas.

"My brethren, count it all joy when you fall into various trials, knowing that the testing of your faith produces perseverance. But let patience have its perfect work, that you may be mature and complete, lacking nothing" (James 1:2-4). Which Bible characters persevered? (Noah, Moses, Daniel, Elijah, Paul, etc.). How do we nurture perseverance in our children? We can reward/appreciate effort rather than achievement to encourage them to persist; support them in hard tasks and practicing music, etc. by practicing or working with them; model perseverance in our own lives.

#### **LA HONESTIDAD**

"... Hablando la verdad en amor, crezcamos en todo en Aquel que es la Cabeza, esto es en Cristo." (Efesios 4:15) ¿Que personajes bíblicos nos mostraron su honestidad? (Los profetas

hablaron honestamente al pueblo de Dios; David admitió su pecado en contra de Urias, etc.) ¿Como podemos nutrir la honestidad en nuestros niños? Al responderles amable y positivamente cuando nos dicen la verdad; al mostrarles gracia y amor, de manera que no tengan miedo de decirnos la verdad; al proveerles apoyo para arreglar las cosas cuando han cometido un error, en vea de tapar el error y procurar esconderlo; al ser honestos con ellos con respecto a nuestros propios errores y retos.

## EL ENTUSIASMO

"Y todo lo que hagáis, hacedlo de corazón, como para el Señor, y no para los hombres." (Colosenses 3:23) ¿Que personajes bíblicos fueron entusiastas? Pedro - al saltar de la barca a las olas, al mandato de Jesús; Caleb - al pedir el monte como su herencia, etc.) ¿Cómo podemos nutrir el entusiasmo en nuestros niños? Al modelar entusiasmo en nuestro quehacer diario; al animarlos cuando están corriendo hacia las meta; al mantener una actitud positiva..., etc.

## LAS FORTALEZAS DE CARÁCTER DE HUMANIDAD

Éstas son las fortalezas de carácter que involucran la atención y el cuidado de y hacia otras personas.

- Bondad
- Amor
- Inteligencia social

## LA BONDAD

"Sed benignos, compasivos unos con otros, perdonándoos unos a otros, como también Dios os perdonó en Cristo." (Efesios 4:32) ¿Qué personajes bíblicos fueron bondadosos? (Abrahán, Abigail, la criada hebrea en casa del Capitán Naamán, María, quien ungió a Jesús en la cena de Simón, la viuda de Zarepta, Dorcas, etc.) ¿Cómo podemos instilar y nutrir la bondad en nuestros hijos? Podemos mostrarles bondad al hablarles bondadosamente y al actuar con genuina bondad; podemos animarles hacia actos de bondad en el hogar; podemos involucrar a toda la familia en actos de bondad en la comunidad, y así ayudar a los niños a experimentar el gozo de ser bondadosos hacia los demás; podemos buscar ideas en línea para ejecutar actos de bondad en la comunidad, etc.

---

## ACTIVIDAD OPCIONAL

Pida a los niños que dibujen el contorno de la mano abierta con los dedos separados de un adulto. Luego, en cada dedo del dibujo de la mano, escriben un acto de bondad que ellos (los niños) pueden hacer.

---

## EL AMOR

"Un mandamiento nuevo os doy, que os améis los unos a los otros. Que os améis así como YO os he amado." (Juan 13:34) ¿Cómo mostró Jesús su amor hacia los demás? Él los bendijo, los tocó, los alimentó, cuidó de ellos, pasó tiempo con ellos, los discipuló, los curó, habló con ellos del amor de Dios, etc.

¿"Cómo podemos nosotros nutrir la fortaleza de carácter del amor en nuestros niños? Enfocándonos en el amor de Dios por nosotros, de manera que podamos, a nuestra vez, pasarlo a nuestros hijos; dando a los niño un ejemplo viviente del amor, de la gracia amorosa hacia ellos; podemos descubrir qué les hace a ellos sentirse amados, y practicarlo tan frecuentemente como sea posible; podemos ser buenos modelos al ser amantes seguidores de Cristo; podemos sorprenderlos regularmente ideando distintas maneras de expresarles nuestro amor hacia ellos; podemos involucrarlos en actos de amor hacia otros, etc., etc.

### **LA INTELIGENCIA SOCIAL**

La inteligencia social es la habilidad de estar atentos a las necesidades de otras personas, y de suplir esas necesidades de maneras bondadosas y amorosas. "Sed benignos, compasivos unos con otros, perdonándoos unos a otros, como también Dios os perdonó en Cristo." (Efesios 4:32) ¿Cuáles personajes bíblicos fueron inteligentes socialmente? (Abigail, Noemí, Abrahán, Moisés, etc.) ¿Cómo podemos nutrir la inteligencia social en nuestros hijos? Podemos nutrir la inteligencia social animando a los niños a imaginarse lo que las otras personas pudieran estar pensando y sintiendo; podemos animar a los niños a preguntar a otras personas qué necesitan y cómo ellos (los niños) pueden ayudarles; podemos enseñarles las destrezas para ser buenos y amables amigos, que mantengan los secretos y traten a los demás con respeto y amor, etc.

### **LAS FORTALEZAS DE CARÁCTER DE LA JUSTICIA SON:**

- Responsabilidad social
- Trabajo en equipo
- Equidad
- Liderazgo

### **LA RESPONSABILIDAD SOCIAL**

"Sobrellevad los unos las cargas de los otros, y cumplid así la Ley de Cristo." (Gálatas 6:2) ¿Cuáles personajes bíblicos mostraron responsabilidad social? (Jesús se preocupaba por los hambrientos, y trabajó para incluir a las personas que estaban siempre al margen de la sociedad, tales como a las mujeres, a los samaritanos, a los extranjeros, a los niños, a los leprosos, a los cobradores de impuestos, etc., etc. Abrahán mostró inteligencia social en sus relaciones con los que le rodeaban, con los sodomitas y con los de Gomorra; Moisés también mostró inteligencia social al hablar por su pueblo ante faraón, y luego ante Dios, y también al dirigir y cuidar a los israelitas en el desierto.)

¿Cuán socialmente responsables somos nosotros en nuestra vida diaria? ¿Qué estamos haciendo para ser una bendición para la sociedad que nos rodea, para dar voz a aquellos que están siendo pisoteados, y para trabajar en favor de los blancos u objetivos de la responsabilidad social? ¿Cómo podemos nutrir la responsabilidad social en nuestros niños? Manteniéndonos informados de los asuntos sociales en los cuales podemos involucrarnos; enseñando a nuestros niños acerca de estos asuntos de la manera apropiada; trabajando juntos como familia en un proyecto para recoger dinero para hacer pozos y facilidades higiénicas en países donde muchos del pueblo carecen de estas facilidades; y cuidando de los refugiados, etc.

## EL TRABAJO EN EQUIPO

"¡Mirad cuán bueno y agradable es que los hermanos habiten en unión y armonía." (Salmo 133:1!) En el contexto del relato bíblico, ¿quién mostró buen trabajo en equipo? (Noé y sus hijos, al construir el arca; los discípulos de Jesús al alimentar las multitudes; el pueblo israelita reconstruyendo las murallas de Jerusalén; etc.) ¿Cómo ayudamos a nuestros hijos a ser buenos trabajadores en equipo? Podemos ayudarles involucrándoles en actividades en equipo, especialmente cuando se trabaja con otras personas en algún proyecto misionero o de cuidado, en vez de en deportes competitivos; les ayudamos cuando forman parte de un coro, de una orquesta o de otra actividad grupal semejante; les ayudamos cuando participan en las tareas conjuntas del hogar en familia, o cuando participan en la preparación de un evento en conjunto, tal como una fiestecita, una comida, etc.

## LA EQUIDAD

"Hermanos míos, que vuestra fe en nuestro glorioso Señor Jesucristo sea sin distinción de persona." (Santiago 2:1) ¿Qué personajes bíblicos mostraron equidad? (El rey Salomón en el juicio de las dos madres y el bebé, los creyentes de la iglesia del nuevo testamento al asegurarse que las viudas fueran tratadas con justicia, etc.). ¿Cómo nutrimos el sentido de la equidad en nuestros niños? Al tratarlos de maneras que ellos consideren equitativas. Animarles a que sean buenos deportistas y a ser capaces de perder sin enojarse y sin recriminarse; animarles a que traten a los perdedores amablemente y a compartir con ellos, animarles a que hagan sentir bien a los perdedores, sin mofarse ni menospreciarles, etc.

## EL LIDERAZGO

"Pero vosotros no sois así. Antes, el mayor entre vosotros sea como el más joven; y el que dirige, sea como el que sirve." (Lucas 22:26) Mencione algunos buenos líderes de la Biblia. ¿Cuáles son algunas de las cualidades que Dios aprecia en sus líderes? (Moisés, Abrahán, David, Elías, Pablo, Ester, etc. -- Humildad, compasión, la habilidad de escuchar a otros, el tener una relación creciente con Dios, valentía bondad, sabiduría, etc. ¿Cómo hemos de nutrir estas cualidades en nuestros hijos? Podemos darles la oportunidad a los niños a que dirijan en cosas menores, inicialmente, como el servicio de canto en la familia, mas tarde - el culto familiar. Hay que nutrir sus fortalezas de carácter; hay que ser buenos líderes como padres para ser modelos a los hijos; hay que leerles libros acerca de buenos líderes, etc.

## LAS FORTALEZAS DE CARÁCTER DE LA TEMPERANCIA

- Perdón
- Humildad
- Prudencia
- Auto-control

## EL PERDÓN

Sed benignos, compasivos unos con otros, perdonándoos unos a otros, como también Dios os perdonó en Cristo." (Efesios 4:32) ¿Cuáles son algunos ejemplos de perdón en la Biblia? (Esaú y Jacob, la historia del hijo pródigo, Jesús y Zaqueo, Jesús y la mujer tomada en adulterio,

Jesús en la cruz perdonando a sus perseguidores, etc.) ¿Cómo podemos nutrir un corazón perdonador en nuestros hijos? Podemos enseñarles un proceso saludable para perdonar - escucharse el uno al otro, mostrando que se entiende el efecto que han tenido sus acciones sobre los otros; restaurando las relaciones rotas por medio de muestras apropiadas de arrepentimiento expresadas adecuadamente y con acciones bondadosas y restauradoras, etc.; leyendo buenos libros acerca del perdón apropiados a la edad de los niños; observando videos acerca del perdón y la restauración de sitios 'web' cristianos; explorando recursos para niños y jóvenes acerca del perdón de fuentes como *www.theforgivenessproject.com*, etc.

---

## LA HUMILDAD

“Porque el que se ensalzare, será humillado; y el que se humillare, será ensalzado”. (Mateo 23:12). ¿Cuáles personajes Bíblicos eran humildes? (Abigail, Moisés, Jesús cuando lavo los pies de sus discípulos, José cuando le sirvió a Potifar y cuando trabajó en la prisión, la mujer que tocó el borde de la túnica de Jesús, etc.). ¿Cómo podemos fomentar en nuestros niños una actitud de humildad positiva -sintiéndose seguros de su valor a los ojos de Dios , y lo suficientemente humildes que puedan servir a otros con gozo y amor? Podemos reafirmar sus esfuerzos en vez de los resultados; el ‘éxito’ que puedan obtener; déjenle saber que Dios los ama tal y cual son, y que Su amor no depende de nuestras habilidades, de nuestros talentos, de nuestro aspecto, ni de nuestro comportamiento; anímelos a servir con gozo, sabiendo que todo lo que hagan, por simple que sea, o por humilde que sea, es un regalo para Jesús, etc.

## LA SABIDURÍA.

“Y si alguno de vosotros tiene falta de sabiduría, pídala a Dios, (el cual da a todos abundantemente, y sin reproche) y le será dada.” (Santiago 1:5) ¿Cuáles personajes Bíblicos fueron sabios? (Salomón, Moisés, José, Abigail, etc.). ¿Cómo podemos fomentar en nuestros niños el desarrollo de la sabiduría? Podemos hablar con ellos sobre distintos posibles escenarios y ayudarlos a entender cómo tomar buenas decisiones, anímelos a preguntarle a sus familiares más adultos acerca del consejo más sabio que hayan recibido, ratifíquelos cuando tomen una sabia decisión, y léale historias acerca de personas que fueron sabios en la Biblia y a través de las edades, etc.

---

### ACTIVIDAD OPCIONAL

Piense sobre algún consejo sabio que alguien haya compartido con usted. ¿Qué diferencia ha marcado este consejo en su vida? ¿Qué consejo de sabiduría podría compartir con una persona menor que usted?

---

### PRECAUCION

“Mirad, pues, cómo andéis avisadamente; - no como locos, sino como sabios; redimiendo el tiempo, porque los días son malos. Por tanto, no seáis imprudentes, sino entendidos de cuál sea la voluntad del Señor.” (Efe 5:15-17). ¿Qué personajes Bíblicos fueron buenos ejemplos de prudencia? (Los profetas le advirtieron al pueblo de Israel cuando su comportamiento los apartaba de Dios). ¿Cómo cultivamos la prudencia en nuestros hijos? Animándolos a evaluar los posibles riesgos que cada acción va a causar, y ayudándolos a mantener en mente sus metas para que no se desvíen ni se descarrilen. Motíveles a actuar de manera tal que ellos y los demás estén seguros. Fomente el que sus hijos vengan a comunicarse con usted cuando algo les preocupa, o cuando están confundidos en cuanto a qué hacer.

### DOMINIO PROPIO

“Mas el fruto del Espíritu es amor, gozo, paz, paciencia, benignidad, bondad, fe, mansedumbre, templanza; contra tales cosas no hay ley”. (Gal. 5: 22-23). ¿Qué personajes Bíblicos fueron buenos ejemplos de dominio propio? (Juan el Bautista, David cuando rehusó matar a Saúl; ayunando, etc.). ¿Cómo cultivamos el dominio propio en nuestros hijos? Dando un buen ejemplo de dominio propio, animando a los niños a esperar por algo que ellos quieran en vez de tenerlo inmediatamente, tal como esperar un mes antes de comprar algo que quieran para ver si después de esperar, aun lo quieren. Hagan de las esperas un juego divertido, etc.

---

### ACTIVIDAD OPCIONAL

Muestran el video: “The Marshmallow Test” el cual está disponible para la venta en el siguiente enlace: [www.ignitermedia.com https://www.youtube.com/watch?v=QX\\_oy9614H](https://www.youtube.com/watch?v=QX_oy9614H)

---

### LAS FORTALEZAS DEL CARÁCTER EN LA CATEGORÍA DE TRASCENDENCIA:

- Apreciación de la belleza
- Gratitud
- Optimismo
- Humor
- Espiritualidad

## APRECIACIÓN DE LA BELLEZA

“Los cielos cuentan la gloria de Dios, Y el firmamento anuncia la obra de sus manos.” (Salmo 19:1) ¿Cómo sabemos que Dios aprecia las cosas bellas? (Mirando toda la belleza de Su creación) ¿Qué personaje Bíblico se maravillaba de la belleza en la naturaleza? (David y Job en sus poemas). ¿Cómo podemos ayudar a que nuestros niños aprecien la belleza natural del mundo y a que valoren el uso de su creatividad para crear cosas hermosas? Animándolos a hacer altos en su vida, para observar cuidadosamente la naturaleza, y realmente tomar el tiempo para maravillarse en la creación y alabar a Dios por lo que hayan descubierto; valorando nosotros mismos la creación; cuidando del ambiente; tomando bellas fotos de la naturaleza.

---

### ACTIVIDAD OPCIONAL

Pídales a las personas que compartan con alguien, algo de la creación de Dios que los ha llenado de asombro durante esta semana pasada.

---

### AGRADECIMIENTO

“Dad gracias en todo, porque ésta es la voluntad de Dios para con vosotros en Cristo Jesús.” (1 Tesa. 5:18) ¿Qué personajes Bíblicos mostraron agradecimiento a Dios y a otras personas? (Uno de los diez leprosos, David en los Salmos, María la que derramó perfume sobre los pies de Jesús, Pablo en muchas de sus cartas a sus hermanos en Cristo, etc.). ¿Cómo podemos fomentar el ser agradecido, en nuestros hijos, hacia Dios y hacia los demás? Ofreciendo oraciones de agradecimiento, escribiéndole a Dios cartas o tarjetas de agradecimiento; escribiendo tarjetas de agradecimiento a distintas personas por un sinnúmero de cosas; yendo en caminatas buscando razones por las cuales agradecer a Dios, mostrando agradecimiento diariamente a cada persona en el hogar por algo que hayan hecho lo cual ha sido de bendición para usted, etc.

---

### ACTIVIDAD OPCIONAL

Anime a cada persona a pensar en algo por lo que está agradecido, pero debe comenzar con la misma inicial de su nombre. Pídales que compartan con un compañero. Haga un reto en el cual deben pensar en treinta cosas por las que están agradecidos semanalmente, o encontrar una cosa con cada letra del abecedario por lo cual están agradecidos.

---

## ESPERANZA/OPTIMISMO

“Pero los que esperan en Jehová tendrán nuevas fuerzas; levantarán alas como las águilas; correrán y no se cansarán, caminarán y no se fatigarán.” (Isaías 40:31) ¿Qué personaje Bíblico tenía esperanza y era optimista? (Noé mientras construía el arca, el leproso cuando vino a donde Jesús procurando sanidad. ¿Cómo promovemos esperanza en nuestros hijos? Que nuestros hijos tengan siempre algo que anhelar lo cual les provoque felicidad – mientras más pequeño es el niño, más cerca debe ser el evento, porque es muy difícil para los niños pequeños comprender el concepto del tiempo; envuelva a los niños en la planificación de eventos felices, envuelvan a los niños en ahorrar dinero para poder ayudar a otros, o en el recogido de objetos para beneficiar a otras personas; promueva en los niños la capacidad de aspirar al menos una cosa para cada nuevo día o semana, etc.

## HUMOR

“El corazón alegre constituye buen remedio; mas el espíritu triste seca los huesos.” (Proverbios 17:22) Puedes pensar en un historia bíblica que te haga sonreír o reír? (La historia del burro de Balaam, la historia de Jonás y la Ballena, la historia de Jesús bendiciendo a los niños, la historia de Pedro caminando sobre las aguas.)

¿Cómo podemos ayudar a nuestros niños a tener un buen sentido del humor? Podemos observar las travesuras divertidas de los animales, hacer chistes juntos, reírnos unos con otros pero no de los otros, busquen videos chistosos en YouTube que puedan ver juntos, cada cual puede compartir el momento más chistosos del día al final de cada día, etc.

## ESPIRITUALIDAD

¿...y que pide JEHOVÁ de tí? Solamente hacer justicia, y amar misericordia, y humillarte ante tu Dios.” (Miqueas 6:8) Aparte de Jesús, ¿quién de los personajes bíblicos, es tu héroe espiritual preferido? (Ester, Pablo, Moisés, Daniel, etc.). ¿Cómo podemos fomentar la espiritualidad en nuestros niños? Mostrándoles a nuestros niños, de la mejor manera posible, la amante y compasiva imagen de Dios, creciendo en nuestra relación personal con Jesús, haciendo del culto familiar una hora de gozo y felicidad familiar, ofreciéndole a nuestros niños distintas y creativas maneras de orar, ayudándolos a explorar distintas maneras de expresar su fe, etc.

## ¿POR QUÉ SON TAN IMPORTANTES LAS FORTALEZAS DEL CARÁCTER?

- Nos dan recursos valiosos que nos ayudan a enfrentar los desafíos de la vida.
- Escuchamos mucho sobre la importancia de desarrollar la tenacidad tanto en los niños como en los adultos, pero no escuchamos mucho de maneras prácticas en cuanto a cómo podemos desarrollar la resiliencia.
- La resiliencia es la capacidad de recuperarse después de una experiencia desafiante.
- Es como ser una banda elástica (*muestre una banda elástica*) en vez de un hilo delgado (*muestre cómo el hilo se parte fácilmente*).
- Podemos estirar una banda elástica un largo tramo y tan pronto la soltamos, vuelve rápidamente a su estado normal porque es resiliente.
- Es difícil para los niños y par los adultos recuperarse de los tropiezos de la vida, las heridas o los desafíos; y pueden ser más vulnerables al estrés o a la congoja cuando son menos resilientes. Incluso están más susceptibles a utilizar mecanismos de defensa menos saludables, como comportamientos adictivos, comportamientos agresivos, dándose por vencidos, abusando de los demás (bullying), etc.

---

## ACTIVIDAD

Pídale al grupo que le den respuestas rápidas a las siguientes preguntas: ¿Qué cualidad del carácter, piensa usted, que ayudaría a un niño ser resiliente cuando ha hecho muy mal en un examen de la escuela, o cuando se le olvidan las líneas del drama que están presentando en la escuela, o cuando pasan por algo muy triste en sus vidas?

---

## ¿QUÉ TAL SUS PROPIAS FORTALEZAS DE CARÁCTER?

¿Ha pensado alguna vez en sus propias fortalezas de carácter, y en cuáles son sus fortalezas de carácter?

---

## ACTIVIDAD

Haga un listado de sus tres mejores cualidades de carácter y piense en tres momentos en los cuales usted usó estas calidades de carácter. Si esto se le hace difícil, piense en las palabras de algún amigo, de su pareja, de sus amantes padres o de sus hijos con las cuales ellos describirían su carácter.

---

***He aquí nuevamente una lista de las mejores cualidades de carácter, para recordarle cuales son. (Tenga la lista disponible para compartir con su audiencia-vea la presentación de PowerPoint).***

- Creatividad
- Curiosidad
- Amor por el aprendizaje
- Perspectiva
- Valentía
- Perseverancia
- Honestidad
- Entusiasmo
- Amor
- Bondad
- Inteligencia social
- Responsabilidad social
- Habilidad de trabajar en equipo
- Justicia
  - Liderazgo
  - Misericordia
  - Humildad/modestia
  - Prudencia/cautela
  - Autocontrol
  - Aprecio por la belleza

- Gratitud
  - Esperanza/optimismo
  - Buen sentido del humor
  - Espiritualidad
- 

### **ACTIVIDAD**

(Como presentador, relate una historia personal en la cual otra persona haya notado una de las fortalezas de su carácter, de niño o de adulto, de tal manera que hizo una diferencia significativa en su vida de usted. Trate de escoger una historia que demuestre cómo esta experiencia positiva continua aportando a su bienestar y felicidad hasta hoy. Si está presentando en colaboración con otra persona, pueden hacerlo como una entrevista; uno hace las preguntas y el otro contesta o hace la narración)

- Reflexione sobre alguna vez en la que alguien notó o fomentó alguna de sus fortalezas de carácter, por pequeña que haya sido.
  - Si esto se le hace muy difícil, reflexione entonces sobre alguna vez cuando usted notó la fortaleza de carácter de otra persona.
  - Rápidamente relátele la historia a un compañero o a un miembro de su familia que esté con usted.
  - Conceda 5 minutos para esta actividad y luego dé oportunidad para que los participantes comenten sobre la actividad.
-

## REPASO DE CÓMO CULTIVAR EL CARÁCTER DE UN NIÑO:

- Tenga presente las 24 fortalezas de carácter para que así las pueda identificar en su hijo/a o en otras personas.
- Déjenle saber a los niños cuándo usted lo observa usando unas de las fortalezas de carácter antes mencionadas. Afirme sus fortalezas, pues esto los va a incentivar a repetir dicho comportamiento positivo.
- Díganle que tomaron una buena decisión. ¡Déjenles ver cuán feliz usted está de que ellos hayan tomado dicha decisión!
- Ayude a los niños a identificar las fortalezas de carácter tanto en ellos mismos como en los demás.
- Ayúdelos a escoger con cuáles fortalezas de carácter ellos quieren trabajar o mejorar.
- Imagínese alguna vez en la que Jesús pudo haber utilizado alguna de las fortalezas de carácter y lean la historia juntos.
- Ayude a los niños a hacer una lista de maneras en las que pueden poner en práctica su fortaleza de carácter – esto va a ser distinto en cada niño ya que cada cual tiene distintos talentos, personalidades y preferencias, etc.
- Reflexione sobre los distintos personajes Bíblicos que demostraron esa fortaleza de carácter en particular. Estudie la vida de estos personajes.
- Busquen versículos bíblicos que hagan referencia a esta fortaleza de carácter. Memoricen dichos versículos usando distintas estrategias divertidas. Escribanlos, actúenlos, hagan tarjetas con los versículos, etc.
- Encuentren autobiografías de personas que inspiren y que hayan usado la fuerza de carácter que se está estudiando o con la cual se está trabajando, especialmente de personas que aun viven, o de personas cuyas historias son bastante recientes – estas historias demuestran cómo las fortalezas de carácter son relevantes en las vidas de las personas en la actualidad
- Haga un listado, en familia, de maneras en las que pueden practicar alguna de las fortalezas de carácter. Todos pueden mejorar o desarrollar su carácter a la misma vez en distintas maneras.
- En familia o como clase, trabajen juntos con sus fortalezas.
- Elaboren carteles de las fortalezas, y otros recordatorios creativos que los ayuden a practicar las fortalezas.
- Tomen cuenta cuando otras personas demuestran fortaleza de carácter en situaciones reales, en libros, en las noticias, en la televisión o en las películas. Esto es importante pues nos ayuda a reforzar el concepto de que todo el mundo puede desarrollar las fortalezas del carácter, tan importantes para nuestra vida presente y no solo para los tiempos Bíblicos. Esto nos da, tanto a nosotros como a nuestros niños, más ideas de cómo poner en práctica las distintas fortalezas de carácter en el mundo en el que vivimos hoy.
- Al final de cada día, invite a sus niños a hacer una lista de al menos 3 fortalezas de carácter que han utilizado durante el día o la semana. Comparta con ellos otras fortalezas de carácter que usted los haya visto utilizar.
- Si usted está con sus hijos en estos momentos, dígalos ahora mismo acerca de alguna fortaleza de carácter que usted lo ha visto utilizar durante la semana. Observe sus rostros y se dará cuenta de cuánto esto los anima.

### ACTIVIDAD

Divida el grupo de los presentes en pequeños grupos de 4-5 personas.

- Facilítele a cada grupo una nota con una de las fortalezas de carácter escrita en ella.
  - Pídale que enumeren al menos:
    - 3 personajes bíblicos que mostraron esta fortaleza de carácter.
    - 3 versículos de la Biblia que hagan referencia a la fortaleza de carácter con la que se está trabajando.
    - 3 actividades que fomentarían esta fortaleza de carácter en los niños o adolescentes.
  - Cualquier otro recurso que podrían utilizar o crear que fomente la fortaleza de carácter.
  - Invite a los grupos a compartir sus ideas. Si tiene demasiado de grupos, diríjalos a que roten entre sí, compartiendo unos con otros sus ideas.
  - Anime y afirme el buen trabajo en equipo que están haciendo todos juntos ejerciendo así algunas de las fortalezas de carácter. De esta manera mostrará con su ejemplo cómo fomentar el desarrollo de las fortalezas del carácter.
-

## **INSPIRACIÓN**

“Cada acto de la vida, por insignificante que sea, tiene su influencia en la formación del carácter. Un buen carácter es más precioso que las posesiones mundanas, y el trabajo de formarlo es el más noble en el que los hombres pueden comprometerse.” (Ellen G. White 4T 657, 1881[Traducido])

## **HACIENDO DEL DÍA DE HOY UNO PRÁCTICO PARA EL DÍA DE MAÑANA**

- Invite a los participantes a pasar tiempo reflexionando acerca del taller en el cual han participado, y que hagan planes, basados en los nuevos conceptos que han aprendido durante el día de hoy.
- Invítelos a compartir sus ideas con un compañero y a animarse mutuamente en su nueva travesía del desarrollo del carácter.

## **ORACIÓN**

- Ore por los participantes, y por los niños que están en sus esferas de influencias .
- Ore para que los participantes tengan un mejor entendimiento del carácter de Dios y que esto los pueda inspirar a mejorar sus caracteres, y que fomenten el buen desarrollo del los caracteres de los niños.
- Si es posible y apropiado, pida a los adultos que se acomoden en un circulo, alrededor de los niños que estén en el programa y ore por ellos.
- Eleven una oración pidiendo a Dios que bendiga a los adultos que están forjando los caracteres de los niños.

## **DOCUMENTOS OPCIONALES**

Al finalizar el seminario, entregue a cada participante una copia del documento "Cultivando las fortalezas de carácter en los niños".

# CULTIVANDO LAS FORTALEZAS DE CARÁCTER EN LOS NIÑOS

Cuantas más fortalezas de carácter desarrolle un niño, más resistente, feliz y saludable es probable que él/ella sean, y se asimilarán más a Jesús.

Hay 24 fortalezas principales del carácter que se valoran en casi todas las culturas. He aquí algunas maneras divertidas y creativas para ayudar a los niños a desarrollar algunas de esas fortalezas importantes del carácter.

**APRECIAR LA BELLEZA Y EXPERIMENTAR LA MARAVILLA** enriquece las vidas de los niños. Y les ayuda a notar las cosas asombrosas que Dios ha creado. Salmo 104 - de David

- Observe la puesta del sol, una concha, una flor, una lámina en un libro y pregúntele a los niños cuál es la parte más bella de la lámina.
- Díganse unos a otros las cosas bellas que han visto en el transcurso del día.
- Visiten las galerías o salgan a caminar en medio de la naturaleza animando a los niños a detenerse para poder observar la belleza de la naturaleza a su alrededor. Lleve consigo una cámara sencilla para que ellos puedan tomar fotos de las cosas que vayan descubriendo en su jornada.
- En el jardín, en el bosque o en un parque; haga una aventura donde los niños van en busca de tres cosas maravillosas y naturales.

**LA PRECAUCIÓN** ayuda a mantener a los niños seguros y los protege de decir o de hacer cosas que luego lamentarán. Efesios 5:15-17. Muchos de los profetas le daban amonestaciones al pueblo de Dios.

- Enséñele a los niños importantes destrezas de seguridad y cómo prever el peligro cuando están trepando, cuando estén volando un cometa o un papalote, cuando estén jugando cerca de un cuerpo de agua, etc.
- Ayude a los niños a pensar en diversas maneras en las que ellos pueden responder ante distintas situaciones. Anímelos a imaginarse los distintos efectos que sus palabras o sus acciones puedan tener sobre ellos mismos, sobre los demás, y sobre las cosas a su alrededor.
- Utilice los personajes de distintas historias para evaluar los efectos positivos o negativos de sus acciones y para evaluar qué otro curso de acción pudieran haber tomado si hubieran sido más prudentes y más cautelosos.

**EL CORAGE O LA VALENTÍA** es enfrentar las dificultades, los retos, o las situaciones aterradoras en vez de evitarlas. Josué 1:9, Proverbios 3:5-6. Daniel, Elías, Ester, David, Josué.

- Si los niños son temerosos o tímidos, ayúdelos a identificar las distintas cosas que le causen temor, dándole herramientas de cómo manejar sus temores, preparándolos así para enfrentar situaciones que les causen temor en un futuro cercano.
- Cuando sus hijos tengan que actuar en escenario, que ir al dentista, tomar que un examen, etc.; siempre debe estar presente, dándoles seguridad y apoyo incondicional.
- Ayude a los niños a recordar sus momentos de valentía en el pasado. Haga reconocimientos de valentía donde queden plasmados los momentos de valentía, animándolos para el futuro.
- **LA CREATIVIDAD** no es solo ser artístico. Ser creativo es tener un mente abierta acerca de cómo se pueden hacer las cosas, teniendo en mente el producto final, y estando determinados a sobreponerse a cualquier obstáculo que se le presente que pueda impedir completar dicha producto. Eclesiastés 9:10 Creando un tabernáculo, María utilizando un pesebre como la cama de Jesús.
  - Escoja un objeto cotidiano, como un zapato, un envase vacío, una media, y piense en al menos 10 cosas interesantes y prácticas en las que este objeto se puede utilizar.
  - Permita que cada niño escoja tres frutas distintas para crear o hacer un batido de su propia invención o permítale probar con distintos ingredientes en su pizza.
  - Déle a cada niño una caja grande de cartón, tijeras y un juego de marcadores a colores. Ayúdelos a convertir su caja en una nave espacial, en una casa, o en cualquier cosa que su imaginación les sugiera.

**EL ENTUSIASMO** es hacer las cosas con alegría y emoción en vez de estar quejándose. Colosenses 3:23. Rebeca dándole de beber a los camellos. Pedro, el discípulo, también es muy entusiasta.

- Sé tan entusiasta como puedas ser – tu entusiasmo es contagioso!
- Junto a sus niños, inventen un saludo entusiasta – su propia versión de “¡chócala!” – y úselo cuando un niño está renuente a seguir hacia adelante
- Diga: “Si arreglamos y organizamos este salón en menos de cinco minutos, podremos sentarnos a tener una merienda especial.” Esto motiva a los niños a trabajar en equipo, ayudándose unos a otros, los ayuda a estar listos rápido y le añade un sentido de emoción al ‘trabajo’.

**LA IMPARCIALIDAD** es tratar a todas las personas de la misma manera sin importar las diferencias que puedan tener. Santiago 2:1-5. Jesús, Pedro, cuando tuvo el sueño de los animales que bajaban en una sábana.

- Enséñele a los niños a compartir espléndidamente y equitativamente con los demás. También enséñeles a incluir en sus juegos de patio a los niños nuevos o a los que se encuentran rezagados.
- Promueva que sus niños tengan amigos con distintas habilidades y amigos de distintos trasfondos culturales.

- Muestre respeto y consideración por todas las personas que conozca.

**LA MISERICORDIA** es la habilidad de perdonar a aquellos que le lastiman y saber como desestimar el dolor y el resentimiento. Efesios 4:32. José, el hijo de Jacob.

- Ayuden a los niños a entender el perdón hallando y destacando actos simbólicos que demuestren el perdón.
- Enséñele a los niños que el resentimiento los llena de tristeza y dolor. Por el contrario, cuando olvidamos el resentimiento, damos cabida a la felicidad una vez más en nuestras vidas.
- Ayude a los niños a hacer enmiendas a las personas que han lastimado y/o a los que los han lastimado a ellos, haciendo algo bueno o bondadoso para ellos.

**LA GRATITUD** es ser agradecido por los regalos y las bendiciones. 1 Tesalonicenses 5:18, Salmos 136:1. Pablo es agradecido en sus cartas, el leproso que le dio las gracias a Jesús, María, la madre de Jesús, cuando canta después que el ángel le ha dicho que ella tendrá al Mesías.

- Eleve oraciones de agradecimiento antes de las comidas
- Denle a los niños diarios [*diaries*] con pequeños espacios para cada día. Dígale a los niños que diariamente piensen y escriban en el diario, 3 cosas por las que están agradecidos.
- Ayude a los niños a diseñar tarjetas de agradecimiento que sean atractivas. Anímelos a enviar tarjetas de agradecimiento por los pequeños regalos de bondad que reciben a diario.

**LA HONESTIDAD** es decir la verdad con amor, inclusive cuando sea difícil, y siendo auténtico y genuino. Efesios 4:15. Elías, el profeta; Natán y el Rey David.

- Reaccione con cariño y amor cuando los niños son honestos en cuanto a errores que hayan cometido – no los castigue por ser honestos.
- Enséñeles cómo decir la verdad con amor, integrando palabras de ánimo y amor en medio de la honestidad sincera.
- Asegúrese usted, de vivir una vida transparente y honesta, sin trampas ni engaños para que pueda dar un buen ejemplo.

**EL OPTIMISMO O LA ESPERANZA** es creer que lo mejor está por venir cuando pones la confianza en Dios y cuando trabajas para alcanzar tus metas. Jeremías 29:11, Romanos 8:28. Abrahán.

- Dependiendo de la edad, ayude a los niños a establecer metas diarias, semanales, mensuales y anuales. Muéstreles cómo pueden distribuir sus metas en eslabones para alcanzarlas poco a poco y así poder medir su progreso.
- Hagan una estrella o una vela de papel y cúbrala de mensajes inspiradores y de versículos que nutran sus esperanzas.

**EL HUMOR** es mejor cuando las personas se ríen unos con los otros en vez de reírse de los otros. Proverbios 17:22.

- Disfruten divirtiéndose con los niños.

- Compartan a diario sobre lo más chistoso que vieron, escucharon o hicieron durante el día.
- Vayan al zoológico a observar las payasadas de los animales graciosos.
- Busquen el lado gracioso a las cosas que pasan.
- Hagan cosas inesperadas y graciosas. Pónganse la ropa al revés de vez en cuando por una hora; sirva el desayuno en la bañera, arregle las frutas de manera que formen caras graciosas con ellas, esconda cositas graciosas en sus loncheras. Estas cosas pequeñas formarán recuerdos especiales en las mentes de sus niños y les hará sonreír cuando lo recuerden.

**LA BONDAD** es ser considerado con las necesidades de otras personas y poner sus necesidades por encima de las nuestras. Lucas 6:35, Efesios 4:32. Ruth, Abigail, Rebeca.

- Involucren a los niños en actos de bondad – hornee un bizcocho para alguien, llene una canasta de regalitos para una persona enferma, prepare una cajita de zapatos con artículos de primera necesidad para un niños del extranjero... Permítales disfrutar el escoger los obsequios y que puedan experimentar el gozo de dar y de compartir.
  - Prepare un “set de bondad” para que los niños lleven a la escuela. Incluya en el “set” pañuelitos divertidos, caritas felices, una barra de cereal deliciosa, un juguete pequeño, etc. Anímelos a compartir estos objetos con algún niño que esté lastimado, triste o hambriento.
  - Anime a los niños a estar pendiente y notar cuando otros estén cansados, enfermos o tristes y a que busquen maneras de ser bondadosos con sus familiares, maestros y amigos

**EL AMOR** es muchas de las fortalezas de carácter experimentadas en una relación afectuosa. Romanos 12:9-21, 1 Corintios 13. Jesús, El buen samaritano, Rut.

- Pida a cada persona que dibuje un corazón grande donde ha de escribir 10 cosas que otras personas pueden hacer para hacerlas sentir amadas de manera especial. Observe lo que las demás personas han escrito para saber las distintas maneras en que a cada persona le gusta ser amado.
- Decore corazones con versos bíblicos acerca del amor. Haga detalles amorosos entre sí de manera anónima. Deje unos de los corazones decorados, junto al detalle amoroso, para que la persona sepa que es amada.
- Cunado usted sepa de los desafíos y dificultades que las personas tengan en su vida, pregúntese a sí mismo 'cómo podría yo mostrarles el amor de Dios', y hágalo junto con la persona.
- Imáginese el amor de Dios como una ducha se agua refrescante. Muéstrela a los niños que nuestras malas acciones de desamor pueden ser como una sombrilla que no les permite a las personas experimentar el amor de Dios. Muéstrelas un embudo y cómo se pueden recoger grandes cantidades de agua con él. Luego viértalo en una o dos botellas de cristal. Dios quiere que seamos embudos, recibiendo tanto amor como podamos de Él, y luego vertiéndolo en las vidas de las personas.

**EL AUTOCONTROL** es tener la capacidad de esperar por lo que

quieres y limitarte en lo que comes, etc. Gálatas 5:22-23. Juan el Bautista.

- Ofrézcale a los niños que escojan entre una merienda pequeña al instante o una mejor y más grande para después. Ayúdelos a pensar en los beneficios que pueden obtener al esperar por algo mejor.
- Cuando se reparte alguna merienda, anime a los niños a tomar el pedazo más pequeño y a ofrecer las meriendas a los demás antes de tomar para sí.
- No permita que los niños compren lo que desean de una vez. Diríjalos a esperar y luego de un mes, verifiquen si todavía es algo que el niño desea.

**LA SOCIABILIDAD/LA INTELIGENCIA SOCIAL** es estar al tanto de los sentimientos de las otras personas, tanto como los tuyos propio, y supliendo sus necesidades de consuelo, de aliento, de aprecio, de ayuda, de respeto, etc. Romanos 12:9-21. Marta, Abigail.

- Sociabilidad es la capacidad de empatizar con los sentimientos de otras personas. Anímelos a estar triste con los tristes y alegre con los que están alegres!
- Cuando lean historias, hablen sobre los posibles sentimientos de los personajes y lo que quizás ellos necesiten. Exploren juntos los posibles actos de bondad y cariño que puedan ejercer a favor de estos personajes.

**LA ESPIRITUALIDAD** trata sobre creer que la vida tiene valor, razón y propósito. Incluye ayudar a los niños a aprender de Dios y a cómo desarrollar una relación positiva con Él. Miqueas 6:8. Muchos personajes bíblicos.

- Lean biografías de personas que fueron motivadas a hacer grandes cosas en la vida por su fe en Dios.
- Ayuden a los niños a orar de maneras creativas.
- Dígale a los niños que ellos son un regalo de Dios para este mundo, que Él los ama, y que Él tienen un plan especial, emocionante y feliz para sus vidas.

**EL TRABAJO EN EQUIPO** es tener la capacidad de cooperar con otras personas felizmente y de manera productiva. Eclesiastés 4:9-12. Salmos 133:1. Noé y su familia construyendo el arca .

- Escojan proyectos donde los niños tengan que trabajar juntos para alcanzar los mejores resultados, tales como armar una tienda de campanas, planificando una fiesta de cumpleaños, volar un cometa, navegar una barca, etc.
- Demuestre cómo se trabaja en equipo trabajando con ellos mano a mano en sus proyectos difíciles como lo es el de arreglar su cuarto de dormir.
- Déle suficientes oportunidades a los niños de participar en deportes de equipo, bandas musicales, grupos de actuación, etc.; dependiendo de sus intereses particulares.

**LA SABIDURÍA** ayuda a los niños a tomar buenas decisiones. Santiago 1:5; Santiago 3:17; Efesios 5:15-16. Salomón.

- Escriban sabios consejos de los Proverbios en tarjetas en blanco. Tómense turnos al

escoger una tarjeta, leerla y explicar lo que el Proverbio quiere decir.

- Al leer historias, hablen acerca de los personajes más sabios en la historia, lo que dijeron o lo que hicieron que fue tan sabio. También tomen en cuenta a los personajes necios, y aprendan de sus errores!

---

## PASOS PRÁCTICOS PARA CONSTRUIR EL CARÁCTER

---

Es un privilegio observar cómo los niños desarrollan fortalezas de carácter resilientes, que los van a ayudar a florecer y ser felices seguidores de Jesús.

- Conozcan las distintas fortalezas del carácter.
- Corte una figura de un corazón y permita que sus niños escriban en él las fortalezas de carácter. Si desean, pueden añadir más de las aquí mencionadas, pues hay muchas más. También les puede preguntar cuál fortaleza de carácter piensan ellos que demostraron durante el día.
- Tomen cuenta cuando un niño exhibe una de las fortalezas de carácter.
- Mencione la fortaleza que ellos están utilizando y déjenle saber que han tomado una buena decisión.
- Ayúdeles a escoger con cual fortaleza de carácter quieren trabajar para mejorar.
- Haga una lista de distintas maneras en las que ellos puedan fortalecer dicha fortaleza de carácter en sus vidas cotidianas.
- A la hora de acostarse, pregúntele con cuál fortaleza de carácter trabajaron ellos en ese día. Mencióneles otras fortalezas que quizás ellos no notaron pero usted si notó. Esto es una reafirmación muy poderosa para su hijo(a).
- Si usted está muy ocupado/a – aunque sea una vez a la semana que pueda tomar tiempo para notar una fortaleza de carácter, será muy alentador para su hijo(a).
- Trabajen juntos en familia en pro de las fortalezas de carácter. Hagan una “semana de la amabilidad,” etc.
- Utilice la lista de las fortalezas de carácter como inspiración para su culto familiar – enfóquese en los personajes bíblicos que tenían dicha fortaleza de carácter... Explore cómo llegó a desarrollar dicha fortaleza. Apréndanse versículos de la Biblia que hagan referencia a dicha fortaleza, etc.
- Ayude a los niños a identificar cuándo otros tienen alguna fortaleza de carácter. Busquen personajes con dichas fortalezas de carácter en sus libros, películas/programas que ellos vean. Pregúntele quienes fueron los personajes más amables, más valientes, más sabios etc.; y hablen acerca de lo que dichos personajes hicieron y cómo esto marcó la diferencia en otros personajes.
- Para niños más grandecitos o adolescentes, identifiquen personas que hoy mostraron distintas fortalezas de carácter. Mándeles a hacer una investigación sobre alguna persona que es valiente, creativa, bondadosa, etc. También pueden encontrar reportajes o noticias de personas que muestran alguna fortaleza de carácter.

## RECURSOS

- [www.letitriple.org](http://www.letitriple.org) – Página web judía llena de ideas de cómo forjar los caracteres, incluyendo películas y materiales que se pueden utilizar durante la semana de los personajes.
- “Celebrating Strengths”- Libro por Jennifer Fox Eades
- Quiz en línea, [www.viacharacter.org](http://www.viacharacter.org)
- Actividades que ayudan a forjar el carácter de los niños, al crecimiento personal para la familia, a enriquecer los momentos del día. <http://www.momentsaday.com/100-kids-activities-to-build-character/>

# RESILIENCIA FAMILIAR: SIENDO REFINADO POR EL FUEGO

---

POR ALINA BALTAZAR

## TEXTOS

"Por eso reboáis de alegría, aunque ahora, por un poco de tiempo, seáis afligidos por diversas pruebas. Para que vuestra fe, mucho más preciosa que el oro que perece, aunque sea refinado en fuego, sea hallada en alabanza, gloria y honra, cuando Jesucristo se manifieste." (1 Pedro 1:6-7)

"Todo lo puedo en Cristo que me fortalece." (Filipenses 4:13)

## PROPÓSITO

El propósito de este seminario es explorar procesos clave en la resiliencia familiar, y cómo pueden ser aplicados para mejorar el funcionamiento de una familia.

## PREGUNTA INICIAL O CLAVE

¿Cuántos de ustedes han escuchado la palabra **resiliencia**? ¿Qué creen ustedes que significa?

## INTRODUCCIÓN

En estos días, más que en ningún otro tiempo, estamos al tanto de cómo los resultados del pecado nos impactan, tanto a nivel individual, como a la familia, a la comunidad y al mundo entero. Usted puede vivir una vida ejemplar, siguiendo todo lo que la Biblia enseña, y aún así, luchar con los resultados del pecado, tales como las enfermedades, los desastres naturales y los causados por el hombre, el desempleo, la muerte, el divorcio, el crimen, la guerra, y la violencia dentro de su familia o de su comunidad. Aunque el seguir los mandamientos de Dios no disminuye parte del dolor en el mundo, lo que más le gusta al diablo es hacerle daño a los hijos de Dios.

Aunque el diablo intenta hacer daño a Dios al golpearnos y desviarnos de la protección divina, Dios tiene el poder para hacer que algo bello surja de las cenizas. Es de aquí de donde proviene la expresión '*refinado por el fuego*'. Hay muchos textos en la Biblia que se refieren a las dificultades que los humanos afrontan en este mundo lleno de pecado. Aunque muchos se preguntan: '¿Cómo puede un Dios amante permitir que ocurran cosas malas?', una vez que usted conoce a Dios y la libertad que Él nos da, usted puede entender mejor porqué hasta los cristianos padecen dificultades. Como el oro, nuestra fe es refinada por las luchas que experimentamos si solo permitimos que tenga un efecto positivo en nuestras vidas. En esas luchas, con frecuencia tenemos que depender completamente en que sea el Señor quien nos saque adelante, proveyéndonos consuelo, enviándonos apoyo de varias formas, o enfrentando el problema propiamente.

En el campo de las ciencias sociales, llamamos a esto: crecimiento post-traumático. Esto es el beneficio psicológico que podemos experimentar como resultado de pasar a través de la adversidad que nos puede ayudar a elevarnos a un más alto nivel de funcionamiento. Hubo un padre que acababa de perder a su niña de seis años de edad en un accidente terrible. Como parte de su sufrimiento, él se dio cuenta que no había sido un buen padre ni un buen marido. La muerte de su hija le motivó para ser un mejor hombre y un mejor padre para el resto de sus hijos. Él reconoció que este cambio posiblemente no hubiera ocurrido si él no hubiese perdido a su hijita. Esto es lo que Dios puede hacer por nosotros como resultado de las tragedias de la vida.

## ¿QUÉ ES LA RESILIENCIA

Puede ser que usted haya observado que algunos individuos y familias no solo sobreviven, sino prosperar cuando se enfrentan con la adversidad. Los investigadores se han esforzado por entender mejor este fenómeno. Algunos asuntos, sin embargo, han ayudado a algunos individuos y a algunas familias a ser resilientes aun cuando tratan con las luchas múltiples de la vida. Este fenómeno se ha llamado *resiliencia*, que se define como "la habilidad de resistir y de rebotar de los retos que interrumpen la vida." (Walsh, 2003, p. 399)

La investigación también ha identificado límites a la resiliencia. Mientras más tragedias enfrentan los individuos y las familias, mientras más serios son los traumas, y mientras a más temprana edad ocurren, se hace más difícil el ser resiliente al punto que el

impacto del trauma pueda ser limitado. (Masten, 2013). Esto no significa que lo que va a aprender en este seminario no ha de ayudar a aquellos que han experimentado traumas múltiples, pero es preciso darse cuenta de que la mejoría puede ser limitada.

## **LA RESILIENCIA EN EL CONTEXTO DE LAS RELACIONES**

Las personas que tienen un buen grado de confianza propia son más propensos a ser resilientes. La resiliencia se inicia en el contexto de las relaciones. Nunca la resiliencia ocurre en un vacío. La estima propia no se desarrolla en el vacío, sino en las relaciones con otras personas. A usted le importará más lo que piensen los demás cuando hay una corrección con tales individuos. Después de una experiencia traumática, la sanidad se inicia en las estabilidad de una relación de aprecio. Nuestras relaciones con Dios, con los padres, con los hermanos, con los amigos, con los maestros, con los pastores y con los mentores, todas contribuyen a quienes nosotros llegamos a ser. El saber que hay alguien en nuestra vida que nos brinda apoyo y confianza constituye una gran parte de la resiliencia.

El bien conocido estudio de Werner y sus colegas sobre la resiliencia demuestra la importancia de las relaciones (1993). Estos investigadores dieron seguimiento a las vidas de cerca de 700 niños, hijos de obreros de las plantaciones en la isla Hawaiana de Kauai. Estos niños tuvieron que bregar con la destitución económica y la discriminación. Una tercera parte de este grupo tenía factores de riesgo adicionales, que incluían serios problemas de salud, alcoholismo en la familia, violencia, divorcio, o enfermedades mentales. Al llegar a los 18 años de edad, a 2/3 de los que estaban en más alto riesgo no les había ido bien en sus luchas con asuntos como embarazos tempranos, necesidades de servicios de salud mental, o se habían metido en líos en la escuela o con las autoridades. Mucho de esto era casi inevitable, y se pronosticaba que iban a ocurrir incidentes.

Los investigadores querían entender mejor por qué 1/3 de estos jovencitos en riesgo realmente se habían desarrollado en personas, jóvenes adultos competentes, atentas y confiadas. Cuando los investigadores les dieron seguimiento a estos individuos a la edad de 40 años, todos menos dos de ellos, todavía vivían vidas exitosas. Estos individuos eran aún más exitosos que los adultos de Kauai de trasfondos menos intimidantes. Este estudio dilucidó que algunos que habían tenido que luchar durante los años de la adolescencia habían dado un giro de 180°. Hallaron que se debió, principalmente, a las relaciones que ofrecían apoyo y al involucramiento religioso, factores que tuvieron un impacto significativo en la resiliencia de estos individuos. Recalcamos que la resiliencia parece anclar su base en las relaciones.

---

### **PREGUNTAS DE DISCUSIÓN**

¿Cuántos de ustedes conocen a alguien que, a pesar de las circunstancias en contra suya, vivieron vidas saludables y exitosas, como los chicos de Kauai? Levanten sus manos. ¿Qué piensan ustedes que le hizo resiliente?

---

## **EL ESTRÉS FAMILIAR, LA ADAPTACIÓN, Y LA RESILIENCIA**

Este seminario construye sobre lo que ya se sabe acerca de la resiliencia individual, y lo extiende a la resiliencia familiar. Las crisis estresantes y los retos crónicos no solo ocurren a los individuos, sino también en el contexto de la familia. Lo que ocurre a una persona impacta a la familia entera. Pero al construir sobre las fortalezas de la familia, la familia puede resultar más fuerte y con mayores recursos para enfrentar los retos en el futuro (Walsh, 2003). Como ya hemos mencionado, una crisis puede ser como una alarma, como un timbre para recordarnos de lo que es realmente importante, y para que estemos más al tanto de los cambios que tienen que ocurrir.

---

### **PREGUNTAS DE DISCUSIÓN**

¿Ha experimentado usted alguna vez, o alguien que usted conoce, una crisis de la cual las relaciones familiares resultaron fortalecidas? ¿Qué piensa usted que fue lo que les ayudó a lograr esto? Discutase en grupos pequeños o con el grupo grande.

---

Ahora vamos a examinar los procesos clave en la resiliencia familiar que han sido identificados por las investigaciones. Esta sección ha sido adaptada de un capítulo de Walsh sobre "Family Resilience" [Resiliencia familiar] en la 3<sup>ra</sup>. edición de Normal Family Processes [Procesos familiares normales] (2003).

### **SISTEMAS DE CREENCIAS FAMILIARES**

De manera similar a la resiliencia que está conectada a los jóvenes individualmente, el involucramiento religioso tiene muchos beneficios para la familia. El sistema de creencias de una familia puede tener un impacto poderoso en cuanto a cómo una familia percibe una crisis. La adversidad nos insta a tratar de encontrarle algún significado. Las creencias que ellos comparten pueden ayudar a los miembros de la familia a hallarle significado a las situaciones de crisis, a facilitar una perspectiva más esperanzadora, y a ofrecer conexiones espirituales a través del proceso.

### **BUSCÁNDOLE EL SIGNIFICADO A LA ADVERSIDAD**

Aunque la sociedad estadounidense [o norteamericana] tiene una tendencia cultural hacia "el individualismo recio" debido a la herencia de los pioneros, la mayoría de las culturas alrededor del mundo tienen una perspectiva más comunal. Hay muchos beneficios relacionados con esto. La investigación ha hallado que las familias de alto funcionamiento tienen una fuerte afiliación entre unos y otros. Ellos se enfrentan a la adversidad como a un reto compartido, que puede ser enfrentado como una familia. Cuando trabajamos juntos para enfrentar un problema, tenemos mayores perspectivas de vencerlo. La iglesia cristiana primitiva funcionó como una unidad familiar, dándose un fuerte apoyo mutuo unos a otros.

Las familias resilientes tienen más tendencia a ver la adversidad como una parte normal de la vida. Como cristianos, sabemos que en este mundo hay pecado. Esto nos ayuda a entender

por qué, inevitablemente, van a haber luchas, aun cuando vivamos vidas ejemplares. Todos tenemos respuestas distintas ante los retos de la vida. Cuando podamos entender el rol del pecado en los problemas que enfrentamos y reaccionemos de manera diferente ante estos problemas, esto puede ayudar a que bajemos el nivel de culpabilidad.

Son comunes las reacciones ante el sufrimiento. Es importante reconocer la pérdida que ha ocurrido. Muchas veces se hacen preguntas como las siguientes: "¿Cómo pudo haber ocurrido esto? ¿Qué se puede hacer?" Como parte del proceso de mitigación del dolor, como parte del luto, puede que querramos saber más detalles en cuanto a la tragedia. Esto puede ayudar a responder a algunas preguntas, y a permitir la sanidad nuevamente. Además, queremos saber cómo podemos prevenir que algo como esto vuelva a ocurrir. Algunas veces resulta más fácil decirlo que hacerlo, porque 'con la boca es fácil'. Todo esto es parte de la respuesta humana normal ante la adversidad, y puede ayudarnos a entender lo que ha ocurrido, a buscarle el sentido a la adversidad.

### **UNA PERSPECTIVA POSITIVA**

Nadie puede subestimar la importancia de la esperanza. La fe cristiana está repleta de mensajes de esperanza. La esperanza es tan esencial al espíritu como el oxígeno a los pulmones. No importa cuán oscura sea nuestra situación presente, siempre existe la esperanza de un futuro mejor. Es la falta de esperanza lo que muchas veces lleva a las personas a cometer suicidio.

El optimismo es primo hermano de la esperanza. Puede ser aprendido y adquirido enfocándonos en los pequeños éxitos que nos ocurren, que cosechamos al transitar por la vida. El optimismo no nos resuelve los problemas, pero puede ayudarnos a pelear con las tendencias al desánimo y a rendirnos. Esto nos ayuda a tener una actitud positiva, a ver el potencial en cada miembro de la familia, y de la familia en conjunto. Aunque una actitud positiva no cambia la realidad, puede ayudar a que aceptemos aquello que no puede ser cambiado. Esto, a su vez, nos ayudará a enfocarnos en lo que todavía es posible, aun en medio de las limitaciones momentáneas.

### **LA ESPIRITUALIDAD**

El tener creencias trascendentes nos ayuda a ver más allá de nosotros mismos y de nuestras luchas. Muchas familias encuentran fuerza, comodidad y dirección en medio de las adversidades a través de las conexiones con sus tradiciones religiosas. La oración es una manera de conectarnos de inmediato con nuestro Padre amante. El leer la Biblia nos ayuda a desarrollar el entendimiento. Nuestras comunidades de fe también pueden ser un excelente recurso de consuelo, de comodidad y de asistencia práctica.

Una palabra de advertencia: La adversidad puede causar una crisis de fe. Es importante que tengamos presente que el no vencer una adversidad no es una señal de falta de fe. No quremos ser como aquellas personas en el tiempo del ministerio terrenal de Jesús que pensaban que los padres del hombre ciego tienen que haber cometido un grave pecado que causara la ceguera de su hijo (véase Juan 9:1-2); o como los amigos de Job, que le empujaban hacia el arrepentimiento, mientras él estaba seguro de que no había hecho nada para merecer sus enormes pérdidas.

Muchos individuos pueden preguntarse: "¿Cómo es que un Dios amante puede permitir que ocurra esto tan terrible? ¿Por qué no responde a mis oraciones?" Con frecuencia, Dios

parece permanecer en silencio en tiempos de grandes disturbios, eligiendo, en vez, responder a nuestras oraciones de manera distinta a lo que tanto anhelamos y le pedimos. Esto puede ser algo difícil de aceptar. Cuando estamos deprimidos, con frecuencia nos sentimos desconectados de Dios, justo cuando más lo necesitamos. En este tiempo es que son tan importantes los amigos cristianos. Ellos pueden ofrecer apoyo y ánimo representando el amor cuidadoso de Dios en maneras que nosotros no podemos sentir en nuestra condición estresada.

## **PATRONES ORGANIZACIONALES DE LA FAMILIA**

Las familias vienen en todas las formas y tamaños, especialmente en estos días. Uno de cada cuatro niños en los EE. UU. va creciendo sin padre (U.S. Census Bureau, 2020). Esto está ocurriendo, no solo en los EE. UU., sino alrededor del mundo. La investigación ha hallado que la flexibilidad familiar y la estabilidad, la conexión y varios recursos son beneficiosos para la resiliencia, mejorando los resultados en todos los formatos de la familia.

### **LA FLEXIBILIDAD Y ESTABILIDAD**

Algunas familias son naturalmente más flexibles que otras. Hay beneficios de tener roles y límites establecidos, pero con frecuencia, las familias no pueden regresar a la vida normal que tenían antes de que ocurrieran los grandes cambios que produjo la crisis. Tendrán que adaptarse. Cuando sobreviene el divorcio u ocurre la discapacidad de alguno de los cónyuges, las familias tienen que construir una nueva normalidad. A la misma vez, las familias aún necesitan mantener o restaurar el sentido de estabilidad tan pronto como les sea posible.

Durante estos tiempos de difíciles cambios, los padres tienen que aferrarse al timón de su hogar y mantener el curso firmemente, pero con cierta flexibilidad con respecto a los hijos. Los niños tienen que saber que durante estos tiempos, sus padres serán capaces de proveer nutrimento, protección y dirección. Es durante estos tiempos de crisis que los niños más necesitan de seguridad y de confiabilidad, de un futuro predecible, hasta cierto buen grado.

### **CONECCIÓN/UNIDAD**

Una crisis tiene el potencial de deshacer la cohesión de la familia, pero éste es el momento en que las familias necesitan volver el uno hacia el otro para darse apoyo mutuo y solidificar la unión y la cohesión familiar. Una manera de hacer esto es respetando las diferentes maneras en que cada uno ha de responder a la lucha. Puede ser que algunos necesiten pasar tiempo solos; otros necesitan pasar tiempo con los amigos fuera de la familia; algunos se toman más o menos tiempo para sanar que lo que otros consideran necesario. Cada uno pasa su tiempo de diferente manera, cada uno sufre de su propia manera.

Puede ser que no todas las veces sea posible conseguir una completa cohesión familiar. Ayuda establecer coaliciones practicables, - especialmente entre los padres. Estas conexiones pudieran, a su vez, producir más conexiones familiares. Con la pérdida de uno de los padres por medio del divorcio, del abandono del hogar, o por muerte, el niño/a necesita encontrar la manera de conectarse, ya sea por fotografías, o por relatos. Además, los niños necesitan que se les asegure que él/ ella no va a perder otro miembro de su familia.

## **RECURSOS SOCIALES Y ECONÓMICOS**

Aunque hemos pasado bastante tiempo hablando de la resiliencia de la familia inmediata, no se puede esperar que ellos lo hagan todo solos. La familia extendida y otras conexiones sociales pueden ser recursos invaluableles durante una crisis. Con la expresión coloquial: "Blood is thicker than water" [La sangre es más espesa (más pesada) que el agua.] se explica que los lazos familiares crean vínculos más fuertes y/o estrechos, y que esto se demuestra en las situaciones más apremiantes como en las más aparentemente triviales.

Desafortunadamente, la familia extendida no siempre está disponible. De manera que las redes sociales de la iglesia y de organizaciones de la comunidad pueden ayudar a llenar los espacios vacíos. Los recursos financieros son difíciles de acceder, y es siempre retante el tener que asumir esas responsabilidades. Los sistemas de apoyo pueden ayudar a las familias a obtener acceso a tales recursos. Todos estos recursos proveen asistencia práctica, pero, además, muchas veces son fuente de apoyo emocional y modelos para los niños cuyos padres se hallan preocupados con múltiples quehaceres.

## **LA COMUNICACIÓN**

Piense en un tiempo en el que usted estuvo en una crisis, y en cuán importante era la comunicación. En algunas situaciones, lo que decimos puede hacer la diferencia entre la vida y la muerte. En estos casos es cuando la comunicación clara, transparente es absolutamente esencial, no solo para compartir información vital, que puede ser necesaria para la supervivencia; y para resolver problemas, pero también para mantener las buenas relaciones.

## **LA CLARIDAD**

Puede ser mucho más retante y más difícil comunicarnos claramente cuando estamos bajo la presión del estrés. Puede ser que malentendamos y que hagamos asunciones erróneas, ya que generalmente hay menos tiempo para clarificaciones. Algunas veces la comunicación es intencionalmente limitada debido a preocupaciones sobre cómo podría afectar a los niños o a los parientes ancianos y frágiles. Esto puede llevar a los seres amados a procurar llenar los espacios en blanco con información inadvertidamente incorrecta, que pudiera causar mayor preocupación o aun conflictos. Si usted lucha con la comunicación en algunos tópicos determinados y difíciles, hay libros apropiados a la edad disponibles para la venta o para el alquiler. Los médicos y los consejeros son también buenos recursos para ofrecer sugerencias.

## **RESOLVIENDO PROBLEMAS COLABORATIVAMENTE**

En vez de atacarse entre sí, las familias resilientes trabajan juntas para resolver los problemas. Mientras más personas se involucran en tormentas de ideas para buscar soluciones, mejor puede ser, pero no es fácil hallar una solución que complazca a todos. Muchas veces habrá que negociar y ponerse de acuerdo, pero es preciso que usted sepa qué cosas no son negociables. La solución de problemas es un proceso de continuo aprendizaje. Una vez que se vea que una posible solución es inoperante, procure aprender, para que pueda encontrar otra solución usando la anterior como peldaño.

Enfóque en lo que es importante para su familia. Escoja objetivos claros, tome pasos concretos, y constuya su propio éxito. Idealmente, su familia tomará una posición proactiva, y

hallará maneras para evitar problemas, preparándose así para el futuro.

## LA EXPRESIÓN EMOCIONAL ABIERTA

La comunicación abierta, apoyada por un clima de confianza, empatía y tolerancia mutua para las diferencias, habilita a los miembros de una familia a compartir un serie de sentimientos que puede surgir como respuesta a una crisis o al estrés crónico. Cuando una familia se siente cómoda compartiendo, pueden evitar la represión de las emociones, el comportamiento controlador y asuntos de conducta de los chicos.

Puede haber diferencias de género en cuanto a cómo los hombres y las mujeres se comunican. Los hombres tienen más tendencias a retraerse y a enojarse. Las mujeres tienen más tendencia a allegarse a otros para recibir apoyo, y se vuelven más emocionales o tristes. Puede que los hombres sientan que se tienen que mantener fuertes, y no mostrar sus emociones. Esto puede llevar a problemas de salud o a depender de maneras insalubres de bregar con su situación. Las mujeres pueden resentirse por el retiro de sus esposos, y 'perseguirles' aun con más tesón, que puede desenvocar en una respuesta enojada. Cuando una pareja no puede compartir las emociones, esto puede llevarles hasta el divorcio. Es importante poder compartir las emociones y hallar comodidad el uno en el otro.

La mejor manera de expresar nuestras preocupaciones o deseos es a través de la comunicación asertiva. Esta es una manera de expresar su deseo, y también disminuye la posibilidad de una respuesta defensiva de parte de la otra persona. Una manera excelente de lograr esto es siguiendo el siguiente guión:

“Yo me siento \_\_\_\_\_ (mencione una emoción, no una opinión) cuando/acerca de \_\_ (describa la situación de manera externa, evite usar "tu/usted").

La razón por la cual esto me incomoda es \_\_\_\_\_. Lo que yo necesito de ti/usted es \_\_\_\_\_.”

Les ofrezco un ejemplo:

“Yo me siento que no soy amada cuando comparto mis preocupaciones acerca de mi trabajo, y se me dice que tengo que seguir trabajando. Esto me incomoda porque yo creo que mi trabajo posiblemente está lastimando mi salud. Me preocupa que no vaya a poder continuar proveyendo y cuidando a mi familia si mi salud está comprometida. Lo que yo necesito de ustedes es que apoyen mi búsqueda de otro empleo, y que estén dispuestos a hacer algunos sacrificios si mi nuevo trabajo paga menos.”

Hay algunas razones por las que este acercamiento comunicativo funciona tan bien. Cuando utilizamos los mensajes "I messages" [mensajes en primera persona] estamos haciendo que el asunto gire en torno a nosotros/as, no en torno a la otra persona. El compartir nuestras emociones puede ayudar a atraer empatía desde la otra persona. El explicar por qué la situación es inquietante puede incrementar el nivel de entendimiento. Entonces la conversación se mueve a la solución del problema. Idealmente, el oyente hará preguntas de clarificación de manera no-defensiva. Entonces se resume lo que se ha escuchado. El hablante original necesita estar dispuesto a negociar con la otra persona para llenar la necesidad percibida. Inicialmente, este tipo de comunicación puede que no parezca 'natural', pero con el tiempo y con la práctica, usted va a dar con el estilo que funcione mejor para usted. Para más orejitas sobre la comunicación entre las parejas, vea el sitio web de: The Gottman Institute, [www.gottman.com](http://www.gottman.com)

## EJERCICIO DE APLICACIÓN

Ahora es el tiempo de practicar la comunicación asertiva. Busque a alguien que usted conozca bien, si es posible. Piense acerca de algo que usted quisiera decir de manera asertiva. Puede ser un escenario real o uno imaginario. Siga el guión provisto en este seminario. Si usted no encuentra a alguien de confianza con usted se sienta cómodo/da compartiendo, escriba lo que usted podría decir, siguiendo el mismo guión de este seminario.

Recuerde evitar decir, por ejemplo: "Yo siento que..." Esto puede hacer sentir a la otra persona que está siendo atacada, y usted podría recibir una respuesta defensiva. Nombre una emoción real. Vea la RUEDA DE EMOCIONES para ayudarse a identificarlas, si así lo necesitara.

Al concluir, discuta si usted piensa que este estilo de comunicación le ha ayudado, si le ha sido útil.

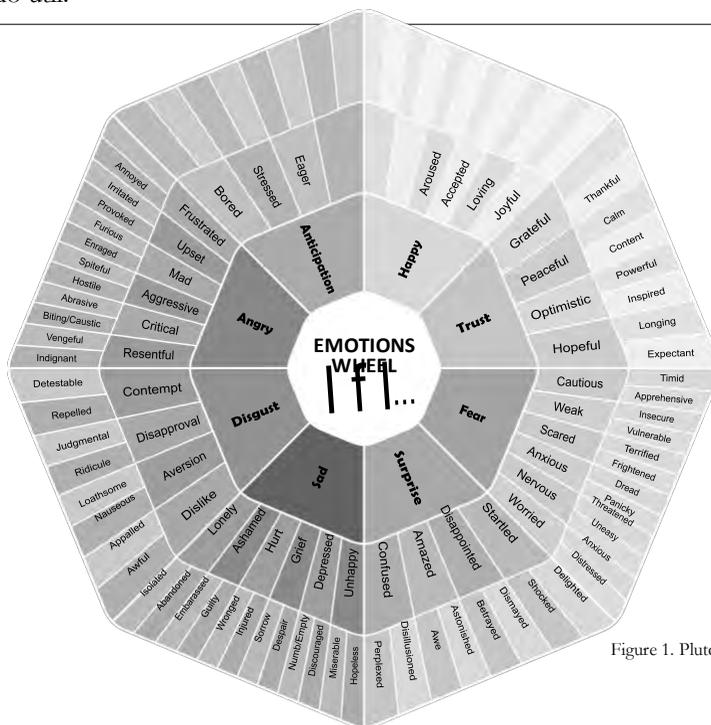


Figure 1. Plutchik's wheel of emotions, 1980.

## ¿ES RESILIENTE SU FAMILIA?

Tome el cuestionario de Walsh Family Resilience para ver en qué nivel está su familia en cuanto a la resiliencia. Pregúntese a sí mismo: ¿Cómo maneja mi familia las crisis y los retos consuetudinarios?

<b>I. Sistema de creencias</b>	<b>Raras veces</b>			<b>Casi siempre</b>	
1. La familia enfrenta las calamidades como un equipo	1	2	3	4	5
2. Las calamidades son comunes y entendibles	1	2	3	4	5
3. Compartimos esfuerzos al manejar los retos	1	2	3	4	5
4. Tratamos de buscarle el sentido al estrés	1	2	3	4	5
5. Mantenemos las esperanzas	1	2	3	4	5
6. Somos animosos unos con otros	1	2	3	4	5
7. Mantenemos la persistencia	1	2	3	4	5
8. Tenemos actitud de aceptación	1	2	3	4	5
9. Compartimos valores importantes	1	2	3	4	5
10. Usamos la espiritualidad	1	2	3	4	5
11. Los retos inspiran creatividad	1	2	3	4	5
12. Mostramos compasión	1	2	3	4	5
13. Aprendemos de los retos	1	2	3	4	5
<b>Sección I Total: /65</b>					

<b>II. Patrones de organización</b>	<b>Rarely/neve r</b>			<b>Almost Always</b>	
14. Flexible cuando adaptamos al estrés	1	2	3	4	5
15. Ambiente estable y confiable en hogar	1	2	3	4	5
16. Liderazgo de padres está presente	1	2	3	4	5
17. Dependencia de miembros de la familia	1	2	3	4	5
18. Respeto por necesidades individuales	1	2	3	4	5
19. Modelos están presentes	1	2	3	4	5
20. Dependencia de pares y comunidad	1	2	3	4	5
21. Estabilidad financiera está presente	1	2	3	4	5
22. Recursos de la comunidad presentes	1	2	3	4	5
<b>Sección II Total: /45</b>					

<b>III: Comunicación/Solución Problemas</b>	<b>Rarely/neve r</b>			<b>Almost Always</b>	
23. Miembros de fam clarifican información	1	2	3	4	5
24. Fam clara y consistente en acciones	1	2	3	4	5
25. Miembros fam expresan opiniones	1	2	3	4	5
26. Familia comparte sentimientos difíciles	1	2	3	4	5
27. Compartimos sentimientos difíciles	1	2	3	4	5
28. Miembros fam muestran entender	1	2	3	4	5
29. Fam colabora en toma de decisiones	1	2	3	4	5
30. Se usan objetivos	1	2	3	4	5

31. Familia aprende de errores	1	2	3	4	5
32. Familia planifica para el futuro	1	2	3	4	5
<b>Sección III Total: /50</b>					

**Total: /160**

## CONCLUSIÓN

Con la gran preocupación, extendida por casi todo el globo terráque, por el deterioro de institución de la familia, es de reconfortante ayuda pensar en la resiliencia para ayudar a fortalecer la familia en todas sus formas, y para atender a sus luchas particulares. En vez de enfocarnos sobre los problemas, nosotros queremos enfocarnos en cómo puede la familia tener éxito, a pesar de las barreras que se extienden por su camino y que tiene que enfrentar. Este seminario introduce el tema de la resiliencia, los límites de la resiliencia, las maneras en que las familias pueden ser resilientes, con implicaciones espirituales, y los niveles de la resiliencia entre nuestras propias familias. Usted puede aplicar lo que ha aprendido en este seminario en su propia familia, y puede marcar una diferencia entre su familia y la mayoría de las familias que nos rodean. Recuerde el versículo introductorio, de Filipenses 4:13. "Todo lo puedo en Cristo que me fortalece."

---

## PREGUNTA DE APLICACIÓN

Ahora que usted sabe los niveles de resiliencia de su familia, ¿qué cree usted que usted puede hacer para ayudar a su familia, o a las familias que usted sabe que están luchando para ser más resilientes? Mencione una cosa que usted puede hacer esta semana y en el futuro cercano, una cosa con la que usted pueda comprometerse... y cumplir.

---

## REFERENCIAS

- Duncan, J.M., Garrison, M.E., Killian, T.S. (2021). Measuring family resilience: Evaluating the Walsh Family Resilience Questionnaire. *Family Journal*, 29(1), 80-85.
- Masten, A.S. (2013). Global perspectives on resilience in children and youth. *Child Development*, 85(1), 6-20.
- Plutchik, R., & Kellerman, H. (1980). Wheel of Emotions (Illustration). *Emotion: Theory, research and experience. Vol. 1, Theories of emotion*. New York: Academic Press.
- U.S. Census Bureau (2020). Living arrangements of children under 18 years old: 1960 to present. Washington, D.C.: Census Bureau.
- Walsh, F. (2008). Family resilience: Strengths forged through adversity. In F. Walsh (Ed.), *Normal Family Processes* (3rd ed., pp. 399-423). New York, NY: The Guilford Press.
- Werner, E.E. (1993). Risk, resilience, and recovery: Perspectives from the Kauai longitudinal study. *Development and Psychopathology*, 5, 503-515.

# CRIANDO NIÑAS QUE TENGAN CONFIANZA

---

POR BY TAMYRA HORST

## TEXTOS

"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. No fueron encubiertos de Ti mis huesos, aun cuando en oculto fui formado, y tejido en lo más profundo de la tierra. Tus ojos veían mi embrión, todo eso estaba escrito en tu libro, habías señalado los días de mi vida, cuando aún no existía ninguno de ellos." (Salmo 139:13-16)

"El ladrón no viene sino a hurtar, matar y destruir." (Juan 10:10 a)

"Sed sobrios, y velad; porque vuestro adversario el diablo, cual león rugiente, anda en derredor buscando a quien devorar." (1 Pedro 5:8)

"Si alguno necesita sabiduría, pídala a Dios, quien da a todos generosamente, y sin reprochar. Y le será dada." (Santiago 1:5)

## DECLARACIÓN DE PROPÓSITO

Equipar a padres, a abuelos y a dirigentes de la Iglesia para animar, equipar y retar a las niñas a vivir confiadamente como las bellas y peculiares mujeres jóvenes creadas por Dios -- viviendo plenamente el plan y el propósito de Dios en sus vidas.

## INTRODUCCIÓN

Ella irrumpió a la habitación vistiendo un traje como de princesa. "Mírenme; soy una princesa" -- dijo con gozo, mientras daba vueltas y exhibía su traje con pasos extravagantes. Pronto desapareció, y en pocos momentos, volvió a irrumpir a la habitación engalanada con otro traje 'como de princesa', pero con el mismo gozo y la misma exhuberancia. La inocente niña estaba segura de que todos los que estaban en la habitación la amaban, se deleitaban y celebraban con ella.

Hoy, la misma niña tiene trece años, y su perspectiva de sí misma está cambiando. En vez de irrumpir a la habitación danzando gozosamente, ella se cambia de vestido repetidamente, porque nada le parece que le queda bien. En vez de declarar con exhuberancia que es una princesa, ella se enfoca en las cosas que no están bien con ella, con su apariencia, con su imagen de sí misma. Como la mayoría de las niñas de su edad, ella es una compleja madeja de emociones y pensamientos - algunas veces saltando de una emoción a otra sin advertencia alguna para sus padres, que no esperan tales cambios, ni están preparados para ellos.

## LA TRANSICIÓN - DE LAS PRINCESAS A LA ADOLESCENCIA

No es nada fácil la transición de la tierna, inocente niñez - a la ruda realidad de la adolescencia. Y a las niñas les impacta de diversas maneras: físicamente (piense en hormonas, cambios en su cuerpo), emocionalmente, socialmente (amistades, presión de los pares o del grupo) y mentalmente. Sus cuerpos están cambiando, y las hormonas están haciendo desastres con sus emociones y sus pensamientos. Inesperadamente, nuestra pequeña princesita ya no está segura de que alguien - no se diga nada de 'todo el mundo' - la ama y se deleita en ella, y quiera celebrarla. Ella ni se siente segura de aceptarse a sí misma como es.

Las chicas sienten la necesidad de ser perfectas, y de hacer todo - y de hacerlo todo bien:

- ser parte del grupo - y a la vez, sobresalir
- tomar los exámenes para aprobar las clases avanzadas
- tomar clases con crédito universitario en la escuela secundaria o preparatoria
- participar en deportes, en música y en una pleyade de actividades extracurriculares
- ser esbelta, bonita, vestir la ropa apropiada/ y el maquillaje apropiado
- tener un ejército de amigos

Sus horarios está completamente llenos, pero ellas sienten que no están haciendo lo suficiente.

Los medios sociales añaden otra capa a la presión ya existente — aun cuando las chicas saben que las fotos "perfectas" tienen filtros y lentes especiales. "Entonces tú piensas que tú

debieras verte como si te vieras a través de filtros también," -recientemente compartió una jovencita de 17 años, hablando acerca de las batallas y de las presiones que ella y sus amigas enfrentan día por día. De momento, lo que tú eres no es suficiente. Hay mucha presión para crecer y para ser perfecta, para verte perfecta, y para hacer todo no solo bien, sino ¡excelente! No debe sorprendernos que la ansiedad y la depresión se encuentran en su punto más elevado de todos los tiempos, y sigue subiendo... especialmente entre las chicas y jovencitas adolescentes. (Davis 2019)

Ypulse, una empresa encuestadora que se enfoca en la Generación Z y en los '*milenials*' o los milenarios, hizo una encuesta de trescientas jóvenes, entre las edades de ocho y dieciocho años, sobre el tema de la confianza. Los resultados que se obtuvieron fueron realmente dramáticos.

- Hubo un 30% de disminución en la confianza durante la pubertad.
- El número de niñas que dijeron que a ellas no se les permitía fracasar subió de 18% a 45% entre las edades de doce a trece años (eso significa un aumento de 27% en solo un año).
- Las niñas menores de doce años compartieron que ellas "hacen amigas bienn fácilmente. [Ellas] ... pueden acercarse a cualquiera y comenzar una conversación." Girls under twelve shared that they "make friends really easily. [They] ...can go up to anyone and start a conversation." Cuando llegaron a la edad de catorce años, informaron: "Yo siento que todo el mundo es tan inteligente y tan bonito, y yo soy solo esta chica fea y sin amigos." (Kay, 2018)

Muchas niñas no creen que no son suficientemente buenas. Un informe afirm aque: "7 de cada 10 niñas creen que ellas no son suficientemente buenas o que de alguna manera u otrán, ellas no dan la talla requerida, incluyendo su apariencia, su ejecución en la escuela y sus relaciones con la familia y con los amigos." (Fund, 2014)

Esta falta de confianza hace que las niñas eviten tomar riesgos o que no quieran probar nuevas cosas, lo que, a su vez, les impide creer que Dios tiene un plan para sus vidas. Ellas no creen que quienes ellas son, y que aquello en lo que ellas son buenas, es aceptable. Muchas veces tratan de complacer a aquellos que las rodean (sus padres, sus maestros, sus amigos, o los chicos) esperando ellas mismas alcanzar la perfección en lo que hacen y en lo que son. Y no importa cuánto traten de animarlas aquellos que las aman, por más que traten de decirles que siguen siendo sus princesas, estas chicas ya no lo creen. Al sentirse que no son lo suficientemente buenas, esto hace que las niñas, con frecuencia, se enfoquen en sentimientos y en pensamientos negativos. Como consecuencia, sus mentes pareciera que fueran como alambradas o programadas para solo pensar negativamente. Cada pensamiento crea como un zurco o un sendero en la mente. Mientras más pensamos y reiteramos ese mismo pensamiento, más profundo el zurco, más marcado el sendero. Por ejemplo: Te miras en el espejo y piensas: '*Yo soy gorda*'. En la mente se crea un zurco o un sendero. La próxima vez que te miras en un espejo, tu mente recuerda, y piensa: '*Yo soy gorda*'. Tú aceptas ese pensamiento, y el zurco se ahonda, el sendero se marca más. Muy pronto, cada vez que miras al espejo, ves a alguien gorda sin que tengas que pensar en ello -- sin importar cómo realmente te vez. (¿Cuántas de nosotras hemos vuelto a ver fotos de nosotras cuando éramos más jóvenes y pensamos que éramos gordas, solo para darnos cuenta de que realmente no éramos gordas?). El sendero o zurco se hace un profundo zanjón en

tu cerebro, en tu pensamiento. Y se nos convierte en la verdad sobre quiénes somos - en nuestras mentes: "Yo no soy suficientemente buena."

Éste es el fundamento en que las chicas adolescentes están construyendo durante el trayecto de transición de niña -a-adolescente - a - adulta. Ellas batallan con la confianza y la estima propia, y no ven la unicidad que Dios mismo les ha dado como algo bueno, ni aprecian los dones específicos ni las habilidades que Dios les ha otorgado.

## MINIMIZANDO Y DESCARTANDO

Peggy Orenstein, autora de *Schoolgirls: Young Women, Self Esteem and the Confidence Gap* [*Chicas escolares: Mujeres jóvenes, la estima propia y la brecha en la confianza*], halló que las niñas de la escuela intermedia repetidamente descartaban sus triunfos académicos, pero dispuestamente se aferraban a sus fracasos (Murray, 2006)

Pídale a una niña (o a una adulta) que haga un listado de aquellas cosas en las que ella es buena (en las que es diestra, o que sabe hacer bien) y de las cosas que le gustan de sí misma; y va a ver que lucha, que vacila, que duda de sí misma. Pero fácilmente puede hacer un listado de las cosas en las que ella no es buena, o de sus fracasos. Las niñas (y las adultas) tienden a minimizar sus fortalezas y sus éxitos, y a enfocarse en sus debilidades percibidas y en sus percibidos fracasos.

---

### EJERCISIO

Vamos a probar lo siguiente. Tome una hoja de papel y haga dos columnas. Durante un minuto, en la primera columna, vamos a hacer un listado de las cosas en las que somos buenas, de las cosas que sabemos hacer bien; y de las cosas que nos gustan de nosotras mismas. (Déles un minuto.)

Ahora, durante el siguiente minuto, vamos a hacer un listado de las cosas en las que no somos buenas, y de las cosas que no nos gustan acerca de nosotras mismas, en la segunda columna. (Déles, igualmente, un minuto.)

Vea las dos columnas. ¿Cuál tiene el listado mas grande? ¿Cuál de las dos resultó más fácil de hacer?

---

También las niñas tienen la tendencia a disminuir sus fortalezas y sus éxitos, como que realmente no son la gran cosa. Cuando las personas las felicitan, ellas minimizan o echan a un lado sus logros y las felicitaciones que se han hecho merecer.

Por ejemplo, alguien les dice: "¡Hiciste un gran trabajo con ese proyecto de la escuela!" Las niñas responden mencionando cosas que pudieran haber hecho mejor o de manera diferente. O pueden hasta mencionar algunas fallas en el trabajo, o errores que cometieron.

Alguien las felicita por su ropa elegante o por su peinado, y ellas dicen: "¿Esta cosa vieja?", o dicen: "No me gusta tanto", o bien: "No me queda tan bonito." O pueden comentar: "No me queda tan bonito como el de Kaleih."

A la misma vez, escuchan las palabras críticas de algunas personas, meditan en ellas, las repiten vez tras vez en sus mentes, y las aceptan como la verdad acerca de quiénes son. Pero entonces descartan las palabras de afirmación sin apenas pensar en ellas.

## MÁS QUE SOLO HORMONAS

Las hormonas y los cambios en su cuerpo son solamente una parte de lo que está ocurriendo en el corazón y en la mente de las niñas. Tenemos un astuto y poderoso enemigo. La Biblia es bien clara.

Hormones and body changes are just one part of what's happening in the hearts and minds of girls. We have an enemy. The Bible is clear.

- "El ladrón no viene sino a hurtar, a matar y destruir." (Juan 10:10a)
- "Sed sobrios, y velad; porque vuestro adversario el diablo, cual león rugiente, anda alrededor buscando a quien devorar." (1 Pedro 5:8)

Cada uno de nosotros, incluyendo a cada una de nuestras niñas adolescentes, tiene un enemigo en derredor que ha salido a hurtar, a matar, a destruir y a devorar. Él no quiere que las niñas vivan confiadamente disfrutando del valor y de la unicidad que Dios les ha dado. Él no quiere que ellas crean que son quienes Dios dice que ellas son. Además, él también quiere quitarles su confianza y su fe en Dios.

El enemigo usará mensajes que las niñas escuchan a través de las palabras que les hablan a ellas, mensajes de los medios sociales, y su interpretación de las palabras y de las situaciones. Esto las lleva a creer que ellas no son suficientes, que no tienen lo que se necesita. Él hará todo lo que pueda hacer para dañar las relaciones de ellas -- con los padres, con los amigos, con los maestros, etc. Y tristemente, la mayor parte del tiempo, ni reconocemos que esto es la obra del enemigo. Las niñas creerán las cosas que ellas escuchan como si fuera la verdad acerca de ellas mismas en vez de reconocer las mentiras del enemigo, e ir en vez, a la verdad de Dios.

Los años de la adolescencia son una loca mezcla de hormonas, de dolores de crecimiento y de transiciones. El enemigo está utilizando todo en derredor para hacer que las niñas duden de sí mismas, hasta que se sientan avergonzadas de quienes son, de su apariencia, de sus habilidades (o de su percibida falta de habilidades). En vez de solo sentir que ellas les han fallado y que han decepcionado a otros, ellas van a pensar que SON un fracaso y que SON una decepción.

## ¿QUÉ PODEMOS HACER NOSOTROS?

De manera que, ¿qué podemos hacer nosotros, como padres, como abuelos, como líderes y dirigentes de jóvenes, como maestros de la Escuela Sabática, y como otros adultos que nos preocupamos por las chicas en nuestras vidas?

## PODEMOS ORAR 'COMO LOCOS'

Una de las cosas más importantes y poderosas que podemos hacer es orar por ellas. Orar regularmente. Orar cada vez que ellas nos vengán a la mente.

- Orar para que Dios se le revele a sí mismo, que le revele Su amor de maneras innegables a ella.
- Pida por el derramamiento del Espíritu Santo en la vida de ella, y para que Él tenga todo el poder para hablarle, animarla, convencerla y guiarla.
- Ore por la sabiduría prometida en Santiago 1:5, tanto para usted al amarla y disciplinarla, como para ella - para que ella pueda discernir entre las mentiras del enemigo y la verdad de Dios.
- Pídale a Dios que le envíe amigos temerosos de Dios, que puedan animarla y reafirmarla - amigos que puedan ayudar a construirla, en vez de desbaratarla.
- Ore para que Dios les dé poder a los ángeles para protegerla - no solamente de daños físicos, sino también de daños y heridas emocionales, mentales y espirituales.
- Pídale a Dios que le dé a usted confianza, - no solo para animarla y aconsejarla, sino también la confianza para que usted pueda vivir su propia vida como un ejemplo para ella.

Ore con ella. Permítale escuchar las oraciones de usted por ella, y todas las cosas hermosas que usted le pide a Dios que haga en ella y por medio de ella. Permítale escucharla a usted agradeciéndole a Dios por ella, y por cualidades y características específicas. Hay algo poderoso, y que impacta la vida al escuchar a otra persona orar por usted.

## MODELE

Usted le ofrece cumplidos, usted la anima a seguir adelante, le dice que está haciendo muy bien, que ella es hermosa. Pero su hija sigue menoscavándose a sí misma, y se flajela verbalmente de continuo. ¿Qué es lo que está pasando?

Pudiera ser que ella está aprendiendo a hablar de sí misma de usted, y de otras personas que ella frecuenta, --pero no está internalizando las palabras de ánimo que usted le dice, ni las afirmaciones que usted le otorga. De la manera en que usted habla de usted misma es el ejemplo que ella tiene de cómo las mujeres se ven a sí mismas. Sea usted muy cuidadosa sobre cómo habla de usted misma. Su hija está aprendiendo a cómo hablar y a cómo pensar acerca de sí misma, no solamente de las cosas que usted dice sobre ella, sino también de cómo usted habla acerca de usted misma.

Necesitamos aprender a hablar bien de nosotras mismas. Necesitamos dejar de hablar basura acerca de nosotras mismas. El hablar basura se ha integrado tanto en las fibras de nuestras mentes que es lo que normal y comúnmente hablamos de nosotras mismas. Podemos cambiar esto al hablar bien de nosotras mismas. Hagámonos amigas de nosotras mismas. ¡No le hablaríamos a una amiga como nos hablamos a nosotras mismas! Así que imagínense que son sus propias amigas. ¿Qué se dirían a ustedes mismas de ustedes mismas?

Sea usted modelo del valor para probar cosas nuevas. Haga cosas en las que usted no es tan buena, y muéstrele cómo se maneja el fracaso al fracasar y no castigarse a usted misma - y en cambio, aprender de la experiencia e intentar hacerlo nuevamente. Muéstrele lo que es, lo que significa, tener amistades y trabajar con las situaciones difíciles en las relaciones. Muéstrele cómo depender de Dios viviendo esta dependencia - dejándola ver y oír cuando usted ora, cómo usted usa las Escrituras para animarse a sí misma, y teniendo amistades temerosas de Dios que oran con usted y por usted.

Puede que hayan áreas en las que usted misma necesita mejorar y crecer. Hágalo. Déjela verla a usted haciendo el esfuerzo de hablar de usted misma de una manera positiva y siendo agradecida por los dones que Dios le ha dado, en vez de compararse a sí misma con alguien más y sentirse menos que esa otra persona.

## **AYUDE A LAS NIÑAS A APRENDER QUE “TIENES QUE SER TÚ MISMA”**

Mientras asistía a la Escuela Secundaria para las Artes Histriónicas [o de actuación] en la ciudad de Nueva York, Jennifer Anniston ejecutaba una escena altamente dramática de la obra *Three Sisters* [*Tres hermanas*] y podía escuchar a la audiencia riéndose. Al concluir su actuación salió del escenario preguntándose porqué la audiencia se reía cuando debía ser una escena dramática.

Más tarde, su maestro de actuación le explicó: "Jennifer, ellos se ríen porque tú eres graciosa."

Y Jennifer respondió: "Pero yo no quiero ser una actriz chistosa. Yo quiero ser una actriz seria."

"No, estás entendiendo mal" -le dijo el maestro. "¡Esto es algo maravilloso!"

Jennifer se dio cuenta de que ella tenía una tendencia natural para hacer reír a la gente. ¡Ella tenía el talento para hacer a la gente reírse! No lo había visto nunca como un talento o una de sus fortalezas, no como algo que ella pudiera explotar en el futuro, - porque para ella eso era demasiado fácil de hacer - era natural.

Más tarde, ella comparte: "Yo me di cuenta que yo tenía que aceptar este aspecto de mi personalidad - mi tendencia natural de hacer reír a las personas - y colocarlo en el contexto más amplio de lo que yo quería alcanzar... Se manera que en vez de rechazar la parte graciosa de mi personalidad, yo me aferré a ella, y la canalicé hacia algo que me encanta hacer. Esto me hace increíblemente feliz, y maravillosamente, también hace felices a otras personas." (Others [Otros], 2002)

Ayudemos a las niñas a aprender que Dios nos creó a cada una con habilidades y características particulares con un propósito, intencionalmente diseñadas para ellas para proveerles maneras de impactar el mundo que les rodea como nadie más puede hacerlo. Guíense luego a descubrir sus habilidades y fortalezas, viendo las posibilidades de cómo ellas pueden utilizar esas habilidades y fortalezas para hacer una diferencia. Podemos hacer esto afirmando sus habilidades y sus fortalezas y las características que vemos en ellas, y al enseñarles a identificarlas por sí mismas.

---

### **EJERCISIO**

Hagamos una simple actividad diseñada para ayudar a las niñas a identificar sus fortalezas. Esto es un ejemplo de algo que ustedes pueden hacer con las niñas- ya sea individualmente o en grupos, como en la Escuela Sabática o en grupos de jóvenes. Vamos a intentarlo nosotras mismas. (Haga que todos los presentes participen.)

¿En qué eres buena tú? ¿En qué sobresales? ¿Cuáles son tus fortalezas? ¿En qué cosas

has tenido éxito tú? Haga que sus participantes creen un listado de sus fortalezas. Rételes para ver cuántas fortalezas pueden anotar en cinco (5) minutos. (Dé al grupo 5 minutos para hacer su listado. Luego, invite a algunos para que compartan una o dos fortalezas con el grupo.)

Algunas veces, el identificar aquellas cosas en las que hemos tenido éxito puede ayudarnos a identificar nuestras fortalezas y habilidades. Así, tome un momento para anotar tres cosas que usted ha completado con éxito recientemente. ¿Qué tres cosas ha querido hacer, y ha logrado hacerlas? ¿Qué cosas ha hecho que resultaron bien? (Déles tiempo para que anoten en su listado, y nuevamente invíteles a compartir un breve relato de su éxito).

Así que, ¿que fortalezas o habilidades le ayudaron a hacer esto con éxito? (Haga con su grupo una tormenta de ideas para ver todas las posibilidades de fortalezas que ayudaron a lograr este resultado. Luego, permita que la persona que compartió su éxito considere si algunas de estas ideas son fortalezas suyas.)

## **HAZ LO QUE TE GUSTA HACER**

Una de las maneras de ayudar a las niñas a descubrir quiénes son y a vivir sus vidas confiadamente como las bellas personas que Dios las creó para que fueran, es animarlas y apoyarlas para que se involucren en las cosas que a ellas les gusta hacer, y además animarlas a que prueben nuevas cosas. Hay que animarlas a que 'prueben' nuevas cosas para determinar 'si les sirven' o 'si les gustan'. Por ejemplo, probar un nuevo deporte, o intentar hacer alguna cosa que ellas no han hecho nunca. Antes de mucho las veremos haciendo cosas distintas a gusto. Al 'atreverse' a hacer algunas cosas nuevas muchas veces abre nuevas posibilidades y nuevos horizontes.

Pregúntele a su hijaz: "¿Si tuvieras más confianza, cuál sería una cosa que probarías o tratarías de hacer?" Luego, entrénela y ayúdela paso a paso, según los pasos que ella pueda ir dando, hacia la consecución de esa meta. Rétele a que establezca una cita para tomar ese paso decisivo, y comenzar a vivir una vida audaz y osada.

Ask her, "If you had more confidence, what is one thing you would do or try?" Then coach her through the steps she can take towards accomplishing that goal. Challenge her to schedule a date to take that step and begin living boldly.

---

## **EJERCISIO**

Vamos a probar. ¿Cuál sería una cosa que usted probaría o trataría de hacer si usted tuviera más confianza, o si creyera que no habría manera de fracasar? (Permita que la gente comparta sus opiniones y/o ideas. Seleccione personas de todas partes de la audiencia para que compartan.)

Ahora vamos a tomar cinco (5) minutos para pensar en tres pasos que usted

podría tomar hacia realmente hacer una prueba de lo que acaban ustedes de mencionar. ¿Cuál tendría que ser el primer paso, para comenzar? ¿Cuál sería el segundo paso? Y el tercer paso, ¿cuál sería? (Déles un poco de tiempo para que trabajen en estos tres pasos.)

¿Cuándo podría usted tomar ese primer paso? Colóquelo en su agenda. Vamos a hacer esto real, de manera que ustedes tengan una experiencia para compartirla con las niñas. (Déles uno o dos minutos para que planifiquen y coloquen ese primer paso en sus agendas.)

---

## **ANÍMELA Y AYUDE A SOSTENERLA**

Felicítela y sosténgala en diversas áreas, además de por su apariencia. ¿En qué cosas se destaca? ¿Cuáles son las características de ella que usted puede observar y afirmar? ¿En qué áreas la ha observado usted en las que ella ha ido más allá del debera? ¿La ha observado usted ser amable y cortés con alguien, o algunas veces? Felicítela específicamente por estas cosas, y ánimoela a continuar con esta conducta.

También déle su parabién por sus esfuerzos, y no solamente por sus logros y por su ejecutoria. Las chicas de hoy informan que ellas sienten la necesidad de hacer todo a la perfección. No nos enfoquemos tanto en los resultados. Movamos nuestro enfoque más bien a los esfuerzos que ellas han tenido que hacer para llegar a donde están

Cuando las niñas luchan, y expresan sus dudas y su desánimo, nos puede parecer que las estamos ayudando cuando decimos cosas como: "No estuvo tan malo." o "Solo tienes que esforzarte más, un poco más." En vez de esto, necesitamos reconocer sus sentimientos, no ignorarlos ni restarles importancia, y luego hablar de la confianza que tenemos en sus habilidades: "Esto estuvo muy fuerte, pero tú también eres bien fuerte." O decir algo como: "A pesar de lo difícil que esto se siente ahora mismo, yo estoy seguro/a que tú vas a salir muy fortalecida."

## **ENSÉÑELE A CONECTARSE Y A PREOCUPARSE, Y NO A COMPARARSE Y A COMPETIR**

Dios no ha creado a ningunas dos personas iguales. Jamás fue su intención que nos comparásemos los unos a los otros, sino que viviésemos como individuos peculiares, distintos, como Él nos creó. Cuando hacemos comparaciones, tenemos la tendencia de tomar las cosas que nos parecen negativas de nosotros y las equiparamos con las cosas positivas que nos parece ver en los demás. Si hablamos con las chicas acerca de sus perspectivas acerca de las entradas [posts] en los medios sociales, y de otras fuentes, y luego las retamos a considerar las personas más allá de la suferficie, podrán ver que los demás también tienen sus propias luchas y sus propias dudas. Aunque ella esté expresando su frustración con "la chica mala", ayúdala a ver la posibilidad de que esta persona esté actuando como 'mala' porque también está herida y se siente insegura. Al aprender empatía [o a empatizar] le ayudará a construir su inteligencia emocional y a aumentar o a

hacer crecer su confianza.

Una notita en cuanto a las amistades: Algunas veces los padres y los directores jóvenes piensan que para que una chica sea popular y para que tenga confianza propia, tiene que tener 'una tonelada de amigos'. Sin embargo, los estudios de (Lisa Damour, 2019), una psicóloga que se especializa en ministrar a chicas adolescentes, encuentran que las chicas que tienen confianza propia con frecuencia tienen una o dos amigas cercanas. Sin embargo, entre aquellas que aparecen en grandes grupos de amigos hay más posibilidades de encontrar comparaciones y competencias dentro de los grupos. Aquellas chicas que tienen una o dos amigas cercanas se sienten seguras en sus relaciones, y por lo tanto, con más confianza sobre quiénes son ellas mismas.

Ayude a proveer oportunidades y anímelas para que las chicas construyan y desarrollen amistades con otras chicas confiadas y que tengan los mismos o semejantes valores. Hay que empoderar a las chicas para que 'naveguen o filtren esas amistades falsas', especialmente durante los años de la escuela intermedia, donde las comparaciones, las competencias y las intimidaciones [*bullying*] con frecuencia son las órdenes del día. Dígales, por ejemplo, que está bien tener amistades y conocidos, pero no ser "amigos íntimos" de todas las personas. Explíqueles que hay muchos niveles diferentes de relaciones - conocidos casuales o personas que uno ve de vez en cuando, conocidos con los que uno se relaciona con más frecuencia, pares o compañeros con quienes se toman clases juntos y se participa en actividades con ellos, amigos cercanos con los cuales se tiene cierto grado limitado de confianza, y amigos íntimos con los cuales se pasa tiempo juntos y se comparten secretos, quienes son dignos de mayor confianza. Hay que escoger sabiamente. No todo el mundo es capaz de ser 'amigo íntimo', - y eso está bien que sea así. [Estos niveles son como círculos concéntricos - cada uno se va haciendo más pequeño que el anterior, y por supuesto contienen menos y menos personas.]

## LOS MEDIOS

Los adolescentes de hoy se enfrentan a grandes retos muy distintos a los que enfrentaron las generaciones anteriores, debido a los medios sociales. Intimidación cibernética (*cyberbullying*). Insinuaciones sexuales via textos, que con frecuencia incluyen fotografías o dibujos con variantes grados de explicitud sexual (*sexting*). El constante flujo de mensajes de *Instagram* - que filtra a discreción de quien escribe, las vidas públicas - por decirlo de alguna manera. ¡Estos mensajes son generalmente aceptados como que son la realidad, y muchas veces se comparan las vidas propias, consideradas muy aburridas, con las que se presentan en los medios, dejando a su vez un gran vacío, sintiéndose menos de lo que realmente son, o excluidos de la vida exitante!

Es importante que enseñemos a nuestras niñas a mirar con ojos críticos los medios sociales - es decir, no aceptando todo como 'hechos', ni como la realidad. Muéstrelas los posibles efectos de *Photoshop*, y de los filtros sobre las lentes fotográficas, en las entradas (*posts*) de los medios sociales. Recuérdele cuántas fotos puede tomarse una persona antes de subir una a los medios. El equiparla para que piense críticamente mientras va de un '*post*' a otro, la capacitará para ver lo que suben las otras chicas con un poco de pensamiento crítico, formando así, poco a poco, su propio criterio.

Háblele acerca de la intimidación cibernética (*cyberbullying*), llevándola por los escenarios posibles, e instruyéndola acerca de cómo podría ella responder, ya sea ella el objetivo de la intimidación, la pretendida víctima, o ya sea una compañera y amiga de ella.

También es importante hablar acerca de los pedidos de fotografías para el *sexting*. "Un análisis de alrededor de quinientas (500) cuentas de chicas entre las edades de 12 a 18 años acerca de sus experiencias negativas con el *sexting* encontró que a más de dos terceras partes de dichas cuentas se les solicitaban imágenes explícitas (Damour, 1918)". Sin embargo, el enfocar en la posibilidad de que esa foto vaya a ser compartida, y vista por cientos de otras personas, no es suficiente para que ella se detenga, para que no la envíe. Si una chica cree de veras que el muchacho que le pide la foto está en verdad enamorado de ella, puede ser que ella le crea, y que confíe en él, en que él jamás va a compartir esa foto con nadie más. En vez de eso, procure ayudarla a entender que no es correcto solicitar fotos de ellas desnudas, ni sexualmente explícitas. Las chicas no van a querer simplemente negarse, y decir NO. Piensan que si dicen NO, van a ser consideradas unas santurronas, y eso podría impactar su posición social. Esto representa una posibilidad indeseable para las adolescentes cuyo primordial interés es las conexiones sociales: pero si ella accede a enviar la foto solicitada, y esta foto es compartida en las redes sociales, hay un impacto aún mayor. Algunas preguntas sugerentes para que ella comience a pensar sobre esta situación inminente, podrían incluir las siguientes:

¿Qué sería lo peor que posiblemente pueda ocurrir si le dices que NO al pedido de un chico de una foto desnuda o explícita?

¿Qué sería lo mejor que posiblemente pueda ocurrir si le dices que NO al pedido de un chico, y no le mandas la foto que él pide?

¿Qué sería lo peor que posiblemente pueda ocurrir si le dices que SÍ al pedido de un chico de una foto desnuda o explícita?

¿Qué sería lo mejor que posiblemente pueda ocurrir si le dices que SÍ al pedido de un chico, y le mandas la foto que él pide?

Discuta las respuestas de ella. Ayúdela a planificar las maneras de responder por si acaso alguna vez alguien la invita a 'sextear'. Equiparla para enfrentar las situaciones difíciles la ayudará a fortalecer su confianza, y a responder, en vez de reaccionar, y a crear mejores resultados.

## **EQUIPELA PARA VIVIR CONFIADAMENTE**

La confianza capacita a las niñas para tomar buenas decisiones sin titubear y sin tener que inventarse una respuesta 'sacada de la manga'. Podemos ayudarlas a aprender a tomar decisiones confiadamente al proveerles oportunidades para elegir. Comience con opciones fáciles. Por ejemplo, pregúntele adónde quisiera ella ir a almorzar. Luego, llévala allí a almorzar sin titubeos; sin preguntarle, por ejemplo: "¿Estás segura? ¿No quisieras mejor ir a tal o a tal otro lugar? Habrá momentos en los que usted haría una elección distinta, si tuviera que elegir usted, pero si no es una situación crítica, acepte la decisión de ella. Si es una situación crítica, pregúntele si ella acaso ha considerado los posibles escenarios que pudieran ocurrir, ayudándola de esta manera, a pensar nuevamente en las posibilidades por sí misma. En vez de dar consejos sobre situaciones, haga preguntas abiertas que la ayuden a pensar en las situaciones. Guíe delicadamente, pero habilítela para que piense en diversas posibilidades, los pro y los contra de cada alternativa o situación, y haga una pregunta de recapitulación y/o resumen. Las preguntas son clave para

ayudarles a pensar por sí mismas, y para aprender a cómo reaccionar, a cómo responder, y a qué hacer cuando surjan las situaciones. Uno de los más grandes legados que les podemos dejar a nuestras niñas es el enseñarles a pensar por sí mismas, y a resolver los retos y conflictos que le lleguen.

Crea en ella, y déjese saber.

Escuche cuando ella le hable acerca de las cosas de la escuela y de su círculo de amigas y amigos. Preste mucha atención. Saque tiempo para ella cada día. Recalque vez tras vez que usted la ama, y que se siente orgullosa de ella. Haga preguntas, pero, ¡cuidado!, no la interrogue. Interésese genuinamente en ella y en sus situaciones.

## **PREPÁRELA PARA QUE PUEDA MANEJAR LOS FRACASOS**

Enséñela a manejar los fracasos. Anímela a que pruebe o experimente con algunas cosas en las que posiblemente fracase, y enséñele que el fracasar en algún proyecto no es el fin del mundo. Déle espacio para que se equivoca, para que cometa errores, y para que aprenda a responder ante esas situaciones. Comparta las experiencias tuyas al cometer algún error o de algún fracaso, qué aprendió de esa experiencia, y cómo pudo reponerse, recuperarse nuevamente. Esto le ayudará a su hija a darse cuenta de que 'hasta mamá equivocó', que usted no es perfecta, y que fallar una que otra vez es parte de la vida, que no es tan desastroso.

Katty Kay y Claire Shipman, autoras de "The Confidence Code for Girls" ["El código de confianza para las niñas"] encontró que el porcentaje de las niñas que dicen que a ellas no se les permite fracasar, aumentó 150% entre las edades de 12 y 13 años; y aumentó 45% entre las niñas de 13 años que indican que ellas no se sienten capaces de fracasar. (Staff, 2020)

Mientras debemos fijarnos en nuestros fracasos, examinar nuestras debilidades, y aprender de lo que vemos, no fue nunca la intención de Dios de que nos enfocáramos en estas cosas. Sí debemos aprender, crecer y cambiar. Pero Dios no quiere que los pensamientos negativos nos conviertan en inválidos. Nuestros sentimientos de fracaso o de no ser suficientes pueden paralizarnos e impedirnos llegar a ser todo aquello para lo que Dios nos creó.

## **EQUÍPELA PARA CELEBRAR SUS ÉXITOS**

Pueden ser solamente palabras de felicitación y parabienes, pero celebre cuando ella triunfe en algo. Ya sea un proyecto escolar o el quebrantar un hábito, o el hablar con alguien con quien no hablaba antes; es importante celebrar cada victoria y cada éxito. Cómprele flores, o una bufanda nueva, o cualquier cosita pequeña que ella ha estado anhelando. Haga un brindis por su éxito con una taza de chocolate (o con cualquiera que sea la bebida favorita de ella). Publique su éxito por Facebook. "¡Diana acaba de terminar su proyecto de ciencia a tiempo, y ¡es un trabajo maravilloso!!"

## EQUÍPELA PARA CUIDAR SU CORAZÓN

Como mujeres, nacemos como proveedoras de cuidado para todos, menos para nosotras mismas. Cuidamos a nuestros amigos, y como adultos, cuidamos a nuestras familias. Pero también necesitamos cuidar de nosotras mismas. ¿Cómo pueden las niñas cuidarse a sí mismas?

- Haciendo cosas que las hacen sentirse mejor -- acerca de la vida, acerca del batazo que va a hacer una carrera (en el juego de béisbol), acerca de leer un libro, o acerca de hablar con un/a amigo/a (¡ánimela a que se sienta cómoda sin tener que estar comiendo golosinas!)
- Manteniendo su cuarto recogido -- creando como un "oasis" en su cuarto
- Saliendo y tomando aire fresco
- Tomándose una siesta
- Durmiendo suficiente
- Dándose un gusto de vez en cuando con algo que ella disfruta: un buen libro, un proyecto de manualidades, oír la música que le encanta, etc.

## EQUÍPELA PARA PELEAR LA BATALLA

Las hormonas y los cambios que están ocurriendo en su cuerpo son una gran parte de la confianza que se va desvaneciendo. Pero éstas no son las únicas partes de esta historia. Tenemos un enemigo que busca robar, matar, destruir y devorar. Ayude a las niñas a entender que la batalla es real. Cuando ellas crean una mentira acerca de sí mismas o acerca de una situación, recuérdelas la batalla. "¿No crees que esto puede ser el enemigo, que te está mintiendo? ¿Qué diría Dios acerca de este momento?"

El identificar la mentira nos permite hablar la verdad a nuestros corazones y a nuestras mentes. No se puede derrotar lo que no se define. Una vez que reconocemos e identificamos la mentira, es de suma importancia sustituir la verdad en el lugar de la mentira. Podemos hacer esto memorizando y repitiendo textos de las Sagradas Escrituras, diciéndonos lo que Dios dice y lo que Él ha prometido. Entonces, vivamos de acuerdo a lo que dice Dios, en vez de aquello que asevera el enemigo.

Enséñela a pasar tiempo con Dios. No se trata de leer la Biblia ni de orar 'porque tenemos que hacerlo', sino de pasar tiempo y de aprender como hacemos con un amigo. Nuestro objetivo no es que ella 'cumpla' con cierto tiempo de oración y con ciertas porciones de lectura de la Biblia cada día. Nuestro objetivo es equiparla para que ella se 'enamore' de Dios, y que cree una fuerte y estrecha relación de intimidad con Él.

---

### EJERCISIO

¿Cuándo son los momentos en que has experimentado más a Dios? (Invite a los participantes a compartir). Después de escuchar las respuestas de todos, ¿qué nuevas posibilidades puedes compartir con las niñas? ¿Cómo puedes ayudarlas a adquirir esa experiencia, a enamorarse más profundamente de Él?

---

## CONCLUSIÓN

El enemigo no quiere que las niñas vivan confiadamente. Él quiere desanimarlas, y hacer que duden de sí mismas y de Dios. El enemigo sabe que si ellas creen que son hechas asombrosa y maravillosamente, diseñadas intencionalmente con un propósito que les hará impactar el mundo, que verdaderamente pueden hacer todas las cosas por medio de Cristo, él sabe que ellas van a hacer cosas extraordinarias para el reino de Dios. Nuestra función como padres, como abuelos y como dirigentes de la iglesia es la de animarlas, la de equiparlas y la de retar a nuestras niñas para que vivan confiadamente, confiando en Dios todo lo que ellas son, y aceptando el plan que Dios tiene para sus vidas.

---

### PREGUNTAS DE DISCUSIÓN:

- ¿Qué es lo más importante que has aprendido en este seminario?
  - ¿Qué tres cosas vas a hacer como resultado del seminario de hoy?
  - ¿De qué maneras diferentes vas a orar por las niñas como resultado de esta información?
- 

## RECURSOS

Enough: Discovering a God Who is Enough When You're Not ["SUFICIENTE: Descubriendo al Dios que es suficiente cuando usted no lo es"] por Tamyra Horst (Pacific Press Publishing)

Real You [La verdadera usted] por Tamyra Horst (AdventSource)

Praying Like Crazy for Your Kids [Orando 'como locos' por sus chicos] por Tamyra Horst (Pacific Press Publishing)

Untangled: Guiding Girls Through the Seven Transitions into Adulthood [Desenredadas: Guiando a las chicas a través de las siete transiciones hacia la adultez] por Lisa Damour, Ph.D. (Ballantine Books)

Under Pressure: Confronting the Epidemic of Stress and Anxiety in Girls [La epidemia del estrés y la ansiedad en las chicas] por Lisa Damour Ph.D. (Ballantine Books)

*\*Mucho de este seminario fue tomado de los materiales que se encuentran en "Suficiente" y en "La verdadera usted".*

# RECURSOS DE LIDERAZGO

— Los *Recursos de liderazgo* son cuidadosamente seleccionados para prepararle a usted para atender los tópicos corrientes y relevantes en sus funciones como Director local en su iglesia de los *Ministerios Adventistas de Familia*.



# LA FUENTE DE LA RESILIENCIA

POR JULIÁN MELGOSA

A la edad de 17 años, un amigo y yo decidimos caminar a través de un túnel hecho para el ferrocarril, que tiene 17 kilómetros de largo, bajo la Cordillera Cantábrica, y uno por tren las provincias de Burgos y Santander en España. Este túnel fue hecho durante las décadas de 1940 y 1950, y tomó unos 16 años de intenso trabajo, pero nunca se utilizó para el propósito por el cual fue construido. Debido a la falta de recursos económicos, el proyecto fue abortado antes de colocar las vías del tren, y fue abandonado. Años después, a mi amigo y a mí nos pareció muy atractivo la idea de caminarlo de un extremo al otro. Era verano. Estábamos de vacaciones, y en busca de aventuras. Así que hicimos planes para cruzar las montañas por el túnel. Algunas de las personas de la localidad nos hacían las advertencias de rigor: "No es seguro cruzar el túnel." "Hay filtraciones de agua." "Por dentro, se están desprendiendo las rocas." "En el centro se hace muy difícil respirar." "La oscuridad es sumamente densa." "Las internas de batería dejan de funcionar debido a la humedad." Etc., etc. Pero nosotros lo teníamos decidido ya. Nos pusimos las botas impermeables, conseguimos un par de linternas con baterías adicionales, y procedimos a la caminata, comenzando en el portal sur para concluirla en el portal norte. Allí nos iba a esperar otro amigo con un automóvil.

Comenzamos la caminata de buen ánimo. Muy pronto llegamos a un punto de absoluta oscuridad, ya que el túnel está hecho en forma de arco. La mayoría de las advertencias de los locales resultaron ser exageraciones, pero la oscuridad era en verdad sumamente densa, aún con la ayuda de las linternas. Así que avanzábamos muy lentamente, lo que hizo aquella experiencia sumamente larga. Nuestro ánimo iba sumiéndose, y comenzábamos a sentirnos cansados y a sentir miedo. Hasta consideramos darnos vuelta y regresar al punto de partida. De momento, yo

vi un puntito de luz minúsculo, del tamaño como la cabecita de un alfiler. En excitación momentánea, le grité a mi amigo: "¡Mira! ¡El final del túnel!" Mi amigo pensaba que yo me equivocaba, y echó al lado mi alborozo. Pero muy pronto, el punto se iba agrandando y creciendo, y concluimos que verdaderamente esa luz provenía de lado norte del túnel. Ese fue un momento crucial. El resto de la travesía quedó libre de miedos, de temores y de fatiga. Aquella cabecita de alfiler nos dio esperanza, motivación, empuje, excitación, y hasta un poco de alborozo para llegar a alcanzar nuestra meta.

La experiencia del momento en que vimos aquel punto de luz es como el inicio de la resiliencia. La resiliencia, la habilidad de adaptarnos y recuperarnos después de la adversidad, del trauma y de la amenaza viene de algún lugar, de algún objeto, de alguna idea o de algún propósito que nos provee ese último empuje vital que necesitamos. Está de parte nuestra, en nuestras manos, el escoger el punto de luz correcto para que se despliegue la resiliencia. Para el creyente, el aferrarnos al poder de Dios es la manera más segura de experimentar la resiliencia durante y después de las pruebas.

Hay personajes bíblicos que muestran muy distintamente la resiliencia. Todos tuvieron una visión, un rayo de luz divina al final del túnel. Tal visión les proveyó el poder para vencer la adversidad y levantarse con nuevas fuerzas. Tomemos, por ejemplo, a Noé. Él fue testigo de la creciente corrupción de los hijos de Dios, él se enfrentó a las demandantes circunstancias de construir el arca en medio de la burla, él se encontró frente a frente con una tierra irreconocible después del diluvio, y vio la decadencia de sus descendientes. Y, sin embargo, él mantuvo su fe resilientemente, y cumplió su misión. La resiliencia de Noé tiene que haber venido de su fiel caminar con Dios (Génesis 6:9) o de la promesa de Dios de "nunca más" maldecir o destruir la tierra a causa de los humanos. (Génesis 8:21)

Pensemos en Abrahán, quien dejó su país y su gente para comenzar una travesía hacia un destino desconocido. Él se enfrentó a una multitud de pruebas con relación a la esterilidad de su esposa y la promesa de Dios de muchos descendientes, que aparentemente, no se materializaba. Él experimentó tensiones significativas con los miembros de su familia y de su propia casa. Después, experimentó una de las pruebas de lealtad más difíciles - el sacrificio de su hijo adolescente, del hijo de la promesa. El origen de su resiliencia pudo haber surgido de la maravillosa promesa de Dios: "Y haré de ti una gran nación. Te bendeciré" (Génesis 12:2), o tal vez de los varios altares que levantó al Señor (Génesis 12:7, 8; 13:18) -- el más memorable de todos siendo aquel en el que puso y ató a su hijo, Isaac.

Uno de los casos más significativos de resiliencia es Job, de quien se dice "... que era intachable y recto, temeroso de Dios y apartado del mal." (Job 1:1) Y, sin embargo, recibió una muy severa prueba, que le resultó muy difícil sobrellevar, principalmente porque todos en derredor de él entendían que el sufrimiento era el resultado directo de las malas actuaciones. Esta prueba no fue solo una prueba personal, sino una universal. Era una prueba entre las fuerzas del mal y las fuerzas del bien, porque Satanás reclamaba que la justicia de Job era simplemente debido a su propiedad, a su bendecida familia y a su estado de bienestar. Por lo tanto, una vez que Dios lo permitió, Satanás destruyó las riquezas de Job, sus hijos y su salud personal. Pero Job permaneció fiel, Dios restauró todas sus pérdidas, y vivió 140 años más, después de su prueba. (Job 42:16) Él tiene que haber tenido una fe colosal, ya que, después de su serie de adversidades, afirmó: "Desnudo salí del seno de mi madre, y desnudo me iré. El Señor dio y Él quitó. ¡Bendito

sea Su Nombre!" (Job 1:21) Sin duda, éste fue uno de los muchos pensamientos que le ayudaron a ser resiliente, y a hacerlo más fuerte que antes de las pruebas.

Otro ejemplo notable de resiliencia en la Biblia es José, quien sufrió al menos dos experiencias traumáticas que cambiaron su vida completamente. Primero, sus propios hermanos lo vendieron como esclavo a una caravana de Ismaelitas que iban hacia Egipto mientras José era todavía menor de edad. En segundo lugar, él fue injustamente lanzado al calabozo en Egipto porque rehusó tener relaciones sexuales con la esposa de su amo. Pero apesar de la severidad de estos eventos, José pudo rebotar, y Dios abrió el camino a la corte del Faraón para que José cumpliera la misión de salvar a muchos de la muerte, incluyendo a los de su propia parentela. ¿Cuál fue el reflejo de luz que favoreció la resiliencia? Elena G. White señala un momento particular en la vida de José, poco tiempo después de haber sido vendido como un esclavo:

"Entonces, sus pensamientos se dirigieron hacia el Dios de su padre. En su niñez él había sido enseñado a amarlo y a temerlo. Con frecuencia, en la tienda de su padre, él había escuchado la historia de la visión que había tenido Jacob al huir de la casa de su padre como exiliado y como fugitivo. A él se le había dicho de las promesas del Señor a Jacob, y de cómo se habían cumplido - cómo, en la hora de necesidad, los ángeles de Dios habían venido a instruirle, a confortarle y a protegerle. Y él había aprendido del amor de Dios al proveer un Redentor para los hombres. Ahora, todas aquellas preciosas lecciones venían vívidamente ante él. José creyó que el Dios de sus padres sería también su Dios. *En aquel momento y en aquel lugar él se dio enteramente al Señor, y oró para que el Guardador de Israel estuviera con él en la tierra de su exilio.*" (*Patriarchs and Prophets [Patriarcas y Profetas]*, 213, *énfasis suplido -traducido*).

También hay mujeres resilientes en la Biblia, como Raquel, quien creció en un hogar donde estaba rodeada de ídolos; que tenía un padre tramposo; y padeció largamente a causa de la infertilidad. Además, ella experimentó mucho sufrimiento con Lea, su hermana, su rival, y su co-esposa.

Pensemos en Rut, la moabita. Ella pertenecía a un pueblo pagano que adoraba dioses que requerían sacrificios humanos. Rut perdió a su esposo en su juventud, y se unió a su suegra para regresar a Belén a enfrentar el más incierto futuro.

O pensemos en Ana. Ella sufrió gran aflicción por causa de su infertilidad. Sus sufrimientos fueron agravados por la falta de comprensión de su esposo. Las provocaciones de su sierva Penina, junto a todo lo demás, finalmente la llevaron a un estado de depresión.

O recordemos a María. Ella fue llamada para ser la madre del Mesías. Ella, a su vez, experimentó profundos conflictos con sus hijos [adoptivos]. María tuvo, a su vez, una comprensión muy limitada del ministerio de su Hijo y de Su rol como el Mesías. (Véase *El deseado de todas las gentes*, 90 [en inglés]).

Una de las mujeres resilientes más notables de la Biblia es Noemí. Ella experimentó una cantidad de episodios severos: Su familia (el padre, la madre y dos niños, [posiblemente en su adolescencia]) fueron obligados a salir de su país a causa del hambre. Esto es muy diferente que

cuando se sale en busca de nuevas y mejores oportunidades. Su destino, Moab, les proveyó de alimento y de las necesidades básicas, pero las personas locales se aferraban a una perspectiva idolátrica que iba a contrapelo con las creencias de los judíos. Al muy poco tiempo, Noemí tuvo que enterrar a su esposo, convirtiéndose de momento en una viuda con dos hijos dependientes de ella. Esto, en sí mismo, es una experiencia traumatizante, especialmente cuando se vive sola en un país extranjero.

Sus dos hijos se casaron con mujeres de la localidad, un hecho que probablemente haya traído un revuelo a la familia, ya que las leyes transmitidas por Moisés estipulaban que los moabitas y sus descendientes no podían entrar a la asamblea del pueblo de Dios hasta la décima generación. (Deuteronomio 23:3)

Finalmente, los jóvenes hijos de Noemí también murieron y fueron enterrados en tierra moabita. Este momento posiblemente representa el punto más bajo de la tragedia de Noemí. Y ella decide regresar a su tierra natal, otra experiencia profundamente desagradable, porque ella tiene que admitir la pérdida y la aflicción, la derrota y el fracaso.

Al final, Noemí emerge victoriosa de todas sus calamidades. Ella tiene que haber tenido una poderosa fe y una fortísima esperanza en que el Señor proveería bendiciones para compensar tanto dolor y sufrimiento. Rut, la nuera, tiene que haber servido como un poderoso instrumento de resiliencia enviado por Dios.

Todos estos, y muchos otros hombres y mujeres sufrieron dolores intensos, pero resurgieron más fuertes después del combate. Todos ellos poseían la resiliencia que solo proviene de Dios. Y esta bendición está disponible, abierta para nosotros hoy. Solo tenemos que hacer la elección, que mirar más allá del momento presente, y localizar el brillo de luz y de esperanza que proviene del final del túnel. Solo tenemos que creer que nuestro Padre Celestial nos guiará a un buen destino, a un buen final con el menor dolor que sea posible.

La psicología ha avanzado grandemente al aceptar la religiosidad como una manera efectiva de bregar. Hoy, los científicos y los psicólogos practicantes saben que luchar es muy efectivo, particularmente para las personas de fe. Esto es algo que los creyentes ya sabían muy bien. Hoy se acepta abiertamente que la oración, la lectura de las Sagradas Escrituras, y la adoración -- ya sea individual o colectiva, la certeza de la salvación, la esperanza del retorno de Jesús, y otros, son factores decisivos al enfrentar la adversidad resilientemente.

El orar y el meditar en la Palabra de Dios y la repetición de las promesas de Dios son factores decisivos principales en la lucha porque son factores poderosos y portátiles. Las dificultades familiares pueden enfrentarse mucho mejor cuando se contempla a Jesús, la verdadera luz al final del túnel, como se describe en Isaías 9:2, donde dice: "El pueblo que andaba en tinieblas vio una gran luz; que brilló para los que moraban en sombra de muerte." Más adelante, el texto explica Quién es esta Luz: "Porque un Niño nos es nacido, Hijo nos es dado, y el gobierno estará sobre Su hombro. Será llamado Maravilloso, Consejero, Dios Poderoso, Padre eterno, Príncipe de Paz." (Isaías 9:6)

Aún en medio de las dificultades, tenemos que aceptar por la fe que el sufrimiento contemporáneo terminará, y que puede tener un propósito, aunque no sepamos todavía cual es. Hasta entonces, necesitamos enfocar nuestra mira en esa pequeña fuente de luz que aparece al final de cada túnel. En términos prácticos, puede ser un texto bíblico que hayamos internalizado por reflexión, repetición o memorización. Versículos tales como: "Estamos atribulados en todo,

pero no angustiados; en apuros, pero no desesperados; perseguidos, pero no desamparados; abatidos, pero no destruidos." (2 Corintios 4:8-9) o "Diré al Señor: '¡Esperanza mía y castillo mío, mi Dios, en quien confío!' " (Salmo 91:2) o "Cuando pases por las aguas, Yo estaré contigo; cuando pases por los ríos, no te anegarán; cuando pases por el fuego, no te quemará, ni la llama arderá en ti." (sin referencia; traducido) o "El Señor es bueno, es fortaleza en el día de la angustia, y conoce a los que confían en Él." (Nahum 1:7)

Otra manera de obtener resiliencia es repasando las bendiciones del pasado. Una de las citas favoritas de Elena G. White es la que dice: "No tenemos nada que temer del futuro a menos que olvidemos la manera en que el Señor nos ha guiado, y sus enseñanzas en nuestra historia pasada." (9T, p.10 [traducido del inglés]). A menos que mantengamos esas memorias vivas en nuestra mente, las olvidaremos. Al compartir nuestras historias con otros, escribiéndolas en un diario, y elevando oraciones de alabanza y agradecimiento, mantenemos esas memorias vivas, Hay maneras en las que podemos mostrarle a Dios nuestro aprecio por sus dones y bendiciones específicas.

# ASISTIENDO A LOS PADRES Y MADRES SOLTEROS A DESARROLLAR RESILIENCIA

---

POR CLAUDIO Y PAMELA CONSUEGRA

## TEXTO

"Hermanos, no considero haberlo ya alcanzado; pero una cosa hago, olvido lo que queda atrás, me extiendo a lo que está delante, y prosigo a la meta, al premio al que Dios me ha llamado desde el cielo en Cristo Jesús" (Filipenses 3:13-14)

## INTRODUCCIÓN

Cuando ustedes oyen decir "padres solteros", ¿qué imagen les viene a la mente? Describan exactamente lo que les viene a la mente. Tal vez nuestros intentos de juzgar presentan un cuadro que dista mucho de ser correcto. ¿Se imaginaron una persona valerosa y de múltiples recursos? ¿O tal vez una persona que exuda resiliencia? ¿Qué es la resiliencia? ¿Cómo se desarrolla la resiliencia?

La resiliencia se define como "el proceso de adaptarse bien frente a la adversidad, al trauma, a las tragedias, a las amenazas o a fuentes significativas de estrés o tensión - tales como problemas relacionales o familiares, situaciones serias de salud, o estresores relacionados al lugar de trabajo, o financieros. Tanto como la resiliencia involucra el rebotar de estas experiencias difíciles, también puede involucrar desarrollo personal profundo." (APA, 2021)

Nuestro texto de las Sagradas Escrituras nos recuerda de la importancia de olvidar lo que queda atrás y de seguir adelante. La habilidad de seguir adelante sin importar lo que ha quedado atrás es la resiliencia en acción. Hay muy poca duda de que la mayoría de los padres solteros

**Claudio Consuegra**, DMin, es el Director del Departamento de Ministerios de Familia de la División Norteamericana de los Adventistas del Séptimo Día en Columbia, Maryland, EE UU A

**Pamela Consuegra**, PhD, es Directora Asociada del Departamento de Ministerios de Familia en la División Norteamericana de los Adventistas del Séptimo Día en Columbia, Maryland, EE UU A

puede que estén en una situación que les ha requerido que olviden lo que queda atrás y sigan adelante. Como dirigentes, ¿cómo podríamos formar parte de la asistencia que los padres solteros necesitan en el proceso de desarrollar la resiliencia?

Tal vez haya oído usted algunos comentarios rudos o en tono de juicio de parte de otras personas, quizá aún de miembros de la iglesia, hacia o acerca de los padres solteros. Dirigentes, ustedes fueron llamados para momentos como estos. Algunas personas tienen la tendencia a hacer asunciones acerca de la vida de los demás, de su condición financiera o hasta de sus caracteres, sin ni siquiera conocer los detalles de la verdadera historia de tales individuos. Esto puede parecer injusto, y en verdad, lo es. Pero no podemos permitir que la opinión desinformada ni el juicio mal dirigido defina quiénes somos ni cómo nos sentimos. Como dirigente, usted puede educar a otros y formar parte de la creación de un nuevo cuadro, de una nueva imagen del amor de Dios, junto a la fuerza, la resiliencia y la capacidad de manejar y utilizar múltiples recursos que tienen los padres solteros.

Hay una multitud de diferentes caminos que llevan a unas personas a ser padres solteros. Para algunos, el ser padres solteros es una senda que ellos mismos escogieron a propósito. Otros pueden haber tenido travesías infestadas de quebrantamiento de corazón, de abuso, de pérdida o de sufrimiento. Algunos son padres solteros porque su cónyuge ha fallecido repentinamente, algunos fueron traicionados o engañados, y aun otros pueden haber sido abandonados. Otros pueden ser padres solteros porque han tenido que huir de alguna relación de violencia doméstica o de un cónyuge con adicciones. Lo que queremos señalar es que cada situación es única y particular, y las razones porque alguien cría a sus hijos sin el otro ex-conyuge varían de persona a persona.

Algunas personas admiten que no divulgan el hecho de ser padres solteros la primera vez que conocen a otra persona por temor a ser etiquetados y/o juzgados. También pueden haber comentarios críticos de parte de familiares, de colegas, conocidos o de miembros de la iglesia. Otros dicen que han sido sacados de círculos sociales o que ya no se les invita cuando otras familias se juntan para comer juntos o para alguna salida en grupo, incluyendo a eventos sociales en la misma iglesia. Repetimos lo que mencionamos anteriormente: ¡Dios no le ha dado a los vecinos de uno, ni a los amigos, ni a la familia ni aún a la familia eclesiástica las funciones de juez!

### **PREGUNTAS DE DISCUSIÓN PARA LOS DIRIGENTES**

1. Comparta sobre una vez que usted haya sido testigo de un miembro de la iglesia hablando negativamente de otro miembro.
2. ¿Le respondió usted a esa persona?
3. Si no, ¿por qué no? Si le respondió, ¿qué le dijo usted?

### **ESTABLECIENDO LÍMITES**

Los padres solteros ya tienen que bregar con muchas cosas, que lo último en sus agendas tendría que ser atender los enjuiciamientos dislocados de personas ajenas a ellos. Sí, es muy difícil escuchar palabras hirientes. Es posible que en algún punto los padres solteros ya dejen de sorprenderse de las palabras rudas que la gente dice, y de cómo algunos siguen tratándolos como

diferentes.

El aprender a establecer límites o barreras apropiadas puede ayudar a afrontar emociones negativas. He aquí siete orejitas para compartir con los padres solteros para ayudar a colocar los límites o las barreras adecuadamente:

1. **Deja de hablarte negativamente.** No dejes que las críticas de los demás afecte cómo te hablas a ti mismo/a. Pega algunas afirmaciones positivas en el espejo de tu baño. Léelas diariamente al comienzo de cada día, memorízalas, repítelas cuando vuelvan los pensamientos negativos a tratar de entrar a tu mente.
2. **Enfócate en los buenos amigos.** Piensa acerca de los buenos amigos que tienes y rodéate de ellos. No te rodees de los así llamados 'amigos' que continuamente llenan tus oídos de comentarios negativos.
3. **Enfócate en lo que te salió bien hoy.** Es fácil hacer una lista de todas las cosas que quisieras cambiar del día de hoy, sin embargo, ¿por qué no enfocarte en lo que te salió bien? Piensa en los éxitos de tu día, repásalos cada noche antes de acostarte, y agradece a Dios por cada victoria.
4. **Expresa tus pensamientos honestamente.** Hazte un favor a ti mismo. Saca todas las frustraciones de tu corazón y de tu mente. Habla con alguno de tus buenos amigos, escribe en tu diario, comunícalo en un blog o visita algún consejero. Saca todos los pensamientos y sentimientos negativos. Reemplázalos con pensamientos y sentimientos positivos, y con prácticas positivas que no permitan la negatividad volver.
5. **Está atento a ti mismo.** Si estás experimentando negatividad, detente y piensa acerca de qué está causando esos sentimientos. ¿Serán amigos falsos? Si es así, tienes que alejarte de ellos. ¿Estás viendo programas que muestran imágenes negativas? Apaga el televisor. ¿Estás pasando demasiado tiempo de ocio, hablándote negativamente a ti mismo? Si es así, es tiempo de moverte y utilizar esa energía positivamente. En otras palabras, procura identificar las cosas que te llevan a cosas negativas, y sustitúyelas por acciones positivas.
6. **Sal afuera.** El hablar negativamente, ya sea propio o de otros, eventualmente te va a hacer caer. Comienza en cero llenando a la naturaleza. Sal al aire libre, respira hondo, camina, habla con el Creador. Sentirás cómo se derrite la ansiedad. Ejercitarte al aire libre es una de las mejores cosas que puedes hacer para mirar las cosas desde una nueva perspectiva, de una nueva manera.
7. **Desarrolla límites o barreras, aléjate, habla.** Usted puede escoger con quien pasa tiempo, a quien va a escuchar, y de qué temas van a hablar. Usted puede decir "NO" y alejarse. Si alguien dice algo negativo de usted o de su familia, dígame que se detenga. A veces hay que confrontar a las personas rudas para detener los comentarios rudos.

## **CUANDO NECESITE AYUDA, ADMÍTALO Y CONSÍGALA!**

No se curan años de dolor emocional de la noche a la mañana. Todos queremos obtener resultados inmediatos, pero por favor entienda que este proceso de curación es una trayectoria. También puede haber barreras que interrumpan, que impidan la obtención de ayuda profesional, tales como el tiempo (para la cita), la falta de cobertura del seguro médico, (lo que significa gastos no anticipados de fondos y posiblemente el hacer otros arreglos financieros), o el cuidado de los

niños.

Hay ocasiones cuando lo que se necesita es hablar con algún amigo de confianza o con algún ministro. Sin embargo, hay ocasiones cuando el hablar con algún miembro de la familia tal vez no sea en el mejor interés de uno, y se necesite ayuda profesional más intensa, y objetiva.

Adjunto se señalan algunos signos para compartir con los padres solteros que pueden indicar una necesidad de ayuda externa profesional:

1. **Usted no recuerda cuándo fue la última vez que durmió una buena noche** Un ciclo de noches sin poder dormir bien son un claro signo de que las cosas no andan bien, y de que usted necesita la intervención de ayuda externa. Muy pronto se va a deteriorar su salud, y esto solo va a empeorar las cosas.
2. **Su red de amigos no está funcionando.** Cada intento que usted hace de hablar con un amigo o con un miembro de la familia le deja sintiéndose más desanimado. Tal vez ellos están demasiado cercanos a la situación, y su perspectiva no les permite verla objetivamente. Puede ser el momento de buscar una intervención imparcial, neutral y objetiva.
3. **Hay o hubo abuso emocional y/o físico** No hay manera en que usted deba permitir que esta conducta continúe sin conseguir ayuda y hallar seguridad de inmediato. Nunca se debe tolerar el abuso físico, emocional ni verbal. No es la manera en que Dios querría que fuera tratada Su hija. Aunque no esté ocurriendo en el momento presente, usted puede necesitar ayuda profesional para sobreponerse a los efectos del abuso en el pasado. Además, el o los niños podrían beneficiarse de la consejería si esta ha sido la experiencia de la familia.
4. **Usted tiene miedo de decir ciertas cosas en la familia.** Cuando usted no se siente cómoda compartiendo sus sentimientos y sus pensamientos sin ser degradada, criticada, juzgada, o acosada, algo terriblemente malo está ocurriendo. Usted necesita un lugar seguro en donde conversar.
5. **Usted niega, excusa, o escoge ignorar las señales de problemas tales como el abuso de sustancias controladas o del alcohol.** El abuso de sustancias es un indicador de problemas mayores que la fatiga o la tensión emocional. Tal vez usted excusa su comportamiento diciendo cosas como: 'Yo puedo parar en cualquier momento'; 'No soy adicta'; 'Me detendré tan pronto se establezca mi situación de custodia.' Éste es el *summum* o la negación máxima, y un indicador clave de que se necesita ayuda externa. Una vez más, el o los niños podrían beneficiarse de la consejería si esta ha sido la experiencia de la familia.
6. **A usted le viene el pensamiento vez tras vez de que a su hijo/a le iría mejor sin usted.** Esta clase de pensamientos negativos son el resultado de problemas mucho más profundos que necesitan ayuda profesional. Todos nosotros, de vez en cuando u ocasionalmente pensamos que tal vez no somos los mejores padres; sin embargo, cuando se vuelve una obsesión diaria, este es un indicador clave de que se necesita intervención profesional [urgentemente].

Si una persona necesita espejuelos, ¿rompería dos botellas de cristal, tomaría el fondo de cada una, y un trozo de alambre, y se haría sus propios espejuelos? ¿Perforaría alguien su propia

muela para llevar a cabo un procedimiento en el conducto de la raíz con su nuevo taladro inalámbrico? ¿Se sacaría usted su propio apéndice? Por supuesto que no. Entonces, ¿por qué somos tan renuentes para buscar ayuda profesional psicológica cuando la necesitamos? Ahh, ahí tenemos la palabra otra vez: ... ¡ESTIGMA! Como líderes, necesitamos ayudar a romper esas barreras y ese estigma

### PREGUNTAS DE DISCUSIÓN PARA LÍDERES

1. Según la opinión de usted, ¿con quién hablan con mayor frecuencia los padres solteros cuando necesitan alguien que les escuche o cuando necesitan un consejo?
2. ¿Piensa usted que un familiar es siempre la mejor persona para hablarle?
3. ¿Qué pasos puede usted tomar para ayudar a los padres solteros a buscar ayuda cuando la necesitan?

### ¡DIOS LO ESCOGIÓ A USTED!

Todos los padres, en algún momento u otro, se han sentido inadecuados, no obstante su situación particular. Todos los padres han gritado, han dicho algo equivocado, han deseado tener otra oportunidad para hacer lo mejor, o han perdido la paciencia. Y cada vez que la culpa procura aplastar nuestra cabeza, somos tentados a pensar que, a causa de nuestras deficiencias percibidas, vamos a arruinar indefectiblemente a nuestros hijos para siempre. No es parcela privada de los padres solteros el tener estos pensamientos.

Es demasiado fácil pensar que otras personas podrían hacer un mejor papel que nosotros como padres. Pero ahora viene la parte más bonita de todo esto: NO HAY padres perfectos. Todos tenemos nuestras fallas. Todos tenemos nuestros días buenos y nuestros días no-tan-buenos. Siempre van a haber días cuando quisiéramos darle para atrás al reloj, y empezar de nuevo.

Estamos viviendo en una cultura impulsada por una conectividad constante y continua, y los medios sociales no hacen nada para aliviar esta situación. Lo único que tenemos que hacer es dar un vistazo a Facebook, a Instagram, a Pinterest, etc., para que se nos recuerde cuán 'perfectos' son los otros padres. Allí están aquellos cuyos hijos se ven siempre perfectamente acicalados, cuyo maquillaje y cabello es arreglado hasta la perfección día por día, cuyos hogares son immaculados, quienes hacen deliciosos alimentos hechos en casa, y hacen manualidades con los chicos todas las tardes... Solo hay que tener en mente que las cosas no son siempre como aparentan ser. Las cosas que se ven perfectas en los medios sociales, en la realidad no son tan perfectas.

No hay un padre perfecto sino solo Dios el Padre. Y entender que Dios nos ha escogido para la divina tarea de ser padres puede alterar nuestras vidas. Imagínense que Dios escribió la siguiente carta a las madres solteras y a los padres solteros.

*Mis amados padres solteros:*

*Ustedes son escogidos, ustedes son suficientes, y ustedes son míos. Mi amor por ustedes es feroz. YO estoy orgulloso de ustedes. YO veo sus corazones, la manera en que me buscan, y su devoción para criar a su hijo. Han hecho bien, mis hijos.*

*Hijos míos, ustedes me son una delicia. YO los escogí antes de la fundación del mundo, y los he santificado para un propósito especial. Mis amados, YO estoy listo para unirme a ustedes en su travesía como padres. La senda puede parecer borrosa ante ustedes, pero YO la veo, y YO puedo ver la meta al final. YO voy a llevarles cuando estén débiles, les daré fuerzas, y no caerán.*

*Amados hijos, ustedes son suficientes. YO los he escogido para que crien a su hijo. Ustedes me pertenecen, y YO les llamo dignos. Mi promesa a ustedes es darles esperanza y un futuro. No malgasten la bendición del tiempo preocupándose del mañana, porque ya YO me he encargado de todas sus necesidades.*

*Con mi amor inmensurable y eterno, YO también supliré las necesidades de tus hijos. No les faltará nada. YO soy suficiente. La identidad de ellos está en Mí, y su futuro está en Mí. YO los he puesto aparte para un gran propósito. YO tengo planes tremendos para el futuro de sus hijos.*

*Me deleita observar cómo los están criando. YO les he escogido para que crien a este niño. Ustedes son los guerreros capaces de afilarlos, de instruirlos, de dirigirlos, de prepararlos, de entrenarlos, de prepararlos para enfrentarse al mundo. Ningún arma preparada en contra de ellos prosperará, porque ellos me pertenecen.*

*Mis queridos padres solteros, no olviden que ustedes son tesoro para Mí. Ustedes tienen un valor inestimable. YO nunca dejaré de amarlos.*

*Mis amados, ustedes me pertenecen  
por siempre. Su Padre Celestial*

## CONCLUSIÓN

La verdad es que, tarde o temprano, todas las familias pueden enfrentarse a traumas, adversidad u otros estresores. La buena noticia es que Dios ofrece un mapa para adaptarse a las situaciones que pueden cambiar la vida, para seguir adelante, y para salir aún más fuertes que antes. ¡Esa es la resiliencia definida!

Entonces, ¿qué puede hacer usted, como dirigente? Tenemos que educar a aquellos que están bajo nuestro cuidado para que muestren amor y compasión a todos, sin juzgar a nadie. Qué maravillosa gracia, qué amor maravilloso es el que tiene Jesús por cada uno de nosotros, sin importarles nuestros trasfondos. A la vista de Dios, los padres solteros son preciosos, valiosos, honrados y amados sin medida. Él ama y atesora a cada uno con un amor que no tiene límites.

Además de esto, tenemos que tener una compilación de los recursos existentes en nuestra comunidad, a nuestra disposición, para compartirlos con los padres solteros. Cada comunidad es única, y con frecuencia publica un listado de recursos, que bien pueden ser exactamente lo que los padres solteros están necesitando.

¡Sobre todo, modele la gracia maravillosa y el maravilloso amor de Jesús! Otros, al verlos modelados en sus acciones, bien pueden contagiarse. Los padres solteros están criando la siguiente generación, y nosotros necesitamos estar allí, junto a ellos, caminando a su lado, para que ellos, junto a sus pequeños, lleguen al Cielo.

## REFERENCIAS

American Psychological Association (APA). (2021). *Building Your Resilience*[*Construyendo su resiliencia*].  
<https://www.apa.org/topics/resilience>



# MOLDEANDO LA COSMOVISIÓN DE SU HIJO A TRAVÉS DE UNA RELACIÓN AMANTE

---

POR: JOSEPH KIDDER Y KATELYN CAMPBELL WEAKLEY

"Os aseguro, el que no recibe el reino de Dios como un niño, no entrará en él.  
Y Él tomó a los niños en Sus brazos, puso las manos sobre ellos, y los bendijo."  
Marcos 10:15,16<sup>1</sup>

La educación de los niños es de máxima importancia para la formación de patrones de vida y del carácter que durarán toda la vida. Elena White sabía muy bien cuán importante es la formación de los años tempranos para el desarrollo de la trayectoria de sus vidas. No es posible darle demasiada importancia al entrenamiento temprano de los niños. Las lecciones aprendidas, los hábitos formados durante la infancia y la niñez, tienen más que ver con la formación del carácter y con la dirección de la vida que todas las instrucciones y el entrenamiento de los años posteriores.<sup>22</sup> Para instilar una cosmovisión positiva bíblica en sus niños que les guíe a través de toda su vida, es esencial entrenarlos desde que son muy jóvenes.

---

**Joseph Kidder**, DMin es Profesor de Ministerio y Discipulado Cristianos en el Seminario Teológico Adventista del Séptimo Día en Andrews University en Berrien Springs, Michigan, EE UU A.

**Katelyn Campbell Weakley**, MDiv, MSW, es pastora de Mount Tabor Seventh-day Adventist Church, en Portland, Oregon, EE UU A.

La cosmovisión de los niños es lo que va a ayudar a orientarlos durante toda su vida. Esta cosmovisión que los niños desarrollan responderá para ellos preguntas clave: ¿Quién soy yo? ¿Por qué estoy aquí? ¿De dónde vengo yo? ¿Hacia dónde voy yo? ¿Qué es lo real o verdadero? ¿Qué está bien y qué está mal? ¿Quién es Dios? Todas estas preguntas y muchas otras más son respondidas por la cosmovisión que su niño desarrolla, moldeando su perspectiva y sus asunciones básicas. No se toma ninguna decisión sin una cosmovisión. Para poder hacer decisiones positivas y sanas, un niño necesita una cosmovisión positiva y sana. Una cosmovisión bíblica está basada en las Sagradas Escrituras, y puede ayudar a los niños a tomar decisiones inteligentes que honren a Dios y beneficien a otros, así como a ellos mismos.

Este artículo discute principios importantes y métodos prácticos para desarrollar una cosmovisión bíblica en su niño a través del amor a Dios, el amor al niño, orando por el niño y adorando juntos. Notará usted que este proceso está todo cimentado en el amor, que es la marca, la señal de los seguidores de Cristo. "En esto conocerán todos que sois mis discípulos, si os amáis unos a otros." (Juan 13:35). Si hemis de entrenar a los niños para que sean discípulos de Dios, tenemos que demostrar nuestro discipulado por medio del amor., Comenzamos por amar a Dios nosotros mismos, lo que hace crecer nuestro amor por nuestros niños, lo que fortalece nuestro culto familiar, lo que a su vez, aumenta nuestro amor hacia Dios. Al participar en el proceso ilustrado a continuación, más abajo, encontraremos que nuestros niños crecen en Dios y van desarrollando una cosmovisión bíblica/cristiana.

This article will discuss important principles and practical methods for developing a Biblical worldview in your child through loving God, loving the child, praying for the child, and worshipping together. You will note that this process is all rooted in love, which is the mark of the followers of Christ. "By this all will know that you are My disciples, if you have love for one another" (John 13:35). If we are to train up children to be disciples of God, we must demonstrate our discipleship through love. We begin by loving God ourselves, which grows our love for our children, which invigorates our prayers for our children, which strengthens our family worships, which in turn increases our love for God. As we participate in the process illustrated below, we will find our children growing in God and developing a Biblical worldview.



## AMANDO A DIOS

¿Cómo se comienza a enseñar a los hijos a amar a Dios y a vivir por Su Palabra? Comience amando a Dios usted mismo. Cuando un bebé se encuentra con un nuevo alimento y no está seguro de él, la madre o el padre generalmente toman un bocado para demostrarle al hijo que el alimento es bueno. Con relación a Dios, los padres pueden unirse al salmista diciéndole a sus hijos: "Gustad y ved qué bueno es el Señor." (Salmo 34:8) Si usted como padre regularmente disfruta y aprecia la presencia de Dios en su vida, esto hará dos cosas. Primero, usted da una demostración en vivo de lo que usted quiere enseñar. Usted les puede decir cómo es amar a Dios, pero esto serán solo palabras hasta que ellos puedan ver una demostración de lo que esto en realidad es, de lo que esto significa. Hablaremos más de esta idea cuando hablemos de 'modelar', más adelante, pero notemos aquí que las acciones hablan más alto que las palabras. Mostrarles cuánto disfruta usted a Jesús es mucho más poderoso que decirles que a usted le encanta estar con Jesús, o que simplemente decirles que usted ama a Jesús.

Un segundo resultado de usted disfrutar la presencia de Dios es que su deseo de que su hijo desarrolle una cosmovisión bíblica se hará más genuina, y por tanto, más poderosa. Si usted de veras ama y disfruta al Señor genuinamente, esto va a iluminar cada cosa que usted hace, incluso el desarrollo de la cosmovisión de su hijo. Podemos asumir que si usted está leyendo este artículo, usted ya aprecia la presencia de Dios en su vida. Si este es el caso, eso es hermoso. Manténgase zambuyéndose más y más profundamente en su propio amor por Dios. Cheri Fuller escribe en su libro: (*Opening Your Child's Spiritual Windows [Abriendo las ventanas espirituales de su hijo]*): "La verdad es que primero usted tiene que disfrutar a Dios; de otra manera, probablemente sus hijos tampoco lo harán. En segundo lugar, si usted no tiene una relación de amor y confianza con sus hijos, ellos van a mostrar la tendencia a rechazar o a perder mucho de la influencia que su vida espiritual pudiera tener sobre ellos."<sup>3</sup> Es un hecho que, como padres, usted sirve de puente entre su hijo y Jesús. Mientras más cultive su relación con Jesús, y mientras más cultive su relación con su hijo, más fuerte puede ir haciéndose ese puente.

## AMANDO A SU HIJO

Jesús amó a los niños. "Trajeron unos niños a Jesús para que los tocara, y los discípulos los reprendieron. Al verlo, Jesús se enojó, y les dijo: 'Dejad a los niños que vengan a Mí. No se lo impidáis, porque de ellos es el reino de Dios. Os aseguro, el que no recibe el reino de Dios como un niño, no entrará en él.' Y Él tomó a los niños en sus brazos, puso las manos sobre ellos, y los bendijo." (Marcos 10:13-16) Si Jesús se preocupó tanto por los niños, ¿no debemos nosotros demostrar ese mismo amor por nuestros propios hijos? Hemos sido llamados a demostrar el más grande amor a nuestros niños y niñas.

Jesús tomaba tan seriamente el cuidado de los niños que dijo: "El que haga tropesar a uno de estos pequeños que creen en Mí, mejor sería que le colgaran al cuello una piedra de molino, y lo hundieran en lo profundo del mar." (Mateo 18:6) Continuando con la misma idea, Pablo escribió en Colosenses 3:21: "Padres, no irritéis a vuestros hijos para que no se desalienten." Se espera que los padres amen y amorosamente dirijan a sus hijos en la senda de justicia. Esto no puede hacerse

sin una relación cercana y amorosa entre los padres y los hijos.

Si usted tiene una fuerte relación de amor con Jesús, pero una débil relación con su hijo, su hijo no va a ser acercado más a Jesús. De haber alguna influencia, su hijo puede querer alejarse más de él. De una manera o de la otra, van a asociarle a usted con Jesús. Si el niño se siente seguro y amado y cuidado por usted, posiblemente experimenten a Dios de una manera positiva. Sin embargo, si su niño no siente una relación cercana con usted, pero ve su fuerte y cercana relación con Dios, hay muchas probabilidades de que experimente a Dios negativamente. En un reciente estudio multi-generacional, el sociólogo Vern Bengtson nota el hecho de que: "Por todas las medidas de este estudio, los jóvenes adultos tienen mayores probabilidades de compartir y participar de las creencias religiosas de sus padres si ellos sienten que tienen una relación cercana con sus padres."<sup>4</sup> El elemento de la relación es clave.

Siguiendo esta misma línea de pensamiento, no debemos estar tan ansiosos como para manipular a nuestros hijos para llevarlos a Dios. La autora Karyn Henley escribe: "No debiéramos empujarlos hacia lo que quisiéramos ver que sucediera. Por el contrario, debemos esperar en Dios y darle espacio y tiempo para que Él trabaje según sea Su voluntad. Nosotros tenemos el privilegio de observar a Dios trabajando en las vidas de nuestros hijos, de manera que su "fe no esté fundada en la sabiduría de hombres, sino en el poder de Dios." (1 Corintios 2:5)<sup>5</sup> Por el simple hecho de estar en una relación de amor con su hijo, Dios puede usarlo a usted para atraer a su hijo hacia Él.

Cuando Jesús estuvo en la tierra, Él le dijo a Sus discípulos: "El que me ha visto a Mí ha visto al Padre". (Juan 14:9) En gran medida, de la misma manera, los hijos entenderán a su Padre Celestial, al ver a sus padres terrenales. Por lo tanto, además de disfrutar y amar a los hijos, los padres tienen que disfrutar y amar a su Padre Celestial.

Hay muchas maneras simples y sencillas de demostrar su amor por sus hijos. Usted puede jugar con ellos, pueden cocinar juntos, y pueden cantar juntos. Usted puede inventarse un apodo particular para ellos, celebrar con bombos y platillos cuando ellos terminan bien una tarea, y puede decirles que les han hecho mucha falta cuando se reúnen después de una ausencia. Cuando ellos estén frustrados, usted puede escuchar sus frustraciones y empatizar con ellos. Cuando ellos actúan irresponsablemente, usted puede decirles: "Te amo demasiado para permitir que hagas esto; por favor deja de hacerlo." Cuando estén tristes, usted puede estrecharlos en sus brazos y mecerles suavemente.<sup>6</sup> Déjeles saber a sus hijos que les ama tan a menudo como sea posible, tanto cuando es fácil como cuando es difícil amarlos. Mientras más lo escuchen, más crecerá el amor entre ustedes. Es mediante el crecimiento concienzudo del amor y de la confianza entre usted y Dios y entre usted y sus hijos que se forma una fuerte base como fundamento para el desarrollo de la cosmovisión bíblica de sus hijos. Sus hijos crecerán confiando y sabiendo que el gusto del Señor es bueno en verdad.

## ORANDO POR SU HIJO

Como cuida y ama usted a sus hijos, también, por supuesto, va a estar orando por él o por ella. Ésta es una parte importante del desarrollo de la cosmovisión bíblica de sus hijos. Al orar usted por el desarrollo cristiano de sus hijos, recuerde orar por estas áreas clave:<sup>7</sup>

1. **Ore por su salvación.** "Por tanto, todo lo soporto por amor de los elegidos, por que ellos también alcancen la salvación en Cristo Jesús, con gloria eterna." (2 Timoteo 2:10)
2. **Ore para que Dios dirija sus vidas** "Fíate del Señor de todo tu corazón, y no te apoyes en tu prudencia. Recónocele en todos tus caminos, y Él enderezará tus veredas (Proverbios 3:5, 6)
3. **Ore para que ellos desarrollen corazones compasivos.** "Sed benignos, compasivos unos con otros, perdonándoos unos a otros, como también Dios os perdonó en Cristo." (Efesios 4:32)
4. **Ore por su protección física y espiritual** "El Señor es mi Roca, mi Fortaleza y mi Libertador. Dios mío, Fortaleza mía, en Él confiaré. Mi Escudo y el Poder que me salva, mi Fortaleza y mi alto Refugio. Mi Salvador, que me libra de violencia." (2 Samuel 22:2,3)
5. **Ore por el desarrollo de sus caracteres.** "Así que, hermanos míos amados, estad firmes y constantes, abundando en la obra del Señor siempre, sabiendo que vuestro trabajo en el Señor no es en vano." (1 Corintios 15:58)
6. **Ore para que Dios llene sus corazones de gozo** "... y no os entristezcáis, porque el gozo del Señor es vuestra fortaleza." (Nehemías 8:10b)
7. **Ore para que ellos deseen lo que Dios desea.** "Os daré un corazón nuevo, y pondré un espíritu nuevo dentro de vosotros. Quitaré de vuestra carne el corazón de piedra, y os daré un corazón de carne." (Ezequiel 36:26)
8. **Ore para que ellos lleguen a conocer el amor de Dios.** "Por esta causa doblo mis rodillas ante el Padre de nuestro Señor Jesucristo. ... Que habite Cristo por la fe en vuestro corazón, para que, arraigados y fundados en amor, podáis comprender bien con todos los santos, la anchura y la longitud, la profundidad y la altura del amor de Cristo, y conocer ese amor que supera a todo conocimiento, para que seáis llenos de toda la plenitud de Dios." (Efesios 3:14,17-19)
9. **Oren para que ellos lleguen a amar la Palabra de Dios.** "Lámpara es para mis pies tu Palabra, una luz en mi camino." (Salmo 119:105)
10. **Ore para que Dios les dé la actitud de un siervo.** "Servid con buena voluntad, como quien sirve al Señor y no a los hombres." (Efesios 6:7)

La oración es una herramienta poderosa. Continuamente derrame ante Dios sus oraciones por sus hijos, y Él va a escuchar y a responder a sus oraciones. Se ha visto vez tras repetida vez que los padres que son constantes en la oración por sus hijos verán a sus hijos e hijas crecer y permanecer en la fe.

"Vuestro compasivo Redentor os observa con amor y simpatía, listo para escuchar vuestras oraciones y para daros la asistencia que necesitáis." -- escribe Elena G. White. "Él conoce las cargas del corazón de cada madre, y es vuestro mejor amigo en cada emergencia. Sus brazos sempiternos sostienen a la madre fiel y temerosa de Dios. Cuando estaba en la tierra, Él tuvo una madre que luchó con la destitución, padeciendo muchas ansiedades y perplejidades, y Él

simpatiza con cada madre cristiana en sus ansiedades y perplejidades. Aquel Salvador que hizo un largo viaje con el propósito de aliviar las ansias del corazón de una mujer cuya hija era poseída por un espíritu inmundo escuchará las oraciones de la madre y bendirá a sus hijos.”<sup>8</sup> Las oraciones de una madre o de un padre buscando la intervención de Dios en la vida de un hijo no serán ignoradas.

## ADORANDO JUNTOS

La base del amor de su hijo hacia Dios puede hacerse crecer por medio del culto familiar consistente. Elena White escribe en *Conducción del Niño*: “En la mañana, los primeros pensamientos del cristiano deben ser acerca de Dios. Las labores mundanales y los intereses propios deben ser secundarios. Los niños tienen que ser enseñados a respetar y a reverencias la hora de la oración. Es el deber de los padres cristianos, de mañana y de tarde, por medio de la oración y de una fe perseverante, hacer un cerco alrededor de sus hijos. Deben instruirlos pacientemente -- amorosa e infatigablemente enseñarles cómo vivir de manera que agraden a Dios.”<sup>9</sup> Hay varios componentes que pueden usarse en culto familiar para ayudar a los niños a crecer en Cristo.

En primer lugar, está la oración en el culto. Cuando el niño es un infante, el orar con él o ella significa que los padres le han de enseñar una postura reverente (tales como las manos juntas, cruzadas, y los ojos cerrados) y luego guiarlos en una oración con frases breves. Mientras el infante crece, los padres pueden ofrecer oraciones más largas.

Cuando el niño comienza a hablar, puede ir repitiendo muy breves oraciones, en las que el padre o la madre dicen una palabra o una frase breve, y el niño la repite. En poco tiempo más adelante, el niño puede ir generando sus propias oraciones sencillas, primero con la asistencia de su madre o de su padre, y eventualmente, sin esta asistencia. Animamos a los padres a que demuestren aprecio por la oración, y el niño aprenderá que es una conversación especial entre ellos y Dios. Los padres deben enseñar a sus hijos que la oración es una oportunidad especial para hablar de corazón a corazón con su Padre Celestial. Esto se demuestra en los Salmos y también en la vida de oración de Jesús, que demuestra apertura y autenticidad hacia Dios al compartir los sufrimientos, los gozos, las frustraciones, los problemas y las victorias.

El cantar es también un componente maravilloso del culto. Elena White una vez escribió que "Cantar es tanto un acto de adoración como lo es la oración."<sup>10</sup> (Traducido.) Los niños aprenden bien los cantos y las rimas de las palabras, y con frecuencia disfrutan inmensamente el canto, y cantan de corazón. Enséñense a los niños canciones bíblicas de niños de manera que ellos puedan entender y conectarse bien con la melodía y las palabras. No tenga temor de enseñarle algunos himnos y alabanzas. Generalmente se las aprenden más fácilmente de lo que uno pueda imaginarse. Finalmente, el cantar en familia puede ser una experiencia de unidad familiar, y es una gran manera de adorar a Dios. Las canciones pueden cantarse a través de todo el día: [haciendo las tareas de la casa,] en salidas, en caminatas, en paseos en auto, en la escuela, etc. Si usted anima a su hijo a llevar un himno en su corazón, este modo de adoración puede acompañarlo y ser integrado durante todo el día. El apóstol Pablo aconseja que: "La Palabra de Cristo habite en abundancia en vosotros, enseñando y exhortándoos unos a otros, con toda sabiduría. Cantad a

Dios salmos e himnos y canciones espirituales, con gratitud en vuestros corazones." (Colosenses 3:16)<sup>11</sup> El cantar glorifica a Dios, hace crecer Su Palabra en el corazón, y nos hace caminar en el gozo del Señor.

Otro componente de la adoración es el dialogar juntos diariamente sobre la vida. Compartan sobre cómo les ha ido el día, y señalen cómo han visto a Dios obrar en sus vidas ese día. Jesús compartía mucho con sus discípulos, señalando las tareas de la vida diaria y extrayendo lecciones de objetos como el grano, la luz, la agricultura y muchas cosas más para ilustrar y demostrar verdades espirituales. Hay mucho que aprender acerca de Dios al compartir juntos acerca de las actividades diarias nuestras.

Por supuesto, un componente clave del culto diario es la lectura diaria de la Biblia, preferiblemente de una traducción simple o de los libros de historias bíblicas -- tales como *'Las bellas historias de la Biblia'*, escritas para niños, o de historias que hablan acerca de Dios y que enseñan la moral de la Biblia a través de relatos de la vida diaria. Ambas clases de lecturas son edificantes para los niños. Los padres pueden sentirse tentados a leer solamente de la versión de historias para los niños de la Biblia a sus niños. Sin embargo, es siempre bueno comenzar a leer porciones de las Sagradas Escrituras juntos, en el culto, desde muy temprana edad para que los niños comiencen a apreciar y a relacionarse con la Biblia propiamente. Al leer de la Biblia, su hijo va a ir adquiriendo una perspectiva bíblica del mundo, y va a comenzar a ver cómo la Escritura se aplica a la vida diaria. Los niños aprenderán a distinguir la verdad del error acerca del carácter de Dios.<sup>12</sup> Este nivel de aprendizaje solo puede ser adquirido a través de la exposición del niño a la Palabra de Dios. Los padres pueden leer a los infantes y a los niños pequeños, pero al los niños ir creciendo, el culto familiar también puede ser un buen tiempo para que ellos practiquen su lectura con la ayuda de sus padres, inicialmente, y por sí mismos, más adelante. Al leer juntos, háganse preguntas acerca de la lectura, y respóndanse las preguntas que ellos puedan tener al respecto. Invlúcrense todos con las historias, y desmenúsenlas juntos.

Nosotros recomendamos que se comience con un corto devocional familiar cada mañana para invitar a Dios a nuestros hogares y a nuestros corazones. El devocional matutino no tiene que ser de más de diez minutos de duración, y centrado en aquello con lo que los niños se identifican mejor. Se pueden cantar un par de himnos, leer una porción de las Escrituras o un relato de algún libro de historias bíblicas para niños, y terminar con una oración. Los cultos más largos (de unos 30 minutos o menos) pueden ser una buena manera de concluir el día juntos en las tardes.

En su libro *La Oración*, Elena White escribe: "El culto familiar no deber ser regido por las circunstancias. Vosotros no debéis orar ocasionalmente, y cuando tenéis un largo día de trabajo por delante, dejar la oración de lado. Al hacerlo así, guiáis a vuestros hijos a considerar la oración como si no tuviera importancia especial. La oración tiene mucho significado para los hijos de Dios; las ofrendas de agradecimiento debieran subir ante Dios de mañana y de tarde. Dice el salmista: "Oh, venid, cantad al Señor: cantad con gozo a la Roca de nuestra Salvación. Venid ante Su presencia con acción de gracias; cantad con júbilo ante Él con salmos." Padres y madres: por urgentes que sean vuestros negocios, no dejéis de reunir a vuestra familia alrededor del altar de Dios."<sup>13</sup>

El culto familiar es de suma importancia para desarrollar una cosmovisión bíblica en sus

hijos. Ustedes pueden orar juntos, leer juntos, cantar juntos y compartir juntos. Esta es una manera maravillosa de moldear la perspectiva de un niño acerca de Dios y del mundo, que le ayudará a solidificar su perspectiva mundial bíblica.

## CONCLUSIÓN

Las relaciones requieren mucho trabajo, compromiso, y paciencia. No ocurren de la noche a la mañana. Como padres, sin embargo, las relaciones que ustedes tienen con sus hijos son el mayor factor para que se imparta a ellos una cosmovisión bíblica. Por lo tanto, vale la pena el esfuerzo y el tiempo que se lleven en establecerse y mantenerse.

El amor que les muestran a sus hijos, el tiempo que pasan en oración por ellos, la experiencia de adorar juntos, todo ayuda al crecimiento de su hijo en Cristo. En su libro *Evangelismo*, Elena White escribe: “Por la manera en que tratáis con vuestros pequeños podéis, por la gracia de Cristo, moldear sus caracteres para la vida eterna; o por medio de un curso de acción erróneo, podéis darles el molde de un carácter satánico. Nunca actuéis por impulso con respecto a la gobernanza de vuestros hijos. Permitid que se unan la autoridad y el afecto. Procurad y cultivad todo lo que es bueno y amable, y guiadles a desear el más alto bien revelándoles a Cristo.”<sup>14</sup>

Mientras más amor demuestre usted a su hijo, más amor tendrá él por Dios. Es tan sencillo como eso. Haga tiempo para su hijo, escúchele, muéstrele respeto, y haga florecer lo mejor de él/ella, para que pueda, a su vez, dar lo mejor de sí.

## NOTAS

- <sup>1</sup> Todas las citas bíblicas son tomadas de La Santa Biblia, Nueva Reina-Valera 2000. Sociedad Bíblica Emmanuel, Miami, FL, EE UU A.
- <sup>2</sup> Ellen White, *Ministry of Healing [Ministerio de curación]*, (Nampa, ID: Pacific Press Publishing Association, 2003), 380.
- <sup>3</sup> Cheri Fuller, *Opening Your Child's Spiritual Windows: Ideas to Nurture Your Child's Relationship with God [Abriendo las ventanas espirituales de sus hijos: Ideas para alimentar las relaciones de sus hijos con Dios]* (Grand Rapids, MI: Zondervan, 2001), 26.
- <sup>4</sup> Como fue citado por Dustin McClure, "Helping Kids Keep the Faith," ["Ayudando a los chicos a mantener la fe"] Fuller Youth Institute, retrieved March 28, 2019, <https://fulleryouthinstitute.org/articles/helping-kids-keep-the-faith>.
- <sup>5</sup> Karyn Henley, *Child-Sensitive Teaching [Enseñando sensiblemente a los niños]* (Cincinnati, OH: The Standard Publishing Company, 1997), 31.
- <sup>6</sup> Usted puede hallar muchas ideas sobre cómo mostrarle su amor a los niños. Le señalamos dos páginas cibernéticas para que usted inicie su búsqueda de ideas: <https://afineparent.com/positive-parenting-faq/101-simple-ways-to-love-your-child.html>; <https://www.lifehack.org/articles/lifestyle/10-little-ways-show-your-kids-you-love-them-every-day.html>.
- <sup>7</sup> Para obtener más ideas sobre qué pedir en oración para sus hijos, vea lo que Lisa Jacobson escribe: <https://club31women.com/12-powerful-verses-pray-children/>, y Nancy Jergins: <https://www.imom.com/10-ways-to-pray-for-your-child/#.XIGTx2hKhPY>
- <sup>8</sup> Ellen White, *Adventist Home [El hogar cristiano]* (Silver Spring, MD: Review and Herald, 2002), 204 [traducido].
- <sup>9</sup> Ellen White, *Child Guidance [Conducción del niño]* (Washington, D.C: Review and Herald Publishing Association, 1954), 519 [traducido].
- <sup>10</sup> *The Youth Instructors Articles, [Artículos de ...]* (Morrisville, NC: Lulu Press Incorporated, 2013), 1238.
- <sup>11</sup> Note también lo que dice Efesios 5:18b,19: "... Antes sed llenos del Espíritu. Hablad entre vosotros con Salmos, himnos y canciones espirituales, cantando y alabando al Señor con todo el corazón."
- <sup>12</sup> Wesley Haystead, *Everything You Want to Know About Teaching Young Children: Birth—6 Years [Todo lo que usted quiere saber acerca de la enseñanza de los niños pequeños: Nacimiento -los 6 años]* (Ventura, CA: Regal Books, 1989), 12-13.
- <sup>13</sup> Ellen White, *Prayer [La Oración]* (Nampa, ID: Pacific Press Publishing Association, 2002), 189 [traducido].
- <sup>14</sup> Ellen White, *Evangelism [Evangelismo]* (Silver Spring, MD: Review and Herald, 2003), 582 [traducido].

# EL IMPACTO DE LAS EXPERIENCIAS ADVERSAS EN LA NIÑEZ

POR INGRID WEISS SLIKKERS AND ERICK PEÑA

## INTRODUCCIÓN

Fue al final de la década de 1990 que se hizo el estudio original de las Experiencias Adversas de la Niñez [Adverse Childhood Experiences -ACE,- por sus siglas en inglés] (ACEs-[https:// www.cdc.gov/violenceprevention/aces/index.html](https://www.cdc.gov/violenceprevention/aces/index.html)) a través de CDC-Kaiser Permanente. Este estudio pionero abrió las puertas a la realidad de los retos que la niñez y los hogares enfrentan, incluyendo el abuso, la negligencia, y hasta el divorcio, y que pueden impactar dramáticamente la salud y el bienestar de las personas por el resto de sus vida - pero no solo estos tres, sino otros factores, además. Desde el 1997 se ha hecho mucho trabajo estudiando más profundamente, y reduciendo las consecuencias y el impacto de las ACEs, pero la triste verdad es que aunque se ha invertido mucho esfuerzo para combatir las experiencias adversas, las ACEs siguen siendo muy prevalentes hoy, al punto de que aun nuestras congregaciones son afectadas. A pesar de que este estudio se hizo en EE UU A, sus implicaciones son transferibles a todas las partes del mundo. Esto nos da pie para hacer una pausa, y preguntamos: Así que ¿se pueden reducir los ACEs? Esta es claramente la meta, y debe ser enfatizada, y debemos trabajar incansablemente para lograrla. Sin embargo, considerando el difícil estado actual del mundo en el que vivimos, nos gustaría sugerir que nuestro enfoque debiera ser en disminuir *el impacto* de las ACEs usando experiencias positivas intencionales para contrarrestar las experiencias negativas. "Las investigaciones demuestran que tanto las experiencias adversas como las positivas moldean el desarrollo mental y la salud a través de toda la vida." (Bethell, Jones, Gombojav, Linkenbach, & Sege, 2019). En un estudio en el que se utilizó data acumulada en 2015 en la *Encuesta de*

**Ingrid Weiss Slikkers**, LMSW, CCTP, CFTP es Profesora Asistente y Directora Ejecutiva del Centro Internacional para Educación en Trauma & Cuidado en la Escuela de Trabajo Social en Andrews University en Berrien Springs, Michigan, EE UU A.

**Erick Peña**, MDiv, MSW actualmente trabaja en un centro de salud mental comunitario proveyendo terapia para niños y adolescentes en South Bend, IN,

*Wisconsin de los factores de riesgo en la conducta*, los investigadores concluyeron que "evaluando y promoviendo proactivamente las PCEs [Experiencias positivas de la niñez (por sus siglas en inglés)] pueden reducirse los problemas relacionales y de salud mental en los adultos, aún con la presencia concurrente de las ACEs." (Bethell, Jones, Gombojav, Linkenbach, & Sege, 2019).

En este capítulo se discuten las siete experiencias positivas sugeridas por los investigadores mencionados, y publicadas por el *Journal of American Medical Association Pediatric* [la *Revista Pediátrica de la Asociación Médica Estadounidense*]. Las aplicamos específicamente dentro de nuestro contexto Adventista del Séptimo Día (ASD). Es nuestra esperanza que, como cristianos, la claridad de la conexión a nuestras prácticas de fe aumenten el sentido de re-enfoque y energicen nuestra implementación intencional.

## **1. LA HABILIDAD DE HABLAR ACERCA DE NUESTROS SENTIMIENTOS**

Los niños necesitan sentirse libres para hablar de cómo se sienten: si miedosos, alarmados, tristes, felices o exitados. Como adultos, necesitamos hacerles ver que esto es normal, necesitamos servirles de modelo, y necesitamos enseñarles a reconocer los sentimientos y a regularlos. ¿Estamos haciendo las pausas debidas, y discutiendo las emociones que sintieron nuestros héroes bíblicos? ¿Estamos dando cabida aún a las emociones mixtas? ¿Cómo se sintieron los israelitas cuando comenzaron a cruzar el mar rojo? ¿Estaban exitados? ¿Estaban asombrados? ¿O tal vez estaban un poco asustados y temerosos? Necesitamos permitir la presencia de nuestros sentimientos, y hasta reconocer todos nuestros sentimientos aún teniendo presentes nuestra fe y nuestras creencias. El saber dónde o en qué parte de nuestro cuerpo se sienten estos sentimientos puede ayudarnos a identificarlos y a expresarlos adecuada y eficazmente. Los registros/censos estructurados de los sentimientos son ideales, y se van haciendo parte de la cultura de cuidado del uno por el otro.

## **2. UNA EXPERIENCIA SENTIDA Y COMPROBADA DE QUE LA FAMILIA ESTARÁ ALLÍ AÚN CUANDO LAS COSAS SE PONGAN DIFÍCILES**

Los niños necesitan saber que no importa qué hagan ni qué les acontezca a ellos, ellos tienen una familia que estará a su lado; una familia que no los va a abandonar cuando las cosas se pongan difíciles, sino que se asirán unos a otros más fuerte que nunca antes. Para algunos, el significado de 'familia', lo que es verdaderamente 'familia', tiene mucho peso. Muchos se sienten preocupados porque provienen de hogares con solamente uno de los progenitores, o porque son abuelos que crían a un nieto que no se ajusta a las particularmente normas. Peronote que el mensaje dice "familia", sin mencionar los miembros determinados. Hace mucho tiempo que los investigadores han identificado la importancia de aquellos que proveen cuidado primario, así como de los enlaces conectados. Aún cuando la familia esté pasando por circunstancias devastadoras, ¿hay algún miembro de la familia que esté allí para ayudar a navegar las tormentas? Eso no signiofica que ellos tienen que tener todas las respuestas, pero lo importante es que esté allí, al alcance, prestando sus manos, su hombros, y sus oraciones.

### **3. DISFRUTANDO DE LA PARTICIPACIÓN EN LAS TRADICIONES FAMILIARES**

La participación en las actividades comunitarias es otra experiencia que puede ayudar a mitigar los efectos de las ACEs. El participar en las tradiciones comunitarias y/o de la iglesia puede clarificar y fortalecer los valores familiares, y ayudar a proveer recursos de identidad. Las tradiciones de la iglesia y de la comunidad pueden ayudar a las familias a estrechar más sus lazos de identidad. Estas experiencias garantizan que las personas toman tiempo para conectarse emocionalmente, y esto se ha visto a través de la historia y de las culturas. Las tradiciones ayudan a proveer a los chicos de un sentido de seguridad en nuestro mundo caótico. Comenzando con los escritos de Elena G. White, y como congregación ASD, hemos celebrado y animado las tradiciones, grandes y pequeñas. ¿Qué podemos hacer para continuar ofreciendo apoyo para que nuestras comunidades sean capaces de continuar haciendo esto

### **4. TENER UNA EXPERIENCIA DE PERTENENCIA EN LA ESCUELA SECUNDARIA**

La adolescencia es una etapa crítica y delicada en la vida de una persona. Esta es la etapa en la que la juventud procura decifrar qué está ocurriendo en sus cuerpos, y quiénes son ellos. El tener un sentido de pertenencia en un ambiente puede potencialmente ser un factor determinante en cuanto a cómo manejan ellos la tensión o el estrés en sus vidas. Podería parecer obvio que nuestras academias trabajen intencionalmente con esto, pero no todos nuestros adolescentes asisten a nuestras escuelas, ni sienten esto ocurrir a su alrededor. Nuevamente podemos ver el impacto positivo que un grupo juvenil, que un grupo musical o aún que un grupo de estudio bíblico semanal en un hogar, pueden tener.

El modelo de cuidado de El Santuario es un modelo secular que fue desarrollado por la psiquiatra Sandra Bloom (<https://www.the-sanctuaryinstitute.org/about-us/the-sanctuary-model/>) para promover la seguridad y la recuperación de la adversidad. En el fondo, este modelo nos recuerda la importancia de, en vez de preguntar: "¿¡Qué te pasa a ti!"; como sociedad, preguntamos: "¿Qué te pasó?" El traer esta pregunta al frente, a primera plana, puede ayudar a los estudiantes de escuela secundaria a desarrollar empatía los unos por los otros, y como agregado, aumenta el sentido de pertenencia durante este momento trascendental de su vida.

### **5. EL SENTIDO DE RECIBIR APOYO DE PARTE DE LOS AMIGOS**

Los humanos son seres relacionales. Cuando Dios creó a Adán, Él estableció claramente que no era bueno que los humanos estuvieran solos (Génesis 2:18). Aunque ha pasado mucho tiempo desde que Dios pronunció estas palabras, continúan siendo ciertas aún hoy. El sentido de ser apoyados por amigos es una parte esencial de la construcción de la resiliencia. Y es tan importante, que aún Jesús, el Perfecto Cordero de Dios lo utilizó para Sí. Jesús tenía al menos tres amigos íntimos: Pedro, Santiago y Juan. Hay varias sugerencias en la red cibernética sobre el número de amigos necesarios para ser saludables. La mayoría parecen estar de acuerdo en que es vital tener de dos (2) a tres (3) amigos.

¿Estamos animando y enseñando a nuestros jóvenes a cómo tener profundas relaciones con un par de personas, en vez de tener cientos de amigos superficiales en los medios sociales?

## **6. EL TENER AL MENOS DOS (2) ADULTOS [APARTE DE SUS PADRES] QUE SE INTERESEN EN ELLOS GENUINAMENTE**

Las respuestas de individuos con un alto índice de ACEs, pero que fueron capaces de manejar los efectos del trauma, y vivir vidas productivas, nos muestran la importancia de las relaciones clave. Según este estudio, el tener al menos dos adultos, aparte de sus padres, que se interesen genuinamente en un niño es tan importante como tener a los padres (o al menos uno de los padres) que haga lo mismo. Las congregaciones eclesíásticas son terreno fértil para que los niños desarrollen relaciones saludables fuera del círculo de los padres. Una comunidad eclesíástica genuina puede proveer la influencia externa que los niños necesitan para crecer y para desarrollarse. La pregunta resurge nuevamente: ¿Qué estamos haciendo para asegurarnos intencionalmente de que esto esté sucediendo?

## **7. SENTIRSE SEGURO Y PROTEGIDO POR UN ADULTO EN CASA**

Nadie puede arguir en contra de la importancia de la seguridad de un niño en su casa. Se espera que la casa sea un lugar seguro de refugio, un lugar en donde queda afuera el mundo hostil, y aquellos dentro de las paredes de la casa son amados y protegidos, aunque no sean el epítome de la perfección. Surge a veces una pregunta como: ¿Qué pasa si yo no tengo el hogar ideal con ambos padres? Léase la séptima premisa nuevamente. Dice "adulto". Esto podría aun ser un hermano/a adulto/a que todavía viva en casa, que pueda hacer un impacto positivo significativo. ¿Podremos compartir este mensaje con todo el mundo?

## **CONCLUSIÓN**

Todos deseamos un ambiente perfecto para cada niño, pero sabemos que eso no es la realidad, y que el enemigo anda buscando a nuestros niños. Pero supongamos que los principios de estas siete experiencias positivas se incorporaran intencionalmente en todo lo que hacemos como comunidad adventista, desde las relaciones hasta los programas. Con la ayuda de nuestro Señor y Salvador, el adventismo se convertiría en el catalítico de la sociedad para construir resiliencia en nuestros hogares, en nuestras iglesias, en nuestra comunidad y en el mundo.

## **REFERENCES**

Bethell, C., Jones, J., Gombojav, N., Linkenbach, J., & Sege, R. (2019, Septiembre 9). Positive childhood experiences and adult mental and relational health in a statewide sample: associations across adverse childhood experiences levels [Experiencias positivas de la niñez y salud mental y relacional de los adultos en una muestra a través de todo el estado: asociaciones a través de los niveles de experiencias adversas de la niñez] *JAMA Pediatrics*, 173(11).

Centers for Disease Control and Prevention [Centros para el Control de Enfermedades y Prevención]. (Septiembre, 2021). *Adverse Childhood Experiences Prevention Strategy* [Estrategia de prevención de Experiencias Adversas de la Niñez]. <https://www.cdc.gov/violenceprevention/aces/index.html>

PACEs Connection. <https://www.pacesconnection.com/>

Sanctuary Institute. *The Sanctuary Model*. <https://www.thesanctuaryinstitute.org/about-us/the-sanctuary-model/>

# UNA PERSPECTIVA BÍBLICA DE LA SEXUALIDAD HUMANA

---

Por RoBeRto Iannò

## INTRODUCCIÓN

Este ensayo procura estimular la reflexión psicológica y espiritual sobre el valor de la sexualidad como un don para la intimidad de la pareja, y a la misma vez, como un medio de crecimiento espiritual para entender mejor cómo Dios ama a la humanidad.<sup>1</sup>

Esta diada o dualidad -- sexualidad y espiritualidad -- parece haber sido ensamblada muy atípicamente, y parece ser foránea al pensamiento religioso común o típico. Más aún, esto no nos asombra porque tenemos la tendencia a ser hijos culturales de la cultura griega, que elevaba lo invisible -- es decir, el alma -- a un valor eterno y espiritual, y reducía lo tangible -- es decir, el cuerpo -- a la bajeza carnal. Dentro de este paradigma, sin darnos cuenta evocamos tabúes, censuras, y sonrojos personales, al punto de excluir, para algunos de nosotros, la sexualidad como don de la creación. O al menos, aceptando la sexualidad como creada por Dios, pero de alguna manera negada a Adán y a Eva hasta haber concluido su primer sábado. Ésta es la esencia sobre la cual surge la pregunta, peculiarmente adventista, si una pareja puede o no tener relaciones íntimas durante las horas sagradas del santo sábado.

## SEXUALIDAD EN LA BIBLIA

Sin embargo, en la Biblia no encontramos ni una sombra de esta tensión. La sexualidad es reconocida como un don de Dios, y uno de los medios dados a la humanidad para conocer a Dios y su amor por la humanidad. Un texto, entre muchos otros, que se encuentra en Ezequiel 16:7-8 narra el pacto de Dios con los hijos de Israel en los siguientes términos amorosos:

---

**Roberto Iannò**, DMin(c), es el Director del Departamento de Ministerios de Familia para la Unión Italiana de los Adventistas del Séptimo Día en Roma, Italia.



“...Y creciste y llegaste a ser grande y hermosa. Los pechos te crecieron, y tu pelo brotó. Pero estabas desnuda y descubierta. Pasé junto a ti y vi que tu tiempo era de amores. Y extendí mi manto sobre ti, y cubrí tu desnudez. Y con juramento entré en pacto contigo -- dice Dios, el Señor -- y fuiste mía.”  
Ezequiel 16:7-8

Este texto me conmueve. Muestra que Dios no se avergüenza de mencionar las partes del cuerpo de una mujer --los senos-- creados no solo solo para amamantar al bebé sino también para despertar emociones amorosas en su esposo. Este texto eleva la intimidad entre el esposo y la esposa a la historia teológica del amor de Dios por la humanidad. Dios describe, paso por paso, los componentes de la atracción sexual y el compromiso: desde la observación cuidadosa acerca del crecimiento, al noviazgo; de una relación de pacto a la intimidad sexual.

Aún el apóstol Pablo hace una atrevida declaración en 1 Corintios 7:5. El mensaje bíblico es claro cuando declara: “No os privéis el uno al otro, a no ser de común acuerdo, por algún tiempo, para ocuparos en la oración. Después, volved a unirlos en uno, para que no os tienta Satanás a causa de vuestra falta de dominio propio.” Aquí, Pablo enfatiza que nuestra vida de oración y nuestra sexualidad son una parte integrada de un todo. Gary Tomas comenta sobre este pasaje afirmando: "Usen el matrimonio como Dios lo intencionó. Cumplan con sus necesidades sexuales sosteniendo relaciones con su cónyuge. Luego su mente y su alma estarán más abiertos a la oración."<sup>2</sup>

Siguiendo el análisis entre espiritualidad y sexualidad compartido arriba, Elena G. White ofrece su propia asociación entre la intimidad y las realidades celestiales cuando ella declara: "Ángeles de Dios serán huéspedes en el hogar, y su santa presencia santificará la alcoba matrimonial."<sup>3</sup> Por supuesto, muchas parejas no solo se avergonzarían de pensar que Dios está observándoles en sus recámaras, sino que muchos podrían ser fuertemente inhibidos por tal noción.<sup>4</sup>

## **LA SEXUALIDAD COMO UNA MANERA DE ENTENDER EL AMOR DE DIOS POR LA HUMANIDAD**

Si podemos entender que la sexualidad tiene su legitimidad en el contexto espiritual, entonces podemos descubrir sus diferentes matices. Al crecer en el conocimiento de cómo amar a nuestro cónyuge -- un amor que es, a la misma vez espiritual y físico-- también podríamos descubrir varios aspectos del amor de Dios por la humanidad.

## UN DON O REGALO

Como Dios, --para amar a la humanidad-- *se da* a Sí mismo; también los esposos y las esposas-- en el amor conyugal-- han de recordad que la sexualidad es fundamentalmente un don de sí mismos. Este principio devino se origina en el versículo tan bien conocido que hallamos en Juan 3:16 que dice: "Porque de tal manera amó Dios al mundo que dio a su Hijo Único para que todo aquel que crea en Él, no perezca, sino tenga vida eterna." Evidentemente, el texto describe el amor maduro, que no es aborto en sí mismo sino abierto a la diferencia de la persona amada. Este modelo de la sexualidad se distancia a sí mismo de la variedad que se haya inicialmente en sus formas juveniles, principalmente caracterizada por el deseo de poseerse el uno al otro. Ya sea acerca de la chicha más linda de la escuela o del chico más guapo y atlético que la hace sentirse bella y apreciada

## UN DEBER

Como Dios --al amar a la humanidad-- se apega o se ata a Sí mismo al *deber*, de la misma manera, --en el amor conyugal-- la sexualidad es, semejantemente, un *deber* del esposo y de la esposa el uno hacia el otro. Cuando pensamos en Dios y en voluntad por suplir nuestras necesidades, tomamos por sentado que Él siempre estará listo para suplir nuestras necesidades, aún cuando *Él quizá no quiera*. Sin embargo, la misma noción paulina que mueve al Creador, nos mueve a nosotros: "Porque el amor de Cristo *nos impele*." (2 Corintios 5:14). Este aspecto doble de "don" y de "deber" se evoca en los votos matrimoniales: "*para bien o para mal*." Como tal, aun el acto sexual entre el esposo y la esposa responde a la misma ley, es *donado* y al mismo tiempo de *debido*. Éste es el profundo mensaje del principio compartido por Pablo cuando él dice: "La mujer no tiene potestad de su propio cuerpo, sino el esposo. De igual modo, el esposo no tiene potestad de su propio cuerpo, sino la esposa." (1 Corintios 7:4).

Esta propiedad conjunta simétrica del cuerpo nos recuerda que nuestro cuerpo -- nuestra sexualidad - no solo es *donada* a nuestro cónyuge sino también le es *debida*, siendo él/ella a quien le hemos dedicado toda nuestra vida. A la misma vez, esta relación puede hacerse asimétrica cuando un cónyuge quiere dominar sobre el otro. En el pasado, eran los hombres quienes tradicionalmente regían sobre las mujeres, decidiendo "cuándo", y "cómo" tener relaciones sexuales "sobre" - y no "con" - su esposa, sin siquiera preguntarse si ella estaba lista para darse a sí misma. Hoy, puede ser la mujer quien, reaccionando a la injusta dominación masculina, puede enfrascarse en una contra-revolución, declarando "éste es mi cuerpo". Por supuesto, sabemos que éste no es un concepto bíblico ni desde la perspectiva del hombre ni desde la de la mujer. Esta realidad clama porque se haga la pregunta: ¿Cómo puede una pareja conocer por experiencia el amor de Dios en la sexualidad si uno de ellos "domina" al otro, o si uno de ellos se distancia a sí mismo del otro? La sexualidad - permeada por la espiritualidad - se asegurará de no participar en este juego de poderío en el que "un dolor de cabeza" o "un día de trabajo muy estresante" se convierta en herramienta para la dominación o para evitar al otro cónyuge.

## TENIENDO CUIDADO

Si Dios - al amar a la humanidad, *se adapta a Sí mismo* al 'otro' por medio de la encarnación, un proceso semejante ocurre en amor el conyugal humano. Ya que, al amar a

nuestro cónyuge dramatizamos que la sexualidad es adaptarse el uno al otro.

Ésta es la experiencia que va a obtener una pareja - especialmente en su dimensión íntima - cuando reconozcan sus peculiaridades sexuales - no solo físicamente sino también emocionalmente. El hombre y la mujer - con sus limitaciones inherentes - experimentan el placer físico de maneras distintas. Sin embargo, la sexualidad espiritualmente madura enseña a los cónyuges a 'encarnarse' el uno en el otro, a aprender y a adaptarse a la manera en que el otro experimenta la sexualidad. Como asevera el apóstol Pablo, el amor "no busca lo suyo". (1 Corintios 13:5). El amor no impone su propia sexualidad sobre el otro - elevándola como el ideal a alcanzarse - pero reconoce las diferencias y abraza los actos mutuamente benéficos del amor. Las parejas espiritualmente maduras aprenden a dialogar procurando el entendimiento mutuo y responden a las necesidades íntimas y sexuales del cónyuge pidiéndole sabiduría a Dios para responder a esas necesidades.

## LA UNIDAD

Como Dios - en su amante humanidad - amó en la perfecta *unidad* de la divina trinidad, así los esposos y las esposas, en amor conyugal - deben nutrir la *unidad*, aunque imperfecta, de la diada conyugal. La intimidad sexual es uno de los dones de Dios al matrimonio, de manera que el esposo y su esposa - y vive versa, en los pocos años que tendrán juntos en la tierra, sean capaces de experimentar una unidad casi simbiótica, pero siempre diferenciada. De manera jocosa podríamos decir que una pareja pudiera tener un altercado antes o aun después de coitar, pero sería casi imposible durante el coito. Esto es cierto porque si los cónyuges pueden aceptar el don que Dios les da en el matrimonio, pudieran verse una vez más como una unidad, y podrían declarar: "¡Esto sí es hueso de mis huesos y carne de mi carne!" (Génesis 2:23)

Como tal, el acto sexual puede verse como el logro que corona la resolución de un conflicto entre el esposo y la esposa, y como el prerequisite para la reconciliación. En el acto sexual ellos pueden celebrar el hecho de que son más que simples discusiones y altercados. Los esposos y las esposas pueden expresarse mutuamente que no quieren ya nada que cree distanciamiento físico entre ellos que les impida verse como parte el uno del otro. Ellos pudieran declarar categóricamente que al regalarse mutuamente el uno al otro - aún antes de que se resuelva totalmente algún asunto - que ellos crean tangiblemente en el "nosotros" y en lo que sigue siendo bueno en su unión.

## LA SEXUALIDAD Y ALGUNOS IMPEDIMENTOS

Para disfrutar de este tipo de sexualidad - y no sentir vengüenza ante Dios - nuestra sexualidad tiene que ser limpiada de las experiencias pasadas, de traumas o simplemente de perspectivas negativas acerca de la sexualidad.

Si alguien alguna vez experimentó el abuso, va a ser difícil que vea la sexualidad como un don de Dios, y tal vez menos aún como un deber. En vez, la sexualidad va a evocar el dolor.

Si alguien ha tenido experiencias prematuras, puede ser que vean la sexualidad como un medio para alcanzar la aceptación o para controlar a alguien - ambos casos son dinámicas típicas de la sexualidad durante la adolescencia

Si alguien ha sido expuesto prolongadamente a la pornografía, puede ser que vean la

sexualidad como una producción teatral - o peor aún - tal vez ni puedan ver a la otra persona, ya que le verán como *el objeto* de sus deseos.

Si a alguien se le ha enseñado a controlar a la otra persona, se le va a hacer muy difícil atender a su cónyuge - aun en el contexto sexual.

## CONCLUSIÓN

La unidad sexual es - o bien puede llegar a ser - una experiencia espiritual porque *la otra persona es templo del Espíritu Santo*. (1 Corintios 6:19) Porque aun en la experiencia sexual, los cónyuges cristianos deben verse unos a otros como cuerpos santificados en los cuales mora el Espíritu Santo. Los esposos y las esposas podrían entrar - físicamente y espiritualmente - y experimentar la *unicidad* que Dios procura para su matrimonio. La sexualidad puede ser una manera de complacerse el uno al otro, y de aprender a ser generosos el uno con el otro. En la sexualidad marital, los esposos y las esposas aprenden a dar por amor y no por obligación, aun cuando no se sienten con deseos de darse. En la sexualidad marital los esposos y las esposas aprenden que la fidelidad es tan importante como el placer. Por lo tanto, la sexualidad en un matrimonio comprometido el uno con el otro, puede enseñar mucho a los cónyuges acerca de Dios, ya que la sexualidad fue creada por Dios mismo, y su huella digital puede identificarse claramente en este don que Él ha hecho al matrimonio.

## NOTAS

- <sup>1</sup> Thomas, G. (2000). *Sacred Marriage [Matrimonio sagrado]*. Grand Rapids, MI: Zondervan.
- <sup>2</sup> Ibid, p. 80.
- <sup>3</sup> White, E. G. (1952). *The Adventist Home [El hogar cristiano]* (p. 94). Nashville, TN: Southern Publishing Association.
- <sup>4</sup> Campbell, M. W. (2015). "Sex on the Sabbath," ["Sexo durante el sábado"] in *Dialogue* 27.1, pp. 29-21.

# ARTÍCULOS RE-IMPRESOS

— En esta sección usted va a hallar artículos trascendentales que han sido cuidadosamente seleccionados para prepararle a usted en una amplia variedad de temas.

# UN HOGAR ADVENTISTA ESPIRITUALMENTE PUJANTE

---

POR WILLIE E ELAINE OLIVER

¿**QUIÉN LE VIENE A LA MENTE** cuando piensa en alguien que ha tenido mucha influencia sobre la fe de usted?

A mí (Elaine), me viene a la mente mi abuela, Gwendolyn Powell. Ella amaba a su iglesia, y a su familia, pero más que a cualquier otra cosa, amaba a Jesús. Para ella, nadie era un extraño, y ella nunca dejaba pasar una oportunidad de compartir su fe - con todos nosotros los de la familia, o con quien fuera que viniera a nuestra puerta: el carterito, el que venía a hacer algún trabajo de reparación a la casa, el vendedor ambulante, los vecinos de antaño, los nuevos vecinos, etc. Ahora bien, ella los atraía a todos con su exquisita variedad de productos horneados: galletas, bizcochos o tortas, sus panes dulces jamaíquinos [que llamamos "buns"], y una cantidad de golosinas a base de coco. Sí recuerdo bien su disciplina espiritual de la oración - tres veces al día. La primera actividad de la mañana, al levantarse, era su oración de rodillas frente a su cama; y así, de rodillas, despedía ella cada día a la hora de acostarse. Aún a la madura edad de 99 jóvenes años ella seguía visitando a los enfermos, a los que no podían salir de sus casas, y a los ancianos - orando por ellos y con ellos.

A mí (Willie), me viene a la mente mi papá, que era pastor. Él era un hombre maravilloso, lleno de gozo, de paciencia, de bondad, de sabiduría, de genuino amor por las personas, de una dedicación incondicional a su familia y a su Dios. Todas las personas parecían sentirse a gusto con él porque él no tenía pretensiones de ninguna clase. Él se sentía cómodo consigo mismo, y hacía que todos los que dialogaban con él también se sintieran cómodos. Desde que yo era niño, me encantaba escucharlo cantando y orando en nuestro culto familiar. Sus cantos eran gozosos y llenos de gratitud hacia Dios por Su provisión, por Su presencia, por Su paz y por Su salvación. A él le encantaba visitar a los miembros de su iglesia y a sus vecinos. En su comunidad era bien conocido como alguien que iba a ayudar si alguien tenía alguna necesidad. Los

jóvenes, tanto como los ancianos, lo buscaban en procura de sus consejos y de sus palabras de ánimo. Él era mi héroe espiritual y mi modelo, quien me hacía anhelar poder estar conectado al Dios de Quien él hablaba, a Quien él oraba, y de Cuya venida inminente él predicaba. No había nada de lo que yo no pudiera hablar con mi papá. Yo obtuve una experiencia de Quién es Dios por medio del cuidado que mi papá demostraba para mi mamá, para mis hermanos y hermanas y para conmigo.

Las personas que influyen nuestra fe son las personas en quienes confiamos y a admiramos. Bien pueden ser familiares cercanos, amigos cercanos, o personas determinadas que se han ganado nuestra confianza, tales como algún miembro de la iglesia o nuestro pastor en cierto momento determinado.

Cuando escuchamos palabras tales como *alimentación, retención, discipulando, reclamando miembros* o aun *evangelismo*, generalmente miramos hacia la estructura organizacional - representada por la iglesia local. Sin embargo, nuestros hogares de fe - nuestras casas - pueden ser centros de evangelismo para nutrir la fe en Dios y para un futuro compromiso con la iglesia.

Los hogares de hoy están formados por una pluralidad de conformaciones o composiciones familiares. De acuerdo al Negociado del Censo de los EE UU A, un hogar se refiere a "todas las personas que ocupan una unidad de vivienda". Así, puede haber miembros de una 'familia' que están relacionados por su nacimiento, por matrimonio, por adopción, además de amigos, familiares lejanos, empleados, compañeros de trabajo, hijos de crianza ('foster kids'), huéspedes [como en una hospedería, que pagan] u otros que vivan juntos en tal unidad de vivienda.

Los hogares también pueden ser clasificados por sus tipos, tales como el hogar de la familia nuclear, el hogar de padres solteros, el hogar de la familia extendida, el hogar del nido vacío, el hogar de hijos 'boomerang', el hogar de adultos solteros que viven solos, el hogar de parejas que co-habitan juntas, el hogar compuesto por entes del mismo sexo, y el hogar de las familias urbanas.

Cuando observamos las tendencias en tales hogares del siglo XXI, podemos ver que es más común tener familias con hijos 'boomerang' - que son adultos jóvenes casados que se mudan a la casa de sus padres para ahorrar dinero. Hay adultos solteros que viven con compañeros de cuarto, y una cantidad de adultos jóvenes que crean una *familia urbana* al vivir juntos.

También hallamos a los 'mileniales' que retrasan el matrimonio y la familia; y que la cultura pos-cristiana está dándoles forma [o sea, moldeando] a los niños y a los adultos. Esto se hace notar en la merma o reducción en la asistencia a la iglesia.

Las personas están utilizando muchos recursos disponibles, tales como Facebook/YouTube/o Podcasts para la formación de su fe. Tales recursos facilitan el invertir [tiempo, estudio, investigación, etc.] en la fe sin tener que asistir a ninguna iglesia. Hay acceso disponible desde varias fuentes y recursos para el estudio de la Biblia, y ya no dependen de la religión ni de la iglesia de la persona interesada.

Bien reconocemos que existen múltiples tipos de hogares que no se amoldan al diseño de la familia tradicional o estereotipada, y que ahora estas variantes son más y más la norma que la excepción. Muchas personas van 'progresando' a través de varios 'tipos' o 'modelos' de hogares a través del transcurso de sus vidas. Por lo tanto, los pastores y los dirigentes de las iglesias tienen que tener un interés en tal diversidad de hogares, ya que estos se reflejan en la mayoría de nuestras iglesias. Cada uno de estos 'arreglos hogareños' genera oportunidades para discipular, para nutrir y

para reclamar a los miembros por medio de la habilidad de formar rituales y relaciones dentro de estos hogares.

En el 2018, el 'Barna Group' llevó a cabo una investigación con más de 2,000 hogares cristianos para descubrir cómo se nutre la fe en estos hogares. La investigación proveyó perspectivas poderosas con relación a cómo se maneja la fe en los hogares de cristianos practicantes, y determinó que todas las familias se pueden categorizar en cuatro niveles de pujanza espiritual: latentes, hospitalarias, devocionales, pujantes.

**Los hogares latentes** no hablan juntos acerca de Dios ni de la fe; ellos no oran ni leen juntos regularmente; y regularmente no dan la bienvenida a, ni reciben visitas que no sean de su familia. Este nivel de pujanza espiritual consiste en 28% de todas las familias que participaron en el estudio.

**Los hogares hospitalarios** regularmente dan la bienvenida a visitas que no son de su familia - varias veces al mes - y puede ser que participen de alguna actividad espiritual, pero no todos participan regularmente. Este nivel de pujanza espiritual incluyó al 14% de todas las familias que respondieron al estudio.

**Los hogares devocionales** hablan juntos entre sí acerca de Dios y de la fe; ellos oran y estudian la Biblia juntos regularmente, pero no dan la bienvenida varias veces al mes a visitas que no sean familiares. Un tercio (33%) de todas las familias que participaron en el estudio constituyen este nivel de pujanza espiritual.

**Los hogares espiritualmente pujantes** regularmente hablan juntos entre sí acerca de Dios y de la fe; ellos oran juntos, leen la Biblia juntos regularmente, y dan la bienvenida a visitas que no son de su familia varias veces al mes. Una cuarta parte (25%) de todas las familias que participaron en el estudio constituyen este nivel de pujanza espiritual.

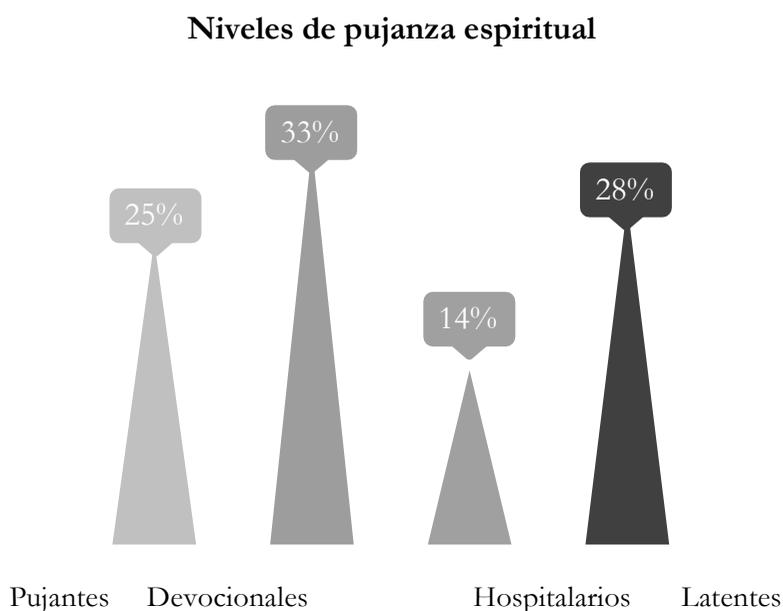


Figura 1. BARNA *Households of Faith* Study [Estudio de Hogares de fe] 2018, n=2,347

Los hallazgos de la investigación de Barna también descubrieron que, mientras que el tamaño, la forma y las tendencias de los hogares son dinámicos y cambian constantemente, el impacto del hogar continúa inamovible en el sentido de que continúa ejerciendo un rol céntrico en instilar, en nutrir y en formar la fe cristiana de las personas. Elena G. White afirma en *El ministerio de curación*: "El bienestar de la sociedad, el éxito de la iglesia, la prosperidad de la nación dependen de las influencias del hogar."<sup>1</sup>

El tema central del estudio *Households of Faith*<sup>2</sup> [*Hogares de fe*] recalca lo esencial que son las relaciones para los cristianos practicantes que se enfrascan en conversaciones profundas, enjundiosas y transformadoras acerca de la fe.

Un estudio anterior por el grupo Barna<sup>3</sup>, llevado a cabo con 1,714 adultos de los EE UU A, en el año 2017, mostró que la mayoría de las personas no quiere hablar libremente acerca de su fe. Algunas personas dicen que su fe es algo muy personal y privado; algunos dicen que hablar de su fe es inapropiado; algunos creen que al hablar de su fe les hará parecer como que juzgan a los demás; y finalmente hay otros que no les interesa hablar acerca de su fe. Como consecuencia de esta manera de pensar, muchos cristianos han relegado las conversaciones de naturaleza espiritual a la esfera privada, y generalmente solo con personas con quienes ya tienen una relación establecida, y preferiblemente con familiares y amigos cercanos. Esta investigación recalca el poder de la intimidad en la formación de la fe; en otras palabras, las personas se inclinan más a discutir asuntos espirituales con aquellos que ellos conocen bien y en quienes confían.

Veamos algunos otros aspectos clave dilucidados en el estudio: *Hogares de fe*, de 2018.

## **LA PRESENCIA DE NIÑOS/MENORES CATALIZA LA PUJANZA ESPIRITUAL**

Jesús les dijo a sus discípulos: "Dejad a los niños venir a mí" (Mateo 19:14)<sup>4</sup>. Cuando hay niños presentes, hay un sentido de curiosidad y de asombro, que lleva a mayores oportunidades para compartir la fe, y para tener conversaciones espirituales significativas. Por el contrario, en los hogares donde no hay menores, hay menos flexibilidad. Los miembros de la familia son más independientes; y por lo tanto, la interacción tiene que ser fomentada con la intención de tener conversaciones reales y tiempo de calidad para las conexiones de la fe.

## **LA FORMACIÓN DE LA FE ESTÁ CONECTADA A -Y AUMENTA CON- LA HOSPITALIDAD**

La hospitalidad es un indicador clave de un hogar espiritualmente pujante. Cuando las personas se juntan, ocurren conversaciones, hay intercambio de ideas, se comparte el conocimiento; y por lo tanto, es el ambiente ideal para compartir a Jesús y Sus bendiciones, unos con los otros. Algunas veces, sin embargo, esto puede ser un reto para los hogares de una pareja, como los del nido vacío, por ejemplo. Ellos viven un estilo de vida más retirado, en el cual los intercambios significativos ocurren entre los cónyuges, pero raras veces con otras personas. Con actividades intencionalmente hospitalarias, estos hogares pueden hacerse más pujantes. Otro grupo que lucha con la pujanza espiritual es el de los jóvenes adultos solteros que viven bajo un mismo techo, generalmente compartiendo una casa o un apartamento. Ellos tienen interacciones espirituales más esporádicas, aunque sus hogares sean hospitalarios. Pero, sin importar el

contexto ni la época de la vida en la que se encuentren sus componentes, un hogar espiritualmente pujante puede ser nutrido

## **LOS HOGARES ESPIRITUALMENTE PUJANTES SE CARACTERIZAN POR LAS ACTIVIDADES DIVERTIDAS Y POR EL TIEMPO DE CALIDAD QUE COMPARTEN**

Las personas en estos hogares toman sus comidas juntos, comparten las tareas, juegan juegos juntos, cantan juntos. Participan en deportes y disfrutan de la compañía unos con los otros al hacer actividades del hogar juntos. Sacan tiempo específicamente para interacciones de fe, tales como el culto familiar, la oración y la lectura de la Biblia. Hay pujanza aun en sus intercambios de temas no espirituales.

## **LA HERENCIA DE LA FE IMPACTA LAS CREENCIAS Y LAS PRÁCTICAS CRISTIANAS DE LARGO ALCANCE**

La fe que pasa de una generación a otra es buena cuando hay una conexión emocional y cálida con la iglesia. Las batallas espirituales y las luchas con la fe pueden también catalizar el desarrollo de la fe, especialmente cuando pueden entrelazarse con memorias positivas de la iglesia.

Veamos cómo es y cómo se ve un hogar espiritualmente pujante.

Los hogares espiritualmente pujantes tienen tiempo de calidad con los miembros de su familia, además de con otras personas de fuera del círculo del hogar. Las comidas familiares, las actividades divertidas, tales como jugar juegos, cantar, participar en actividades deportivas, y la lectura de libros son partes regulares de sus vidas. Estas familias son diferentes de las familias hospitalarias y de las familias devocionales porque combinan los atributos de ambas, de las devocionales y de las hospitalarias. Intencionalmente comparten sus actividades de fe, como los cultos familiares, la oración y la lectura de la Biblia. Ellos hablan acerca de los sentimientos, de cómo se sienten, y sostienen conversaciones espirituales; y se involucran en el entrenamiento espiritual. Los 'entrenadores' espirituales buscan los momentos reverentes apropiados con los miembros de la familia individualmente; comparten acerca del perdón de Dios, discuten temas bíblicos, mantienen las tradiciones familiares de fe, y pueden animar a la asistencia a la iglesia.

## **¿CÓMO SE VEN NUESTROS HOGARES?**

En 1990, en 2000 y en 2010 la investigación de "ValueGenesis Research" estudió la fe y los valores de los jóvenes que asistían a las escuelas secundarias Adventistas del Séptimo Día en EE UU A. Se enfocaron en tres aspectos de la vida de los adolescentes: la familia, la escuela y la iglesia. En el "ValueGenesis2" se revelaron buenas noticias acerca de la familia, ya que aproximadamente dos tercios de los encuestados que respondieron informaron que su vida familiar era feliz, amante, apoyadora y cálida. Esto resultó ser un leve aumento de la proporción informada en el primer estudio (ValueGenesis1). Estas estadísticas son muy importantes porque continúan surgiendo como factores clave prediciendo madurez espiritual y lealtad denominacional.

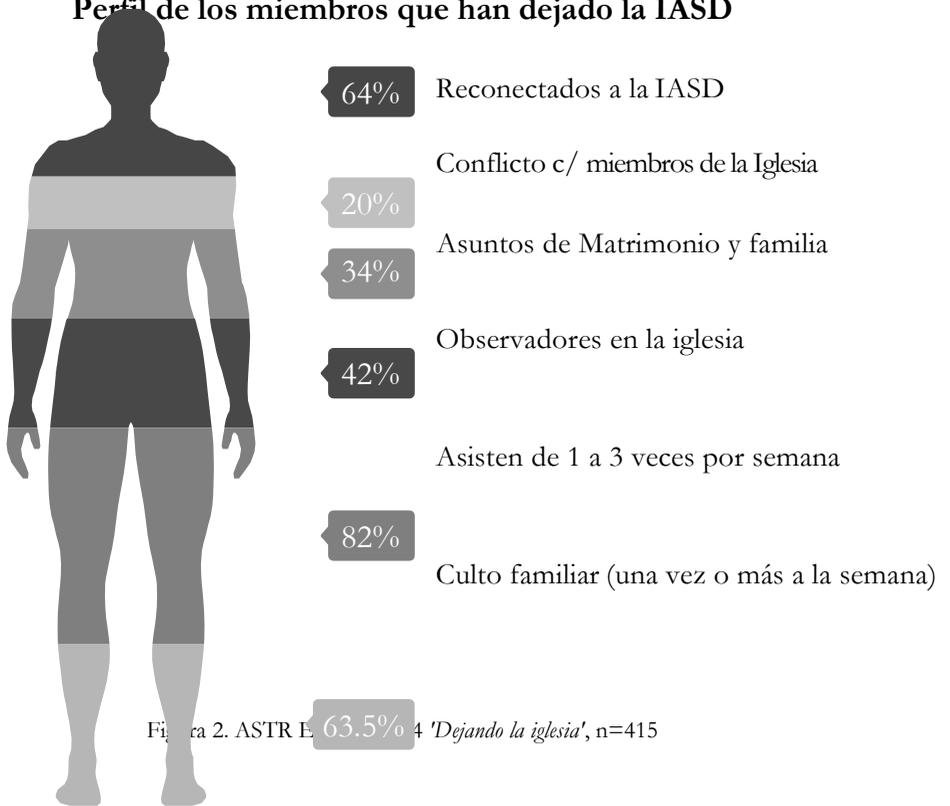
## ¿POR QUÉ LOS MIEMBROS SE VUELVEN INACTIVOS O SE APARTAN DE LA IGLESIA?

En el 2014, la Oficina de Archivos, Estadísticas e Investigación [ASTR - por sus siglas en inglés] de la Asociación General condujo un estudio investigativo con ex-miembros y miembros inactivos de la IASD. Este esfuerzo se conoce como el estudio "Dejando la Iglesia". En este estudio, el 48.9% de los que respondieron fueron miembros de la iglesia por cinco (5) años o menos; el 18.3% fueron miembros entre cinco y diez (5-10) años; el 12.3% fueron miembros entre once a quince (11-15) años; y el 20.4% fueron miembros por más de dieciséis (16+) años. Cuando se les preguntó acerca de su razón principal por la cual dejaron la iglesia, el 38% respondió que fueron asuntos de matrimonio y familia; el 33.6% informaron que fue por la muerte de sus padres; el 4.3% informó que fue por la muerte de otros miembros de su familia. Otros 20% informaron de conflictos en la iglesia o conflictos con otros miembros de la iglesia como la razón primordial por la cual dejaron la iglesia. Más de la mitad de los que dejaron la iglesia informaron que fueron asuntos de relaciones lo que disparó su decisión de abandonar la iglesia. Una gran mayoría de todos los que respondieron (82%) informó que asistía a la iglesia una o dos veces a la semana; el 36.2% asistía más de una vez por semana; el 45.8% asistía solo los sábados. Menos de la mitad de los que respondieron (41.9%) dijeron que su nivel de involucramiento en la iglesia era solo como observadores; mientras que una cuarta parte (25.7%) respondieron que eran participantes. Más de la mitad [cerca de 2/3] (63.6%) respondieron que estaban involucrados en actividades espirituales, tales como el culto familiar diario o de una a tres veces por semana. Más de la mitad (62.4%) oraban diariamente; y casi tres cuartas partes (72.1%) estudiaba la Biblia diariamente o entre una y tres veces a la semana. Cuando se les preguntó si estaban en buena disposición para reconectarse con la IASD, el 63.8% respondió que probablemente o tal vez iban a ser contactados [*they are likely or somewhat likely to be contacted*].

El estudio también indicó que el 24% de los miembros inactivos simplemente se habían ido alejando poco a poco sin tener una razón determinante o específica. Los adultos jóvenes, con un 63.5%, son el mayor grupo de personas que han dejado de asistir a la iglesia. El segundo grupo en tamaño, con 35.1%, es el de la generación de edad mediana.

Estas edades específicas indican tiempos de transición en la vida de las personas. Los jóvenes adultos están dejando sus hogares, graduándose como profesionales, viviendo solos, contrayendo matrimonio y teniendo sus hijos. Por otro lado, a la generación de edad mediana se les están quedando vacíos sus nidos [*empty nesters*], y ahora buscan un nuevo propósito en sus vidas después de que sus hijos se han ido a la universidad.

## Perfil de los miembros que han dejado la IASD



Roger Dudley afirmó, en su libro *Why Our Teenagers Leave the Church* [*Por qué nuestros adolescentes dejan la iglesia*]: "Las razones para apartarse de la iglesia parecen estar altamente interrelacionadas entre sí. Los que escogen separarse o desconectarse perciben la iglesia como que es irrelevante porque sienten que no son aceptados, y que la iglesia es negligente con respecto a las necesidades de ellos. También sienten que no son aceptados porque no disciernen su iglesia haciendo intentos de proveerles una programación relevante dirigida hacia ellos. La inconveniencia de levantarse temprano los sábados de mañana es otra indicación de que a la iglesia no le importa las realidades que ellos viven. Esto, combinado con varios asuntos personales, un gran discusto y desencanto con la intolerancia que ellos perciben, con las hipocrecía percibida y con la condenación también percibida ha alejado a los adultos jóvenes de su iglesia"<sup>5</sup>.

Esta aseveración muestra que la iglesia es percibida muy negativamente por las personas jóvenes que están decidiendo dejar de asistir a la iglesia. ¿Cómo puede ser cambiada esta percepción negativa?

¿Cómo puede un hogar adventista espiritualmente pujante ayudar a nutrir y a retener a miembros de la iglesia, especialmente a los jóvenes adultos y a los del grupo de edad mediana?

La creación de un ambiente cálido y divertido tiene un gran impacto en construir relaciones significativas con miembros de dentro de la familia y fuera de la familia. Esto unirá a los miembros de la familia y a los amigos, y les dará oportunidades para compartir conversaciones acerca de problemas de la vida real y sobre experiencias de fe. Las tales ayudarán a hacer crecer la fe y ayudarán a proveer un sentimiento de ser valorado e incluido. Cuando las familias abren sus hogares a otros de la iglesia, se crean oportunidades únicas para mostrar amor e inclusividad. Estas oportunidades ayudan a las personas que están en riesgo de dejar la iglesia a sentirse valorados. Los amigos recientemente convertidos que son incluidos o invitados al culto familiar e incluidos en conversaciones de fe experimentarán prácticas espirituales que ellos tal vez nunca aprendieron cuando iban creciendo. Esto puede ayudarles a llegar a ser miembros activos en la iglesia.

En su libro *Valuegenesis: Faith in the Balance* [*Valuegenesis: La fe en balanza*], Roger Dudley subraya la importancia del culto familiar frecuente al afirmar: "El culto familiar parece ser un factor significativo en ayudar a los jóvenes a desarrollar una fe profunda, rica, que cambie la vida. Es interesante que algo tan fácil de hacer como las devociones familiares regularmente sea de tanta ayuda. ¿Piense en lo que podría pasar si esta actividad familiar se reinstituyera en cada hogar"<sup>6</sup>

El culto familiar apropiado a la edad de los niños de la familia, que es interesante, bien pensado y aplicable, en combinación con verdaderos ejemplos de hospitalidad es la verdadera clave para la retención de los niños en la iglesia. Al crear memorias cálidas y significativas en conexión a la vida de la iglesia se forma el componente clave para su nutrimiento y retención.

El entrenamiento espiritual puede proveer oportunidades para tener conversaciones de la vida real dentro de la familia o con amigos de la familia en la privacidad del hogar. Puede mostrar el poder de la fe en un cuidado intencional, en un ambiente libre de juicios y de acusaciones. La honestidad en cuanto a los sentimientos de dolor o de culpa, de chascos, de soledad, y el perdón pueden mejorar las relaciones, y aun sanar las heridas de relaciones rotas.

Los hogares del nido vacío pueden convertirse en una familia de anfitriones, y proveer

entrenamiento espiritual para adolescentes de la iglesia o para familias con hijos jóvenes.

Al hacerse anfitrión familiar o al recibir entrenamiento de Liderazgo Espiritual en el Hogar va a ayudar a otros padres a hacerse entrenadores espirituales. Al dar a los padres consejos prácticos en cuanto a cómo dirigir a su familia en la lectura de la Biblia, o en conversaciones basadas en la fe o en cuanto a la oración; al enseñarles cómo utilizar la Biblia en sus interacciones con sus hijos practicando el amor, el perdón, y el cuidado mutuo; así como de qué maneras crear oportunidades para discutir los principios bíblicos, va a ampliar su vida diaria y su desarrollo espiritual.

El entrenamiento espiritual puede ayudar a las familias a bregar con problemas familiares, y por lo tanto, vas a ayudar en el crecimiento y en la retención de los miembros de la iglesia.

En los siguientes textos bíblicos, la Biblia nos comparte un conocimiento esencial en cuanto a cómo conectarnos con otro y a cómo tratarlos:

"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 6:6, 7).

"Un mandamiento nuevo os doy, que os améis unos a otros. Que os améis así como Yo os he amado. En esto conocerán todos que sois mis discípulos, si os amáis unos a otros." (Juan 13:34, 35).

"Por eso, amaos y edificaos unos a otros, así como lo hacéis."  
(1 Tesalonicenses 5:11)

"Hospedáos unos a otros sin queja. (1 Pedro 4:9).

Tomemos estas palabras de sabiduría seriamente, y enfoquémonos en las personas que nos rodean. Cuando enseñamos a nuestros hijos acerca de la Biblia y cómo desarrollar una buena relación con Jesús, nuestra propia fe se fortalecerá. Cuando abrimos nuestros hogares y somos hospitalarios, estamos creando oportunidades para compartir con otros lo que Jesús ha hecho por nosotros. Cuando apoyamos y animamos a otros, construimos relaciones, y puede ser que hasta amistades. Entonces nuestros hogares van a ser hogares pujantes, que impactarán a las personas que nos rodean, y podremos ver a Dios trabajando en las vidas de cada uno de nosotros.

Proverbios 24:3, 4 dice: "Con sabiduría se edifica la casa, y con prudencia se afirma; con ciencia se llenan las cámaras, de todo bien preciado y agradable."

Que la información presentada imparta sabiduría y entendimiento para producir discípulos pujantes de Jesucristo, hogares adventistas espiritualmente pujantes, e iglesias espiritualmente pujantes. Dirijamos por ejemplo para que la fe que es sostenible se desarrolle y podamos pasarla a nuestra siguiente generación.

"Seamos benignos, compasivos unos con otros, perdonándonos unos a otros, como también Dios os perdonó en Cristo." (Efesios 4:32).

"Y considerémonos unos a otros para estimularnos al amor y a las buenas obras." (Hebreos 10:24).

## NOTAS

- <sup>1</sup> Elena G. White, *The Ministry of Healing [El ministerio de Curación]* (Mountain View, Calif.: Pacific Press Pub. Assn., 1905), p. 349.
- <sup>2</sup> Barna Resources, *Households of Faith [Hogares de fe]* (2018), disponible en <https://shop.barna.com/products/households-of-faith>, accessed Nov. 25, 2019.
- <sup>3</sup> Barna Group, *Spiritual Conversations in the Digital Age [Conversaciones espirituales en la era digital]*—Barna Group (2017), disponible en <https://www.barna.com/spiritualconversations>, accesado el 25 de noviembre de 2019.
- <sup>4</sup> Los textos bíblicos en este artículo son de la Santa Biblia, Nueva Reina-Valera 2000.
- <sup>5</sup> Roger L. Dudley, *Why Our Teenagers Are Leaving the Church [Por qué nuestros adolescentes está dejando la iglesia]* (Hagerstown, Md.: Review and Herald Pub. Assn., 2000), p. 66.
- <sup>6</sup> Roger L. Dudley and V. Bailey Gillespie, *ValueGenesis: Faith in the Balance [ValueGenesis - La fe en balanza]* (Riverside, Calif.: La Sierra University Press, 1992).

# YO ME SIENTO COMO QUE QUIERO CANTARLE UNAS CUÁNTAS VERDADES

POR WILLIE E ELAINE OLIVER

## PREGUNTA

El mes próximo es nuestro sexto aniversario, y esto me tiene evaluando la calidad de mi matrimonio. Mi esposo es un buen tipo, pero él sigue cometiendo los mismos errores. Algunas veces pienso que él es un poco retardado, o simplemente que no me entiende. Cuando digo "errores" no quiero decir que él me está siendo infiel, ni nada por el estilo. Es más como si él no prestara atención a las cosas que yo le sigo pidiendo que él arregle o que haga arreglar en la casa, o las cosas que yo necesito que él haga para mí, para dejarme ver que todavía yo sigo siendo especial para él. A veces me siento que quiero gritarle, que quiero cantarle un par de verdades, y ponerlo en su lugar, y honestamente a veces lo hago, pero nada da resultado. ¡Por favor, ayúdenme! Me siento como que voy a volverme loca, o simplemente, a dejar de interesarme en mi matrimonio. Esto verdaderamente me asusta, porque tengo una hija, y quiero que a ella le vaya mejor de lo que me fue a mí mientras yo crecía.

**Willie Oliver**, PhD, CFLE e **Elaine Oliver**, PhDc, LCPC, CFLE  
son Directores del Departamento de Ministerios de Familia en la Sede Mundial de la Asociación General  
de los Adventistas del Séptimo-Día en Silver Spring, Maryland, EE UU A

## RESPUESTA

La mayoría de las relaciones que terminan en el matrimonio experimentan una medida de excitación u de euforia durante los primeros días después de conocerse y enamorarse. Es un espacio de fantasía y de éxtasis gozoso cuando uno está disfrutando la compañía de otro ser humano. Los abrazos y los besos y a veces algo más, le hace algo a uno en la cabeza que le hace sentir como si uno se hubiera ganado el premio gordo, y usted se oye a sí mismo decir: "Nosotros tenemos *taaaanto* en común", cuando todo lo que usted está diciendo es en verdad cómo se siente cuando está en el eje, en el mismo centro de esas experiencias.

Los sentimientos de gozo, de elación, de delicia y bendición inexplicable emergen en estas situaciones. Esto tiene sentido, porque todos tenemos la necesidad de sentirnos deseados, cuidados por alguien, y que somos especiales para alguien más. Su experiencia seguirá volando como un cohete, impulsada mayormente por las hormonas que nuestros cuerpos naturalmente producen. Cuando una pareja está junta, se pueden embriagar el uno con la presencia del otro y vice-versa.

Muy bien, ya sabemos. Usted ya ha pasado por mucho esos sentimientos, que ya han quedado atrás. Le escuchamos decir que estos días usted casi siempre se siente enojada por la falta de atención de su esposo a sus vidas juntos. Posiblemente usted se siente con deseos de gritarle, de dejarle saber cómo se siente usted, de cantarle unas cuantas verdades - hasta que las escuche y las internalice, para que se enderece y vuele bien, a nivel, ¿verdad? Y usted se encuentra donde están ahora, preguntándose a sí misma dónde está el hombrazo que le traía flores, que siempre se acordaba de su cumpleaños - bueno tal vez fue solo uno antes de que se casaran - y que la hacía a usted sentirse como una reina. En estos días, tal vez usted se siente más como la mamá de él, o como su criada. ¿Vamos leyéndola bien hasta ahora?

Bueno, pero antes de que usted se rinda, y deje de luchar por su matrimonio, queremos invitarla para que regrese un poco, para que explore en sus recuerdos ¿*qué* de su esposo le hizo querer casarse con él? ¿Es él todavía fundamentalmente la misma persona de la que usted se enamoró?, con la que usted se comprometió? Sus respuestas posiblemente sean: Sí. Pero ahora la vida se ha vuelto más complicada, más compleja. Ambos tienen que desarrollar más paciencia el uno por el otro. Ambos tienen que ser más concienzudos e intencionales, inyectando bondad y entendimiento en su relación matrimonial - y en grandes cantidades - para darse ustedes mismos un poco más de efectivo, un poco más de combustible para su viaje hacia adelante. ¿Verdad que sí? En este punto, tal vez usted necesita recordarse a sí misma que usted se casó con un hombre imperfecto, y usted tiene que enmarcar de nuevo su visión, su manera de ver su matrimonio, para poder mantener su sanidad mental y su compromiso.

Aunque algunas veces se sienta frustrada, el cantarle algunas verdades no va a resolver su dilema ni a mejorar la calidad de su matrimonio. En vez de eso, le animamos para que se enfrente a su esposo de manera calmada, en una conversación civil y mesurada, escuchándole primero, y hablando en segundo lugar. Invítelo a que comparta su sueño y sus necesidades con usted. Pregúntele qué es lo que él necesita de usted para sentirse amado. Es verdad que él puede ponerse sospechoso, que pueda pensar que usted le tiende una celada o trampa. Pero asegúrele que usted simplemente quiere ser una mejor esposa al crear un ambiente más placentero en su

hogar.

Recuerde que usted no puede controlar ni cambiar a su esposo. Usted solamente puede controlar las respuestas que usted da. Y al crear una atmósfera más positiva en el hogar, las posibilidades son muy altas de que usted influya para que su esposo se involucre más y se interese más en lo que usted le está diciendo. Por supuesto, si después de intentar con este método por un tiempo razonable, usted no está satisfecha con los resultados, consiga un buen consejero cristiano, que les pueda ayudar a ambos a entender las necesidades de su matrimonio en este tiempo.

Le animamos con las palabras de la Biblia en Colosenses 3:12-14: "Por lo tanto, como elegidos de Dios, santos y amados, vestíos de entrañable compasión, de benignidad, humildad, mansedumbre y tolerancia. Soportaos y perdonaos unos a otros, si alguno tuviere queja del otro. De la manera que Cristo os perdonó, así también perdonaos mutuamente vosotros. Y sobre todo, vestíos de amor, que es el vínculo de la perfección."

Continuaremos orando por usted y por su esposo.

---

Re-impreso del artículo que apareció en la revista *Message [Mensaje]* en noviembre/diciembre de 2019, p. 10. Usado con permiso.

# ¿TE HAS VACUNADO? ¿QUÉ IMPORTA?

POR WILLIE E ELAINE OLIVER

## ¿CUÁL ES LA ACTITUD CORRECTA HACIA LA VACUNACIÓN?

*"¿Ser o no ser? Esa es la pregunta."* El primer verso del monólogo de Hamlet, de Shakespeare. Sin lugar a dudas, el verso más conocido de toda la obra de Shakespeare. Posiblemente el soliloquio- que es una manera literaria de decir- discurso- más mencionado de toda la literatura inglesa.

## LA PREGUNTA ACTUAL

Alguien ha notado que el paralelo del siglo XXI a las ilustres palabras de Shakespeare es: *"To code or not to code, that is the challenge."* Sin embargo, en el 2021 -- más de cuatrocientos (400) años desde los tiempos de Shakespeare -- la conversación más agonizante que las personas parecen sostener consigo mismas y con otras personas, en medio de esta atroz pandemia global, parece ser *"Vacunarse o no vacunarse. Esa es la pregunta"*. Hace más de un siglo del descubrimiento del SARS-CoV-2 --la variante del coronavirus que causa la infección conocida como el COVID-19. El mundo ha visto más de tres millones de muertes atribuidas al COVID-19; más de 600,000 en EE UU A solamente. Y aun no se ve la luz del final del túnel en muchos países - aun entre los países con las más avanzadas economías - y a pesar de la llegada de las varias vacunas que reclaman la capacidad de proteger a los vacunados de la infección, y procurando volver las sociedades a la normalidad conocida antes de la pandemia global. Nada que ver. No hay vicios de que volvamos a la normalidad pre-pandémica.

**Willie Oliver**, PhD, CFLE e **Elaine Oliver**, PhDc, LCPC, CFLE  
son Directores del Departamento de Ministerios de Familia en la Sede Mundial de la Asociación General  
de los Adventistas del Séptimo-Día en Silver Spring, Maryland, EE UU A

Por cierto, las vacunas del COVID-19 son un tema de conversación candente en estos días. Es de interés particular escuchar y ver las diferentes opiniones acerca de las virtudes y de las desventajas de tomar o de no tomar las vacunas. Una de las razones de por qué hay tantas voces y tantas opiniones divergentes y tan fuertes se debe en parte a la rapidez, el espectáculo y el sensacionalismo con que se produjeron las vacunas tan rápidamente y tan efectivamente o no, según quién diga qué cosa, en quién esté haciendo el análisis correspondiente.

To be sure, COVID-19 vaccines are a hot topic of conversation these days. Particularly fascinating is watching and listening to the different opinions about the virtues or disadvantages of getting or not getting a vaccine. An apparent reason the competing voices are so many and so loud may have to do—in part—with the wonder, spectacle, and sensation that vaccines were produced so quickly and effectively or not, depending on who's talking or doing the analysis.

## ESTADÍSTICAS Y POSTURAS ANTE LA PREGUNTA

En los EE UU A, el presidente Joe Biden, muy pronto después de su inauguración el 20 de enero de 2021, anunció su plan de vacunar un millón de personas por día en los primeros cien días de su mandato presidencial. Luego, el 21 de abril de 2021, él dijo que la nación se encaminaba a administrar doscientos millones de vacunas diarias contra el COVID-19 al cumplir él noventa y dos días en su período presidencial - el doble de su 'promesa' inicial, y en menos tiempo. El presidente exhortó a todos los patronos a través del país a que les dieran tiempo libre pagado a sus empleados para que fueran a vacunarse, como parte de su esfuerzo de aumentar la cantidad de vacunas administradas. Al subir la cantidad de dosis que se administraban diariamente, la producción iba en aumento, y sobrepasó la demanda; y el presidente ofreció incentivos arancelarios para los negocios medianos y pequeños para que les dieran tiempo libre a sus empleados para ir a vacunarse y recuperarse de los efectos inmediatos de la vacuna.<sup>1</sup>

Algo paradójicamente, la demanda de las vacunas contra el COVID-19 comenzó a disminuir, a pesar del hecho de que ahora cada ciudadano estadounidense era elegible para recibir la vacuna, pero solo la mitad de los elegibles habían sido vacunados al menos con una dosis.

Nosotros nos sentimos mucho mejor habiendo sido vacunados que si estuviéramos esperando ser vacunados.

El factor más prominente en estos momentos era la vacilación con respecto a recibir o no la vacuna, especialmente en los territorios de los estados del sur del país. Además de dichas reservas, millones de ciudadanos estadounidenses escogió "no" vacunarse, por una cantidad de razones adicionales, inclusive no querer pasar tiempo haciendo fila para vacunarse, o el esperar para que se hicieran más y mejores pruebas de la efectividad de las vacunas.<sup>2</sup>

Entre las ironías de vivir en el planeta Tierra, se encuentra el que mientras un grupo debate si tomar o no la vacuna, otro grupo no tiene acceso o tiene acceso parcial o limitado al producto o a productos similares - que pudieran alegadamente mejorar o proteger o prolongar sus vidas. Este caso ha sido el de las vacunas durante esta pandemia global. Es importante notar que al 19 de febrero de 2021, cerca de 90 países tenían acceso a al menos una vacuna. En este punto histórico, 10 países, que manejan el 60% del producto doméstico bruto global, se habían repartido el 75% de todas las dosis de la vacuna del COVID-19. A la misma vez, el Dr. Tedros Adhanom Ghebreyesus, director-general de World Health Organization [la Organización Mundial de la Salud] y Henrietta Fore, directora ejecutiva de UNICEF, informaron que 130 países, con una población

de 2.5 billones de personas, todavía esperaban para poder repartir las primeras dosis.<sup>3</sup>

Quiquiera que se pregunte cuál será la posición de la IASD sobre la vacunación en general, y específicamente sobre la del COVID-19, puede ver el artículo: "COVID-19 Vaccines: Addressing Concerns, Offering Counsel." ["Las vacunas del COVID-19: Atendiendo las preocupaciones, ofreciendo consejo"] publicado el 18 de diciembre de 2020 en *Adventist Review*.<sup>4</sup>

La declaración oficial de la IASD sobre las inmunizaciones o vacunas en general "coloca un fuerte énfasis sobre la salud y el bienestar. El énfasis adventista sobre la salud se basa en la revelación bíblica, los escritos inspirados de E. G. White (co-fundadora de la IASD), y en la literatura científica revisada por los pares." Se urge tener una actitud "responsable" hacia las vacunas/inmunizaciones, indicando que "no existe razón religiosa ni basada en la fe" para evitar "programas de inmunizaciones preventivas y protectoras." La aseveración enfatiza tanto la importancia de la salud comunitaria como el valor de la conciencia individual: "Nosotros valoramos la salud y la seguridad de la población, que incluye el mantenimiento de 'la inmunidad de la manada'. Nosotros no somos la conciencia del miembro de iglesia individual, y reconocemos las elecciones individuales. Éstas son ejercidas por el individuo. La elección de no inmunizarse no es ni debiera ser visto como un dogma ni como una doctrina de la Iglesia Adventista del Séptimo Día."<sup>5</sup>

## OPOSICIÓN A LA PREGUNTA

A pesar de la continua investigación de los CDC (por sus siglas en inglés) [Centros para el Control de Enfermedades y Prevención] en los EE UU A, y a pesar del claro consejo de la iglesia sobre el asunto de las vacunas en general y de las vacunas para el COVID-19 en particular, continúan oyéndose monólogos con gran celo, discursos apasionados y diatribas energéticas, fervientes y furiosas en contra de la vacunación. La respuesta del CDC a las preguntas sobre la seguridad de la vacuna contra el COVID-19 es firme: "Millones de personas han recibido con seguridad la vacuna del COVID-19. Más de 52 millones de dosis de la vacuna del COVID-19 fueron administradas en EE UU A desde el 14 de diciembre de 2020 al 14 de febrero de 2021. Las vacunas del COVID-19 son seguras y efectivas." (13 de abril de 2021)<sup>6</sup>

Y en respuesta a una pregunta, específicamente acerca de la efectividad de la vacuna para el COVID-19 de Moderna, el CDC respondió: "En base a evidencia de pruebas clínicas, la vacuna Moderna fue efectiva en un 94.1% al prevenir la enfermedad del COVID-19 confirmada en el laboratorio, en personas que recibieron dos dosis, que no tenían evidencia de haber sido infectadas anteriormente". (5 de abril de 2021)<sup>7</sup>

## NUESTRA RESPUESTA PERSONAL A LA PREGUNTA

Para nosotros mismos, compartimos voluntariamente nuestro testimonio personal en cuanto a las preguntas en nuestro título. A la primera pregunta: ¿Te has vacunado? Respondemos: "¡SÍ!" Ambos recibimos la segunda dosis de la vacuna Moderna a mediados de febrero de 2021, y a excepción de síntomas leves de la influenza exoexperimentadas por Elaine por cerca de unas doce horas [medio día] después del refuerzo, no hemos experimentado ningún otro signo de enfermedad ni malestares, y hemos permanecido libres del COVID-19.

A la segunda pregunta en nuestro título: '¿Qué importa?' nuestra respuesta es que nos

sentimos mucho mejor habiendo sido vacunados que si estuviéramos aún esperando para tomar la vacuna. Lo que es aún mejor es que, por primera vez en más de un año hemos podido encontrarnos con personas que amamos, que también se han vacunado, para almorzar juntos en un restaurante favorito, e intercambiar los cálidos abrazos que no tuvimos por más de un año. Al continuar esta pandemia global, oramos fervientemente para que haya más compasión de la comunidad internacional, especialmente de las economías más pujantes, hacia los países de economías mucho más débiles, y con menos capacidad de adquirir las vacunas para sus poblaciones. Nuestras oraciones continúan ascendiendo a Dios por su intervención providencial.

Viviendo en los EE UU A, donde millones en la población todavía no han recibido sus vacunas, continuamos siguiendo los mejores consejos científicos sobre el uso de las mascarillas, el distanciamiento social y el lavado de las manos. Aún continuamos con otras prácticas que son siempre buenas: consumo de alimentos saludables, tomando mucha agua, ejercitándonos regularmente, teniendo diariamente nuestra comunión con Dios, y procurando entre siete y ocho horas de sueño cada noche. Además, seguiremos siendo fortificados diariamente por el consejo ideal de las Escrituras: "Por nada estéis afanosos, sino presentad vuestros pedidos a Dios en oración, ruego y acción de gracias. Y la paz de Dios, que supera todo entendimiento, guardará vuestro corazón y vuestros pensamientos en Cristo Jesús." (Filipenses 4:6, 7)

## NOTAS

<sup>1</sup>

<https://apple.news/AWh3q5Wk2SwKYonrvD4EdEw?>

<sup>2</sup>

<https://apple.news/AbrJ8sqytRvWm4sYAYWI0ug>

<sup>3</sup>

<https://rdcu.be/cjb28>

<sup>4</sup>

<https://www.adventistreview.org/church-news/story15816-covid-19-vaccines-addressing-concerns,-offering-counsel>

<sup>5</sup>

<https://www.adventist.org/guidelines/immunization/>

<sup>6</sup>

<https://www.cdc.gov>

<sup>7</sup>

<https://www.cdc.gov>

# NO DESPERDICIEMOS LA PANDEMIA

---

POR WILLIE E ELAINE OLIVER

A un año en esta crisis global de salud,  
puede ser tiempo de preguntarnos  
¿'QUÉ'? y no ¿'Por qué'?

Es difícil creer que ya hace un año que nuestro mundo, como lo conocíamos, literalmente hizo un alto en seco. Aún nos parece surreal, como si fuera una realidad ficticia la que vivimos. Millones de personas se hallan refugiadas en sus lugares, esperando y creyendo que, si todos, cada uno de nosotros, hacemos nuestra parte, la vida volvería a lo normal en un par de semanas.

En un informe de octubre de 2020, ***Stress in America™ 2020: A National Mental Health Crisis [Estres en América: Una crisis nacional de salud mental]***, la APA (por sus siglas en inglés - American Psychological Association) lanzó una alerta acerca del impacto del estrés causado por la pandemia sobre la salud física y mental. Las encuestas revelaron que muchos estadounidenses han visto, y continuarán viendo, una merma en la salud física y mental debido a su falta de habilidad para lidiar con los estresores de la pandemia. Muchos experimentarán consecuencias de largo alcance, tales como enfermedades crónicas, depresión, ansiedad, y aún el abuso de sustancias controladas. Además, durante la pandemia, los adultos jóvenes entre las edades de 18 a 30 años han sido los más susceptibles al suicidio y a los pensamientos suicidas. Al menos uno de cada cuatro ha considerado suicidarse en los últimos treinta días.

Estas estadísticas son muy impactantes y desalentadoras. Algunos de nosotros podemos estar preguntando: "Oh, Dios, ¿por qué?" Tal vez algunos estén pensando que Dios está castigándonos. En las sesiones de terapia, con frecuencia animamos a los clientes a que pregunten "qué" en vez de "por qué". La verdad es que no siempre hay una respuesta al 'por que' (aunque usted

Willie Oliver, PhD, CFLE e Elaine Oliver, PhD, LCPC, CFLE  
son Directores del Departamento de Ministerios de Familia en la Sede Mundial de la Asociación General  
de los Adventistas del Séptimo-Día en Silver Spring, Maryland, EE UU A

insista the sí la hay), pero al preguntar "qué" revela un nivel de conocimiento propio que ayuda al cliente a participar en su propia curación o proceso de sanidad, y a seguir hacia adelante. Al reflexionar como cristianos, en este año que hemos pasado con la pandemia del COVID-19, tal vez nos beneficiemos de hacernos algunas preguntas "qué".

Aquí hay una pregunta: "¿Qué hemos aprendido acerca de nosotros mismos, los unos de los otros, acerca de Dios, acerca de su plan definitivo para nuestras vidas? Y aquí algunas lecciones aprendidas.

**1. La fe en Dios es una enorme bendición.** La mente humana cuestiona la lógica de la fe. Sin embargo, cuando uno está en medio de una pandemia, la lógica no provee solaz. El creer en Uno que calma la tormenta y conforta nuestros temores es racional y trascendente. "Por nada estén afanosos, sino presentad vuestros pedidos a Dios en oración, ruego y acción de gracias. Y la paz de Dios, que supera todo entendimiento, guardará vuestro corazón y vuestros pensamientos en Cristo Jesús." (Filipenses 4:6, 7)

**2. Atesora a la familia y a los amados diariamente.** Hemos oído estas palabras vez tras vez tras vez, pero después de un año de distanciamiento social, de separación de los amados, y de una miríada de funerales a través de ZOOM, tal vez resuene ahora más que nunca antes. Para marzo de 2021, habían muerto 2.6 millones de personas alrededor del mundo a causa del COVID-19. Conocíamos a estas personas: eran miembros de nuestra familia, amigos, compañeros de trabajo, vecinos, dependientes en los negocios de alimentos, enfermeras, maestros, doctores. Que descansen en paz. Pero a los que permanecen, cuidalos, acércate a ellos, llámalos, ora con ellos, abraza a aquellos que puedas abrazar. (Nota: Si usted sospecha que alguien que usted conoce está considerando el suicidio, ayúdele a obtener asistencia inmediatamente: #COVID19MHI)

**3 El espíritu humano es resiliente.** La resiliencia se ha convertido en el axioma de este año pasado. Significa tener la capacidad de adaptarse bien y de recuperarse de la adversidad y de las dificultades. ¿Quién se hubiera imaginado que un año después, todavía estaríamos practicando el distanciamiento social, comunicándonos virtualmente, utilizando mascarillas regularmente (si bien a regañadientes), navegando por nuestras vidas en una aparente nueva normalidad? Verdaderamente somos más fuertes de lo que sabíamos, y somos mejor si estamos juntos.

**4. Estamos en una misión.** A pesar de la ciencia, y de todo lo que sabemos acerca del coronavirus, hay tanto que aún no conocemos, y que aparentemente es arbitrario. Por ejemplo, ¿por qué un mujer de 83 años, que tiene condiciones pre-existentes, sobrevive después de contraer el COVID-19; pero una mujer de 35 años, madre de dos, sucumbe ante el COVID-19? Hasta ahora, no tenemos respuesta a estas preguntas de "por qué". Pero si preguntamos "que" esto nos empuja a un más profundo entendimiento del propósito de Dios para nosotros los que quedamos aquí en la tierra. ¿Necesitamos ejercer más justicia, amar más la misericordia, alimentar a más personas hambrientas, hablar más por los que no tienen voz y por los que han sido marginados, debemos andar más humildemente?

Nadie sabe cuáles serán los efectos a largo plazo, ni los efectos residuales de esta pandemia han de ser. ERs seguro que las investigaciones van a continuar revelando más daños. Sin embargo, sí sabemos que Jesús viene muy pronto. No desperdiciemos la pandemia. Tal vez Dios necesita que nos veamos más claramente los unos a los otros, y que hagamos resplandecer Su luz de manera más brillante sobre un mundo que se seguirá oscureciendo mientras esperamos

## I WILL GO WITH MY FAMILY | FAMILY RESILIENCE

Su inminente retorno. Él promete una corona de belleza por nuestras cenizas, y gozo en la mañana. Planifica para que obtengas tu corona.

---

Re-impreso de artículo primero publicado el 18 de marzo de 2021 en *Adventist Review* y en *Adventist World* [*Revista Adventista en Mundo Adventista*]. Usado con permiso.



# DIME CÓMO, DIME POR QUÉ

POR STEPHEN BAUER

## Un padre lamenta la muerte de su hijo

*En las horas tempranas de la madrugada del 4 de enero de 2021, nuestro pujante y aparentemente saludable hijo de 35 años de edad, Andrew, inesperadamente murió mientras dormía. Él era un abogado corporativo exitoso cuya vibrante vida espiritual brotaba de él y se hacía notar. Era anciano de su iglesia, y tenía pasión por el alcance evangelístico pastoral. Aunque yo soy pastor y teólogo, me encuentro con que el shock espiritual y la crisis de fe que acompañan una tragedia como ésta son reales y palpables. La muerte a destiempo de mi hijo no me hace ningún sentido, en lo absoluto. Este manuscrito es una expresión de mi lucha por entender este evento devastador. --- El Autor.*

¿Cómo puede un padre comprender la idea de que su hijo, quien parecía ser el epitome de la salud y el vigor, ha sido arrancado de sí mismo y de su esposa por la muerte? Solo una semana antes de su desceso, yo estuve con él en su taller en el sótano de su casa ayudándole a construir una nueva repisa, que iba a colgar sobre su estufa de leña. *¿Cómo puede ser esto, cómo puede ocurrir?* Yo entré a su taller pocas horas después de su desceso para buscar un destornillador, y allí estaba la repisa, lijada y lista para darle el tinte, con el adorno francés sujetado con una prensa para que la cola o el pegamento secara, las prensas aún firmes en su lugar, esperando que su artesano viniese a completar la pieza de artesanía. La repisa sin terminar me habló de la vida sin completar de mi hijo.

Mi dificultad al procurar entender su muerte viene, en parte, de vivir con los privilegios de la vida moderna de nuestra sociedad. Un siglo o más atrás, los padres frecuentemente enterraban a sus hijos, pero los avances en la medicina y en las condiciones sanitarias de la vida han cambiado aquel panorama maravillosamente; ahora esperamos que lo normal sea que nuestros hijos nos sobrevivan. De esta manera, la pérdida de Andrew genera enormes preguntas:

**Stephen Bauer**, PhD, es profesor de Teología en Southern Adventist University, Collegedale, Tennessee, en los EE UU A.

¿Por que?

¿Acaso sabremos alguna vez qué causó su muerte prematura?

¿Cómo es que Dios puede permitir que este joven tan espiritual, tan dedicado, de mente ministerial, haya sido arrancado de nuestras vidas sin ningún aviso?

¡Esto es tan injusto! ¡¡¡Él no se merecía esto!!!

## FORCEJEANDO PARA HALLAR RESPUESTAS

Algunos dirían que era la voluntad de Dios que Andrew descansara ahora. Esta perspectiva semi-fatalista de que "era la voluntad de Dios" procura escudarnos de nuestro miedo al caos y a lo impredecible. Yo, sin embargo, encuentro esta perspectiva difícil de entender. El Dios de la Biblia, que yo conozco no ejecuta el mal para que resulte en bien. Hasta el mismo apóstol Pablo, esogido por Dios, rechazó la idea de que haciendo el mal para alcanzar un bien posterior es una idea moralmente aceptable (véase Romanos 3:8).

Otra tentación es culpar a Satanás por haber derribado a Andrew para torcer y desvirtuar su servicio para Dios en este mundo. Andrew y yo nos habíamos hermanado hasta lo sumo en asuntos espirituales, estábamos muy cercanos el uno al otro. Su pasión por llevar a otros a conocer el Dios que él amaba y servía se tejía muy bien con mi corazón pastoral. He perdido a mi camarada espiritual y a mi amigo, cuyo caminar con Dios me fortalecía. Puede ser que Satanás esté enojado, pero él **no** es una deidad alterna. El libro bíblico de Job declara que Dios establece límites al mal que Satanás puede hacer en este mundo.

Al tratar de buscarle el sentido, de manera semejante, a la vanidad y al caos de la vida, Salomón se lamentaba: "Vi algo más debajo del sol. Que no siempre la carrera es de los ligeros, ni de los fuertes la guerra, ni de los sabios el pan, ni de los prudentes la riqueza, ni de los elocuentes el favor, *sino que el tiempo y la ocasión acontecen a todos.*" (Eclesiastés 9:11, énfasis suplido). El tiempo y la ocasión, o sea la oportunidad. A mí no me gustan esas oportunidades. ¿Por qué estamos sujetos a las oportunidades? En el Edén, Adán y Eva rechazaron los límites establecidos por Dios y su posición como criaturas bajo la soberanía divina. Como un movimiento redentor, Dios respondió incrementando significativamente sus limitaciones para ayudarles a ver que su vida y su existencia dependía de Dios, más grande y más sabio que ellos mismos. Como resultado, ahora ellos iban a vivir en un mundo en el cual las calamidades impredecibles y al azar iban a impactar a todos los humanos, tanto a los buenos como a los malos - donde finalmente todos iban a estar sujetos a la muerte. Aunque yo fuera el hombre más rico del mundo o el político más poderoso de la tierra, yo seguiría siendo incapaz de salvar y de librar o restaurar a mi hijo de la muerte. Nadie escapa sin enfrentarse a la muerte. Como tal, la vida en esta clase de mundo es injusta; pero entonces, por qué le debía importar a uno acerca de la equidad, si no hay nada más allá de esta inexistencia. Nuestras sensibilidades morales requieren, demandan alguna forma de destino en el cual la calidad moral de la vida de uno realmente cuente para algo, o sea importante.

## EL GOBIERNO SOBERANO DE DIOS

Mientras que Dios no hace mal para lograr el bien, Él sí trabaja en esas tragedias y desastres para hacer bien a aquellos que le aman. (véase Romanos 8:28) Tales quebantos de corazón y tales preocupaciones por la justicia y la equidad se hacen los instrumentos de Dios que

nos confrontan con nuestra falta de poder y con nuestra necesidad de un Dios amante y más grande y más poderoso que nuestra debilidad e insignificancia. La buena noticia es que esta burbuja de caos en la que vivimos actualmente está atada y rodeada por el gobierno soberano de Dios. La muerte de Andrew está fuera, más allá de nuestro control, marcando nuestra incapacidad de ayudarnos a nosotros mismos y llamándonos a rogar con fe a este Dios, dependiendo de Él.

Años atrás, como instructor de vuelo, yo tenía a un estudiante practicando "*full-power stalls*", que significa apagar el motor totalmente, en pleno vuelo, como parte del entrenamiento para emergencias. En esta maniobra, el avión fácilmente comienza a girar si el control direccional no está en la posición correcta. Para cualificar como instructor de vuelo, yo tuve que aprender a dar vueltas de rotación triple. Ya que mi estudiante no sentía la necesidad de instrucción en esta maniobra, yo permanecí callado, y lo dejé ponernos a girar fuertemente a la izquierda, pero *no dejé* que el avión saliera de *mi esfera de control*. Todo lo que yo tenía que hacer era decir "Mi avión", y tomar el control, y recuperar la nave. Aquel era un momento clave, de instrucción clave.

De manera semejante, Andrew, mientras duerme en la tumba, permanece rodeado, no de frío y desespero, sino de la amante soberanía de Dios. Mientras está fuera de nuestra capacidad el restaurar a Andrew a la vida, él no está más allá del alcance re-creador del poder de Dios. En el presente, nuestros corazones y nuestro mundo han entrado a girar violentamente debido a la devastación y al dolor que están fuera de nuestro control. Sin embargo, un día, muy pronto, Dios va a decir: "Mi avión." Y va a tomar el control de nuestro mundo, y va a recuperarlo. Entonces, como dice en Daniel 2 --una profecía que Andrew amaba-- El reino de Dios va a llegar, sin la asistencia humana, barriendo a su paso todos los reinos caóticos de este mundo. Entonces Dios quitará todas las lágrimas de nuestros rostros, y construirá Su propio reino basado en los principios del amor auto-sacrificado, como se ha demostrado en Su don al dar a Cristo. Entonces, como su repisa, Andrew y su vida sin terminar descansa silenciosamente durmiendo en el taller del sótano de Dios, esperando el llamado de su Hacedor a vida eterna en las recién halladas gloria y completud. Nuestro dolor y nuestras tinieblas nos llaman a caminar con Dios como lo hizo Andrew, para que nosotros también podamos experimentar esa transfoemación final de lo mortal a lo inmortal, a la final trompeta.

## ESPERANDO EL REGRESO DE JESÚS

Hasta aquel gran día, aquellos que aman a Andrew se sientan en la oscuridad, en el hoyo negro del sufrimiento y del dolor, en el valle de la sombra de muerte. En nuestra oscuridad, la voz de Dios habla a través del profeta Miqueas: "*Tú, enemiga mía, no te alegres de mí, aunque caí, me levantaré; aunque more en tinieblas, el Señor será mi luz.*" (Miqueas 7:8)

Por ahora, yo así como cada miembro de la familia de Andrew, y sus amigos, nos sentamos en la más profunda oscuridad. Me va a hacer una falta inmensa su camaradería espiritual. Me va a hacer mucha falta la charla con él sobre el sermón que él estaba preparando. Me van a hacer falta sus llamadas telefónicas acerca de cómo usar tal o cual herramienta o sobre tal o más cual proyecto. Me va a hacer falta aprender acerca de sus últimas lecturas o investigaciones. Me van a hacer falta grandemente sus visitas a nuestra casa, y su ayuda alegre y de tan buena gana, en las arduas tareas alrededor de nuestra casa. Me va a hacer falta su intelecto y su humor. Voy a atesorar el precioso don que nos hizo en nuestra nuera, a quien él trajo a

nuestra familia. ¡Él era mi hijo amado, en quien tengo tan grande contentamiento!

*Oh, Dios, yo me siento en la oscuridad. Sé mi luz, ahora mismo, Señor. Oh Dios, nosotros nos sentamos en la oscuridad. Sé nuestra luz, ahora mismo, Señor. Ayúdanos a encontrar la misma luz que iluminó la vida de Andrew con gozo, con significado y con propósito. Amén.*

---

Re-impreso de un artículo primero publicado el 22 de enero de 2021 en *Adventist Review*. Usado con permiso.

# LAS ORACIONES EN EL SUELO

POR STEPHEN BAUER

El silencio de Dios no significa que a Él no le importa.

El perder su hijo a la muerte es uno de los más grandes traumas en la experiencia humana. Esto golpea nuestra psique, nuestra mente, nuestra alma con una cruda y salvaje fuerza demoledora inenarrable. En mi travesía, el trauma sobrepasó mi capacidad emocional para procesarlo, con frecuencia causando un adormecimiento emocional que imposible hasta llorar. Yo seguía preguntándome: ¿Qué es lo que anda mal conmigo? ¿Qué es lo que me está pasando?

Además de mi confusión emocional, el inesperado impacto de ser marroneado por el sufrimiento; fue el impacto demoledor sobre mi vida espiritual. En casos anteriores, incluso en el caso de la muerte de mis padres, mi caminar con Dios había sido un apoyo para ayudarme a sobrellevar el trauma, para cruzarme en Sus brazos sobre el abismo. El perder a nuestro hijo en el momento del cenit de su vida, sin embargo, creó destrucción sobre mi experiencia espiritual. Leía mi Biblia en busca de consuelo y de fuerza, pero los pasajes que leía me parecían palabras sin vida en la pantalla y/o en el papel. Oraba, y mis oraciones, carentes de la energía necesaria, no eran capaces de elevarse ni hasta el cielo raso. Simplemente las sentía caer al suelo sin fuerzas y sin energía. No sentía en absoluto ni la presencia ni el apoyo de Dios. El libro de Job describe esta experiencia con claridad y precisión: "Pero si voy al oriente, no lo hallo; si voy al occidente, no lo descubro; si lo busco al norte, no lo veo; y si vuelvo al sur, no lo encuentro." (Job 23:8-9) Mi corazón clamaba a gritos: "Dios mío, ¿dónde estás? Pero no escuchaba ninguna voz en respuesta.

Como una semana después del culto en memoria de Andrew, como un acto de la voluntad desnuda y sin ambages, yo decidí honrar la memoria de mi hijo adoptando un ambicioso plan de lectura bíblica que él apenas había comenzado. El plan consiste en leer diez (10) capítulos al día por quinientos (500) días. El programa consiste de 10 secuencias que corren simultáneamente, pero son de diferente extensión. Los cuatro evangelios cada tres meses, Proverbios cada mes, etc. Una secuencia comenzaba con Job. Pero yo no estaba con ánimo para leer Job. No creía que podría enfrentar el sufrimiento, el dolor y la verbosidad que yo sabía que estaba presente en el libro de Job. A diferencia de su padre, Andrew hubiera enfrentado el reto

sin pestañar. Así que, en procura del Andrew en mi interior, me aferré al plan, y comencé a leer la secuencia de Job con las otras nueve.

Fui sorprendido por mi experiencia en Job. La apertura emocional de Job me ayudó a romper parte del entumecimiento emocional en el que me encontraba, permitiéndome enfrentar mis sentimientos más honestamente. No fue hasta que llegué a Job 12:1, sin embargo, que noté a Job atacar a sus amigos por primera vez. En los capítulos siguientes, Job golpea verbalmente a sus amigos, y les llama "médicos inútiles" (Job 14:4), que son "fraguadores de mentiras" (ibid.), implorándoles que se callen (vv. 6-7). Job les dice, enojado, que son "consoladores molestos" (Job 16:1) y continúa castigándoles en cada uno de los discursos siguientes. Yo me detuve para meditar en aquello que estaba leyendo. Los amigos de Job comenzaron bien. Se sentaron con Job en silencioso asombro empático durante siete días, esperando que Job hablara primero. Estuvieron magníficos... hasta que abrieron sus bocas para hablar. En vez de percibir el grito emotivo del corazón de Job, en vez de eso, pensaban que estaban escuchando mala teología e intentaron enderezar los pensamientos y las ideas de Job. Job se hartó de ellos, porque al cambiar de la empatía a las explicaciones y a la exhortación, perdieron miserablemente el mensaje emotivo de los lamentos de Job. Yo puedo resonar con Job al notar que especialmente en las etapas tempranas de su sufrimiento, la empatía silenciosa es mucho mejor bálsamo que los intentos de explicaciones o exhortaciones.

Al ir yo rumiando en esto mientras progresaba en mis lecturas diarias, el pensamiento me golpeo fuerte, al entender que el silencio de Dios que yo estaba sintiendo no era señal de abandono, sino más bien de empatía divina. Como los amigos de Job, Dios está silenciosamente sentado en el shock, el horror y el entumecimiento emocional. A diferencia de ellos, sin embargo, Él sabe cuando estar callado. Al seguir meditando en esto, comencé a darme cuenta de algo mucho más profundo. Me di cuenta de que Dios no está tanto sentado, inmóvil, en silencio empático, sino que en verdad, Él está realmente haciendo las funciones del piso o del suelo debajo de mis pies, sosteniéndome para que no me desborone, sosteniéndome de pie, porque realmente yo no puedo sostenerme a mí mismo bajo el peso abrumador de ese dolor, de este sufrimiento. Lo que esto significa, entonces, es que mis oraciones no necesitan ascender a un Dios "allá arriba"; no necesitan llegar al cielo raso sobre mi cabeza. Cuando mis oraciones faltas de vigor espiritual caen al suelo, están tomando el camino más corto, el más eficiente camino hacia Dios, que está debajo de mis pies, sosteniéndome en silenciosa empatía. Aunque yo no lo pueda sentir, aunque me siento entumecido espiritualmente, en oscuridad y en un vacío espiritual, yo puedo escoger, puedo elegir confiar en el Dios que sostiene mis pies, que está recibiendo mis oraciones al caer al suelo, y puedo elegir creer que Él las está contestando de maneras que yo no puedo captar en mi mente entumecida por el dolor de la pérdida.

El mismo Dios que encuentro bajo mis pies, aún en Su silencio, puede también ser el mismo que sostiene tus pies. Cuando te sientas devastado y aplastado por el dolor y la desesperación, cuando te sientas emocionalmente entumecido, paralizado y espiritualmente muerto e incapaz de percibir a Dios en tu vida; entonces deja caer tus oraciones al suelo, y a las manos del Dios empático que está quedamente sosteniendo tus pies, del Dios que en silencio siente el horror de nuestro sufrimiento, y quien silenciosamente nos sigue sosteniendo de pie.

# RECURSOS

— La Iglesia Adventista del Séptimo  
Día continuamente está creando  
recursos para empoderarlo a usted.



# VIVIENDO EL AMOR FRUCTÍFERO

POR WILLIE E ELAINE OLIVER

Review and Herald® Publishing Association

Julio, 2021

26 páginas

La Biblia habla acerca de otra clase de fruto, que no se puede comprar en el supermercado ni en la pulpería, ni se puede cultivar en la finca ni en el huerto. En su carta a los Gálatas, el apóstol Pablo usa frutos para mostrar lo que va a suceder con nosotros cuando escojemos ser llenos con el Espíritu de Jesús. El fruto del Espíritu—amor, gozo, paz, paciencia, benignidad, bondad, fidelidad, mansedumbre y dominio propio son virtudes que son cultivadas cuando nuestro corazón está lleno del Espíritu de Jesús. Es el resultado de tener una relación con Jesús, permitiendo que Su Espíritu fluya en nosotros y a través de nosotros.



Baje digitalmente en [family.adventist.org](https://family.adventist.org)

# CONECTADOS: LECTURAS DEVOCIONALES PARA UN MATRIMONIO ÍNTIMO

POR WILLIE E ELAINE OLIVER

The Stanbrough Press Ltd., 2020

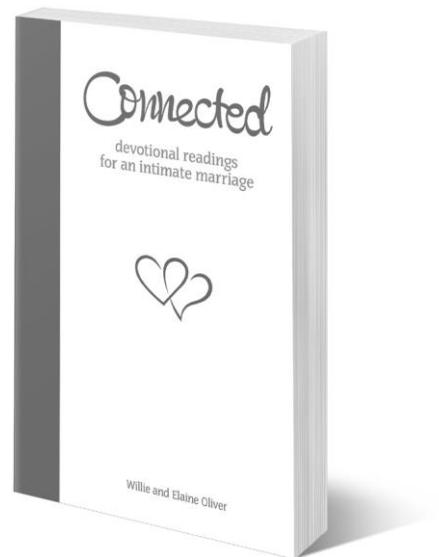
162 pages

Imagínese que usted pudiera llevar su matrimonio al siguiente nivel. ¿Qué pasaría si a usted le fuera posible pasar de una relación que sobrevive a una que crece? ¿Y si hubiera alguna manera de fortalecer su compromiso el uno con el otro? ¿Y si una mejor comunicación pudiera crear mayor confianza? Y mejor aún: ¿Y si la gracia pudiera ayudarle a ver lo mejor en su cónyuge?

En *Conectados: lecturas devocionales para un matrimonio íntimo*, Willie e Elaine Oliver comparten más de 35 años de experiencia matrimonial, creciendo juntos, aprendiendo el uno del otro, y criando a sus hijos. Ellos saben hacer de los "¿Y si..." una realidad.

Con 52 reflexiones devocionales, hay un pensamiento para cada semana del año, específicamente diseñado para ayudar a las parejas a hacer una pausa (para reflexionar sobre las ideas compartidas), orar (acerca de las ideas compartidas y cómo se relacionan a su experiencia) y entonces escoger (hacer la determinación de experimentar el cambio juntos).

¡Descubra más ideas al leerlo! Disponible en [www.lifefsourcebookshop.co.uk](http://www.lifefsourcebookshop.co.uk)



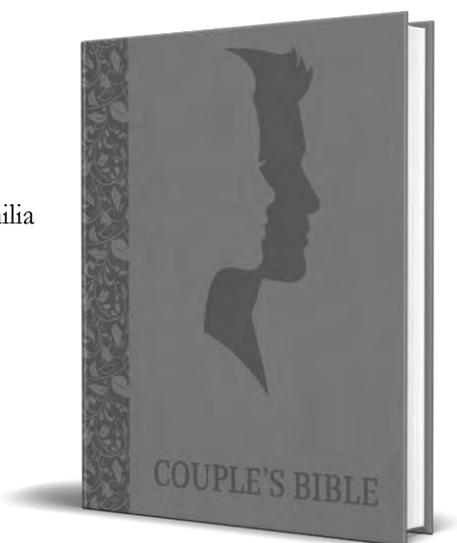
# LA BIBLIA DE LA PAREJA

Safeliz, 2019  
1,500 páginas

*La Biblia de la pareja* está diseñada para ayudar a construir y a hacer crecer las relaciones. Hay más de 170 temas que se dividen en cinco secciones, en cómo fortalecer el matrimonio, en las relaciones de los padres con los hijos, así como de qué maneras vencer los retos que las parejas enfrentan. Algunos temas de especial interés son:

- El matrimonio en la Biblia, Teología bíblica de la familia, Los pilares que sostienen los Ministerios de Family, Textos especiales para parejas, y más.
- Un curso bíblico especial sobre el hogar y la familia
- 101 ideas para el Evangelismo Familiar
- Diccionario y mapas del vocabulario matrimonial
- Y mucho más...

*La biblia de la pareja* está disponible en varios idiomas incluyendo inglés, español y francés. Puede pedirse en las librerías adventistas alrededor del mundo, o a través de: [www.safelizbibles.com](http://www.safelizbibles.com)



# ESPERANZA PARA LAS FAMILIAS DE HOY

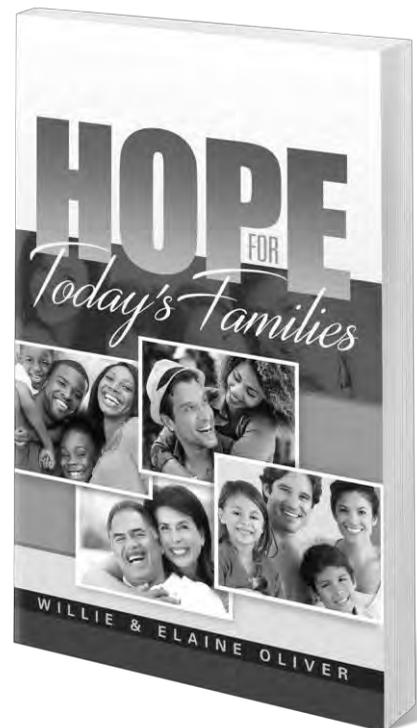
POR WILLIE E ELAINE OLIVER

Review and Herald Publishing Association, 2018

94 páginas

'El libro misionero mundial del año' de 2019 sigue siendo bueno para fortalecer a las familias en cualquier tiempo. Ofrece *Esperanza para las familias de hoy* utilizando principios probados a través del tiempo, que facilitan una vida feliz y significativa.

Disponible en muchos idiomas en las librerías adventistas alrededor del mundo o a través de su editorial adventista más cercana.



# HABLANDO EN FAMILIA DE VERAS: RESPUESTAS A PREGUNTAS SOBRE EL AMOR, EL MATRIMONIO Y EL SEXO

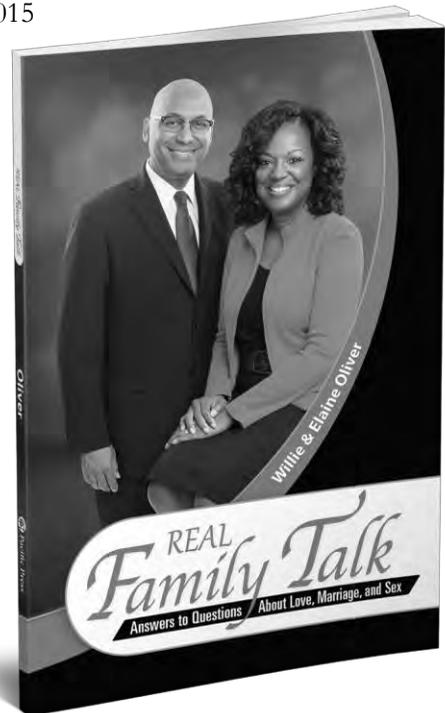
POR WILLIE E ELAINE OLIVER

Pacific Press® Publishing Association

Nampa, Idaho, 2015

127 páginas

Este libro es una compilación de columnas selectas sobre las relaciones escritas por Willie e Elaine Oliver para la revista Message en respuesta a preguntas de personal reales. Los autores proveen consejos expertos con base en principios bíblicos a preguntas sobre el matrimonio, el sexo, las funciones de los padres, la soltería y otros asuntos referentes a las relaciones. 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 divina, recordándonos que el plan de Dios para nosotros es que tengamos hogares saludables y relaciones en las que cada persona busque la armonía que Dios quiere que experimentemos.



# HABLANDO EN FAMILIA DE VERAS

---

CON WILLIE E ELAINE OLIVER

[www.hopetv.org](http://www.hopetv.org)



A través de discusiones envolventes, informativas y espirituales *Hablando en familia de veras* procura fortalecer las familias e inspirar esperanza. En cada edición los Oliver toman de su experiencia pastoral, educacional y de consejería para navegar las discusiones acerca de la vida familiar, acercándose a cada tema con soluciones prácticas y sanos principios bíblicos.

Accese el programa en su TV, en su Computadores, en su Tablet o en su teléfono inteligente. Encuentre episodios actuales y previamente grabados via HopeTV App, o visite [www.hopetv.org](http://www.hopetv.org)

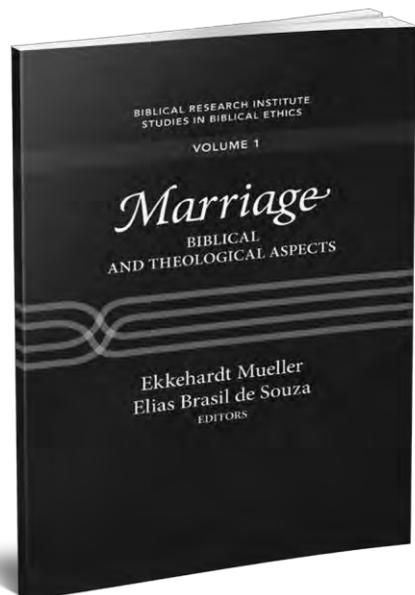
# EL MATRIMONIO: ASPECTOS BÍBLICOS Y TEOLÓGICOS VOL. 1

---

EKKEHARDT MUELLER Y ELÍAS BRASIL DE SOUZA, EDITORES

Biblical Research Institute. Review and Herald Publishing, 2015  
290 páginas

Este libro ofrece estudios profundos y detallados sobre varias áreas preocupantes para pastores, dirigentes de iglesias y miembros de iglesia en general. Después de mostrar las bellezas del matrimonio y la relevancia de un entendimiento sano del matrimonio y de la sexualidad, este volumen trata temas cruciales, tales como la soltería, el género y los roles en el matrimonio, la sexualidad, matrimonios religiosamente mixtos, el divorcio y un nuevo matrimonio.



# APÉNDICE A: IMPLEMENTACIÓN DE MINISTERIOS DE FAMILIA

— Por favor, utilice estos documentos como parte de su trabajo en Ministerios de Familia. El contenido es el resultado de trabajar con las familias alrededor del mundo.

**Nota:** Algunas de las recomendaciones en estos formularios van a tener que ser adaptadas y modificadas para atender las necesidades específicas; y según las leyes y reglamentos particulares de los distintos territorios donde se han de usar estos recursos.

## **MATERIAL ACCESIBLE DIGITALMENTE**

Para acceder a las encuestas y a los formularios del Apéndice A, visite nuestro sitio en la red cibernética:  
**[family.adventist.org/2022RB](https://family.adventist.org/2022RB)**

# EXPOSICIÓN DE PROPÓSITO Y REGLAMENTO DE MINISTERIOS DE FAMILIA

La congregación y el personal de la IASD de \_\_\_\_\_: estamos comprometidos a proveer un ambiente seguro para ayudar a los niños a amar y a seguir a Jesucristo. El propósito de esta congregación es prevenir cualquier forma de abuso físico, emocional o sexual, y proteger a los niños y a los que trabajan con ellos.

Las iglesias que trabajan con niños no están insuladas de aquellos que abusan: por lo tanto, esta congregación cree que es de vital importancia el tomar pasos decididos para asegurar que la iglesia y sus programas sean seguros, proveyendo una experiencia gozosa para los niños y para los jóvenes. Los siguientes reglamentos se han establecido, y reflejan nuestro compromiso de proveer cuidado protector de los niños cuando ellos asisten a cualquier actividad auspiciada por la iglesia.

- Se requiere que los voluntarios que trabajan con los niños y con los jóvenes hayan sido miembros activos de esta congregación durante un mínimo de seis meses, y tienen que ser aprobados por el personal competente [que tenga ingerencia] de esta iglesia antes de comenzar a trabajar directamente con los niños, a menos que haya documentación previa pertinente y confiable.
- Todos los voluntarios y los empleados de la DIA que regularmente trabajen con niños tienen que completar un formulario de solicitud (véase el sitio web del Departamento de Niños y Adolescentes de la DIA: [NAD's] <https://www.childmin.org/childrens-safety>). Se requieren referencias de voluntarios potenciales. El personal competente y apropiado debe revisar estas referencias. Se anima a las otras dependencias [de la DIA a seguir estos procedimientos de seguridad.]
- Todos los que trabajan con los niños deben observar la regla de "dos personas", lo que significa que los que trabajan con los niños deben evitar trabajar individualmente con los niños [sin que haya otra persona cerca] cada vez que sea posible.

- Los adultos sobrevivientes de abuso físico, emocional o sexual durante su niñez necesitan el amor y la aceptación de la familia eclesiástica. Los individuos con un historial tal tienen que discutir con con alguien del personal en una entrevista confidencial, su deseo de trabajar con los niños y con los jóvenes, y tiene que recibir la aprobación antes de empezar a trabajar con estos grupos.
- Los individuos que han cometido abuso físico o sexual, hayan sido convictos o no, no pueden trabajar en actividades auspiciadas por la iglesia para los niños y/o para los jóvenes.
- La iglesia proveerá oportunidades para el entrenamiento sobre prevención y reconocimiento de niños abusados. Se espera que los que trabajan con los niños asistan y participen de tales entrenamientos.
- Los trabajadores deben informar inmediatamente al pastor o a la administración cualquier comportamiento o acciones que parezcan abusivas o inapropiadas. A la información se le ha de dar seguimiento, y acciones apropiadas han de ser tomadas, con los informes correspondientes siguiendo el cumplimiento de estos procedimientos operativos de este reglamento.
- Cada voluntario que trabaja con los niños y con los jóvenes ha de recibir copia de las Guías para el voluntariado.
- Los niños no han de diambular por los predios ni por los edificios de la iglesia sin supervisión adulta apropiada. Los padres son responsables de la supervisión de sus hijos antes y después de la Escuela Sabática.
- Ningún niño debe salir para los baños sin la supervisión de un adulto o de algún hermano/a mayor.
- Un adulto responsable debe ser designado para circular por la iglesia y por los alrededores, inclusive por el estacionamiento, para proveer seguridad. Esto es de importancia crítica especialmente cuando hay actividades con un solo adulto, como la división de clases de la Escuela Sabática.
- Cualquier acción disciplinaria ha de ocurrir al alcance visual de otro adulto.
- Todas las reuniones de los niños y de los jóvenes tienen que tener la aprobación del pastor y/o de la Junta Directiva de la Iglesia, especialmente cuando son para pasar la noche fuera. Los menores tienen que tener autorización escrita de sus padres.
- Si hay un ofensor sexual asistiendo a la iglesia, se designará a un diácono o a otra persona responsable para que monitoree a la tal persona mientras está en la iglesia, en los alrededores o en actividades auspiciadas por la iglesia. Se ha de informar al ofensor de este procedimiento. Si un ofensor sexual se transfiere o visita otra iglesia, se ha de notificar al liderazgo de tal iglesia.



# EL LÍDER DE MINISTERIOS DEFAMILIA

El líder o dirigente de Ministerios de Familia diseña un ministerio a las familias que supla las necesidades de la congregación y de la comunidad. Esta sección provee apoyo a la planificación de los dirigentes de Ministerios de Familia. La planificación es crucial para ministrar a los individuos y a las familias en la congregación. Ministerios de familia es también una manera excelente de alcanzar a las familias en la comunidad. El dirigente de Ministerios de Familia es miembro de la Junta Administrativa de la Iglesia e integra las actividades de Ministerios de Familia al programa total de la iglesia.

A Continuación se hace un listado de responsabilidades y de actividades.

1. Desarrollar y dirigir un pequeño Comité de Ministerios de Familia que refleje la unicidad de la congregación. Puede incluir un padre soltero, personas jóvenes casadas, familias de edad mediana, retirados, viudos, o personas divorciadas. Las personas en este comité deben ser bien seleccionadas por ser visionarios que reflejan la gracia de Dios.
2. Sea un defensor de la familia. Ministerios de Familia no está orientado meramente al programa, sino que debe mirar todo el programa de la iglesia con sensibilidad hacia su impacto sobre las familias. En algunas instancias, el líder de Ministerios de Familia puede solicitar tiempo para la familia. En otras palabras, en una congregación puede haber tantos y tantos programas que a las personas casi no les quede tiempo para vivir sus vidas como familias.
3. Haga una encuesta para conocer las necesidades y los intereses en la congregación. La encuesta de necesidades y el perfil familiar pueden usarse para determinar las necesidades de la congregación.

---

Reprinted from Family Ministries Handbook: The complete how-to guide for local church leaders. (2003). Lincoln, NE: AdventSource. Used with permission

## I WILL GO WITH MY FAMILY | FAMILY RESILIENCE

4. Planifique programas y actividades para todo el año, que pudieran incluir presentaciones en video, retiros u oradores especiales que presenten talleres y seminarios. Los planes pueden incluir actividades sencillas que pueden sugerirse a la congregación ppr medio del boletín del programa semanal o por medio de una carta abierta a los miembros.
5. Recursos disponibles de Ministerios de Familia de las Asociaciones Locales. Estos pueden ahorrar tiempo y energía y pueden servir para mantener los costos bajos a nivel de la congregación. Cuando se planifican presentaciones especiales, el Director de Ministerios de Familia de la Asociación puede ayudar a conseguir presentadores cualificados e interesantes.
6. Comuníquese con la congregación. Ministerios de Familia no debiera ser percibido como un evento anual. Mantenga viva la importancia de buenas prácticas familiares con afiches, por medio del noticiero o el boletín de la iglesia a través de todo el año.
7. Comparta sus planes con el Director de Ministerios de Familia de la Asociación local

Re-impreso de Family Ministries Handbook [*Manual de Ministerios de Familia*]: The complete how-to guide for local church leaders [La guía completa de procedimientos para Ministerios de Familia (2003 en inglés): Lincoln, Nebraska, EE UU A: AdventSource. Usado con permiso.

# ¿QUÉ ES UNA FAMILIA?

Una de las tareas del líder de Ministerios de Familia es definir las familias a quienes sirve o ministra en sus congregaciones. Un ministerio solamente a las parejas casadas con niños, por ejemplo, ha de beneficiar solamente a un porcentaje bajo de todas las personas en la iglesia. Las familias de todas clases pueden necesitar ayuda y dirección al moverse hacia relaciones más saludables. El trabajo de bregar con las tareas cotidianas de un hogar y de manejar los conflictos no es un trabajo fácil cuando las personas comparten espacios y recursos, o cuando vienen de hogares que sostienen valores diferentes.

Las familias de hoy están compuestas de las siguientes maneras:

- Familias nucleares - están compuestas por Mamá y Papá y los hijos que nacieron de esta mamá y de este papá.
- Familias mezcladas - A veces se les llaman familias "-tro"o fundidas. Estas familias se forman cuando los padres se divorcian o enviudan, y se vuelven a casar. Algunas familias mezcladas se forman cuando un padre no casado antes se casa con alguien que ya tiene hijos. Viene a ser padrastro o madrastra de los hijos de su cónyuge.
- Familias de solteros - Algunas veces la familia está constituida por una persona y su gato viviendo solos. Puede ser que esté divorciado o viudo o que nunca se haya casado, pero el hogar es una entidad independiente y separada. Algunos solteros viven con otros solteros bajo un mismo techo.
- Familias de padres solteros - Esto puede ocurrir cuando uno de los padres se divorcia o enviuda, y no se ha vuelto a casar. A veces puede ser una madre que nunca se haya casado.
- Familias del nido vacío - Mamá y Papá cuando sus hijos ya han dejado el hogar.
- Familias re-unidas - Esto ocurre cuando un adulto regresa a vivir con sus padres. – Generalmente son arreglos temporales y por breve tiempo. Se considera que una familia es re-unida cuando un padre de edad avanzada vive con la familia de su hijo o hija/nieto o nieta.



Las familias son una parte de la familia de Dios. Muchos consideran a algunos miembros de su congregación como su familia, y pueden existir lazos más estrechos que los lazos de sangre o de matrimonio.

Más allá de las estadísticas demográficas de la familia, uno puede estimular a las personas a pensar acerca de sus relaciones importantes, incluyendo aquellas relaciones de la familia de la iglesia, al presentar las siguientes preguntas:

- Si un terremoto o una tormenta destruyera tu pueblo, ¿a quién estarías más ansioso de localizar, para asegurarte de que está bien?
- Si estuvieras mudándote a mil millas de distancia, ¿quién estaría mudándose contigo?
- ¿Con quién te mantendrías en contacto, sin importar las dificultades que esto causara?
- Si contrajeras o desarrollaras una enfermedad terminal, ¿con quién podrías contar para que te ayudara y te cuidara?
- ¿Quién será tu familia desde ahora y hasta que fallezcas?
- ¿De quién tomarías dinero prestado sin sentirte que tienes que pagarlo de inmediato?

Re-impreso de Family Ministries Handbook [*Manual de Ministerios de Familia*]: The complete how-to guide for local church leaders [La guía completa de procedimientos para Ministerios de Familia (2003 en inglés): Lincoln, Nebraska, EE UU A: AdventSource. Usado con permiso.



# GUÍAS PARA LA PLANIFICACIÓN Y PARA LA FORMACIÓN DEL COMITÉ

Los líderes de Ministerios de Familia que llegan nuevos a esa posición o que nunca han ejercido el liderazgo, bien pueden estar preguntándose: ¿dónde comienzo? Esta sección es para ayudar al nuevo dirigente a comenzar. Frecuentemente ayuda el seleccionar un pequeño comité con quien uno pueda trabajar bien - personas bien orientadas en la Gracia de Dios y que no andan amolando sus hachas para cortar cabezas. Más que ninguno otro, el comité de Ministerios de Familia debe procurar seguir el modelo de una familia modelo. A continuación va a encontrar algunas maneras y sugerencias para lograr este fin. Pero mientras que estas ideas no son la única manera de trabajar, pueden ayudar a que un grupo trabaje junto sin muchas fricciones. Estas sugerencias también pudieran servir para otras dependencias.

- Seleccione un reducido número de personas con preocupaciones semejantes por las familias. Los miembros seleccionados debieran representar las diversas familias representadas en la iglesia. Este comité podría tener un padre soltero, una pareja de casados, una persona divorciada, una persona retirada y/o una persona viuda. También debe representar los géneros y el perfil étnico de la congregación.
- El comité no debe ser demasiado grande - entre cinco y siete personas es lo ideal. Los individuos pueden representar más de una categoría - de familias, de etnicidad, de género.
- Especialmente para la primera reunión, reúnanse en un ambiente informal - en el hogar de un miembro del comité, por ejemplo, o en una sala en la iglesia.

---

Reprinted from Family Ministries Handbook: The complete how-to guide for local church leaders. (2003). Lincoln, NE: AdventSource. Used with permission

Comience implorando las bendiciones de Dios.

- Provea refrigerios livianos, como agua, alguna bebida caliente o fría, frutas frescas, galletitas, o nueces. Hágalo atractivo, pero no muy complicado ni muy trabajoso o difícil.
- En la primera reunión, pase tiempo contándose mutuamente sus historias. Esto no es una sesión de terapia, de manera que deje en claro que deben compartir solo aquello que sea cómodo o no embarazoso para cada uno. Unas guías sencillas pueden ser útiles: La confidencialidad se ha de respetar. Debe verse como un obsequio entre unos y otros. Sería bueno que el líder comenzara con oraciones como: "Yo nací en ... Me criaron en un hogar (Adventista, Católico, Bautista etc.) Incluya cosas tales como dónde fue a la escuela, los nombres de sus hijos u otra información pertinente. Incluya cómo llegó a hacerse cristiano o ASD. Añada alguna anécdota de su niñez que sea chistosa o agradable. Esto le puede parecer como una pérdida de tiempo. Pero tal vez se sorprenda al escuchar la historia de alguien a quien usted creía que conocía desde hace tanto tiempo. El contar nuestras historias es una manera de conectarnos y de unirnos los unos con los otros. Puede lograr que nuestro trabajo juntos sea más efectivo y más placentero. Además puede lograr que los miembros de un comité sean más sensibles a las necesidades de unos y otros.
- En todas las reuniones siguientes, utilice parte del tiempo - digamos entre unos 10 y unos 20 minutos reconectando a los miembros del comité entre sí. Uno pudiera estar regocijándose sobre algún evento importante que le ha ocurrido. Otro pudiera estar necesitando apoyo con una necesidad peculiar. Inluimos algunas preguntas que pudieran usarse para iniciar las reuniones:
  - \* ¿Quiénes son las personas que usted considera como su familia cercana?
  - \* ¿Cómo viven ustedes su fe juntos como familia?
  - \* ¿Qué piensa usted que la iglesia puede hacer para ayudar a su familia?
  - \* ¿Qué le gusta más acerca de su familia? Then move to the agenda.

Recuerde que usted está modelando cómo es una familia.

- Repase los resultados de la encuesta de Intereses.
- Hable acerca de las metas. ¿Qué quisiera usted alcanzar? ¿Va a suplir una necesidad? ¿A quién procura usted alcanzar? ¿Cómo puede usted alcanzar sus metas?
- Ore por la bendición de Dios, planifique sabiamente para que las personas eviten la quemazón, y el ministerio pronto pueda comenzar a dar frutos

Un recurso importante para el líder de Ministerios de Familia es el Family Ministries Planbook. Una nueva edición de este libro se publica cada año, e incluye programas, bosquejos de sermones, seminarios, y mucho más, que puede ser usado como parte de su plan anual.

# UNA BUENA PRESENTACIÓN HARÁ CUATRO COSAS

1. **INFORMA** – Las personas deben aprender algo que no sabían antes de asistir a su presentación.
2. **ENTRETIENE** – Las personas no merecen aburrirse oyéndolo a usted.
3. **TOCA LAS EMOCIONES** – La información que solo informa la mente, nunca logra hacer cambios en las actitudes ni en la conducta.
4. **MUEVE A LA ACCIÓN** – Si los participantes salen de su presentación sin el deseo de HACER algo diferente, usted ha malgastado su tiempo y el de ellos.

## HOJAS SUELTAS

- Distribúyanse solo cuando sean relevantes a la presentación.
- Algunas veces es mejor no repartir hojas sueltas hasta terminar la reunión. La audiencia no debe estar pasando papeles mientras usted habla.
- Su audiencia no debe ir leyendo delante de usted sin escucharle.
- No copie simplemente la presentación de alguien para sus hojas sueltas.

## INTRODUCCIÓN

- A quién le va a introducir a usted.
- Escriba su propia introducción.
- Contacte la persona al menos dos días antes y déle la introducción.
- Pronuncie cualquier palabra que no sea usual. Verifique todos los datos, que sean correctos.
- No haga aseveraciones que no sean ciertas.

---

Reprinted from Family Ministries Handbook: The complete how-to guide for local church leaders. (2003). Lincoln, NE: AdventSource. Used with permission

---

Reprinted from Family Ministries Handbook: The complete how-to guide for local church leaders. (2003). Lincoln, NE: AdventSource. Used with permission



# LOS DIEZ MANDAMIENTOS DE LAS PRESENTACIONES

1. **Conózcase a sí mismo** – El lenguaje corporal y el tono de su voz son el 93% de su credibilidad. ¿Se interesaría usted en oírse a usted mismo?
2. **Esté preparado** – Sepa su presentación. Conozca su equipo y esté preparado por si algo se daña. Los proyectores generalmente queman los bombillos durante una presentación importante. Esté preparado con un repuesto, y sepa cambiarlo.
3. **Examine su discurso** – Use expresiones directas, no trate de impresionar. Usted está allí para comunicarles algo importante.
4. **Llegue temprano** – Sus anfitriones pueden estar esperándolo. Llegue al menos media hora antes de su presentación para asegurarse de que todo esté como usted lo necesita y quiere que esté. [Si es posible y práctico, pruebe el equipo.]
5. **Dígales qué pueden esperar** - Diga a los presentes específicamente que van ellos a aprender durante la reunión cómo van a poder usar el nuevo conocimiento que adquieran. Las metas claras mantienen a los presentes enfocados en su responsabilidad como participantes activos.
6. **Menos es mejor** – Su audiencia solo puede asimilar una cantidad limitada de información. Limite sus puntos principales. Generalmente no se pueden absorber y retener más de seis a siete puntos principales.
7. **Mantenga el contacto visual** – Utilice tarjetas de notas en vez de páginas llenas de texto para que usted pueda levantar sus ojos y mantener el contacto visual. Evite el deseo de LEER su presentación. La respuesta de su audiencia va a ser recompensa suficiente por poner su cuello en el picador.
8. **Dramatic** – Use palabras atrevidas y estadísticas no frecuentes. Su presentación debe estar llena de aseveraciones simples e impactantes. Un poco de risa nunca hace daño.
9. **Motive** – Termine su presentación con un llamado a la acción. Dígale a su audiencia exactamente que puede hacer en respuesta a su presentación.
10. **¡Respire hondo, y relájese!** – No se quede junto al podio. Si está usando un podio, yérgase detrás de él. Muévase. Use gesticulaciones para énfasis. *Recuerde que lo que usted dice es tan importante como la manera en que lo dice.*

# ENCUESTA DEL PERFIL DE LA VIDA FAMILIAR

Name \_\_\_\_\_ Date of Birth \_\_\_\_\_  
Age group:  18-30  31-40  41-50  51-60  61-70  71+ \_\_\_\_\_  
Gender:  M  F  \_\_\_\_\_  
Address \_\_\_\_\_  
Teléfono (Casa) \_\_\_\_\_ (Empleo) \_\_\_\_\_  
Bautizado ASD  Sí  No \_\_\_\_\_  
Si es Sí, ¿membresía en qué iglesia local: \_\_\_\_\_  
Si es No, ¿cuál es su trasfondo religioso/afiliación actual? \_\_\_\_\_

Estado marital:  
 Soltero, nunca casado  
 Soltero, divorciado  
 Soltero, viudo  
 Casado—Nombre de su cónyuge \_\_\_\_\_ Fecha nacimiento \_\_\_\_\_  
 Cónyuge es ASD— membresía iglesia local \_\_\_\_\_  
 Cónyuge no ASD— afiliación religiosa actual \_\_\_\_\_

Niños que viven con usted:  
Nombre \_\_\_\_\_ Fecha de nacimiento \_\_\_\_\_  
Grado en escuela \_\_\_\_\_ Escuela a la que va \_\_\_\_\_  
¿Bautizado ASD? \_\_\_\_\_ Membresía iglesia local \_\_\_\_\_

Nombre \_\_\_\_\_ Fecha de nacimiento \_\_\_\_\_  
Grado en escuela \_\_\_\_\_ Escuela a la que asiste \_\_\_\_\_  
¿Bautizado ASD? \_\_\_\_\_ Membresía iglesia local \_\_\_\_\_

Hijos que no viven con usted:

Name .....	Fecha de nacimiento .....
¿Grado en la escuela? .....	Escuela a la que asiste .....
¿Baptized SDA? .....	Membresía iglesia local .....

Otros familiares que viven con usted:

Nombre .....	Fecha de nacimiento .....
¿Bautizado ASD? .....	Membresía iglesia local .....
Relación familiar .....	

Nombre .....	Fecha de nacimiento .....
¿Bautizado ASD? .....	Membresía iglesia local .....
Relación familiar .....	

¿Qué sería lo más importante que el Comité de Ministerios de Familia pudiera hacer este año para atender las necesidades/intereses de su familia de usted.

.....

.....

Yo estoy interesado en Ministerios de Familia y estoy dispuesto a ayudar:

- Telephoneando como se necesite
- Participando en sesiones de planificación
- Proveyendo transportación
- Preparación para eventos
- Ayudar con comidas y refrescos
- Cuidado de niños
- Promoción
- Otros
- Presentando charlas/clases/seminarios/talleres u otras presentaciones

Sus áreas de intrés son:

.....

# PERFIL DE VIDA FAMILIAR

IGLESIA ..... Fecha .....

## CATEGORÍA FAMILIAR

### Miembros activos

- Con niños menores de 18
- Sin niños menores de 18

### Casado- Cónyuge es miembro

- Edades 18-30
- Edades 31-50
- Edades 51-60
- Edades 61-70
- Edades 71 +

### Soltero–Nunca casado

- Edades 18-30
- Edades 31-50
- Edades 51-60
- Edades 61-70
- Edades 71 +

### Miembros inactivos

- Con niños menores de 18
- Sin niños menores de 18

### Casado- Conyuge no es miembro

- Edades 18-30
- Edades 31-50
- Edades 51-60
- Edades 61-70
- Edades 71 +

### Soltero–Divorciado

- Edades 18-30
- Edades 31-50
- Edades 51-60
- Edades 61-70
- Edades 71 +

# ENCUESTA DE INTERESES

# MINISTERIOS DE FAMILIA

La edad de su grupo    18-30    31-40    41-50    51-60    61-70    71+  
Género:    M    F

De los tópicos siguientes, por favor, escoja los cinco (5) de su mayor interés.  
Coloque una marca de cotejo [checkmark] delante [a la izquierda] de sus selecciones.

- Preparación para el matrimonio
- Adoración y vida devocional life
- Finanzas familiares
- Comunicación
- Disciplina en el hogar  
Criando adolescentes
- Soltería en la vida adulta  
Mejorando el valor propio
- Preparación para el parto
- Resolviendo el enojo y el conflicto
- Recuperación del trauma del divorcio
- La televisión y los medios
- Solteros criando hijos
- Preparación para la jubilación/el retiro
- La sexualidad
- Asuntos de dependencia química
- Enriqueciendo su matrimonio
- Las familias mezcladas
- Recuperación de la angustia
- La muerte y el morir
- Entendiendo los temperamentos
- Bregando con la viudez
- Otros (añádalos al listado): .....

Orador sugerido/Presentador: .....  
Nombre .....  
Dirección ..... Teléfono .....  
Área(s) de especialidad .....

A qué hora y qué día de la semana es mejor para usted asistir a un programa de 1-1/2 - 2 horas de duración sobre uno de los temas seleccionados. (Por favor, marque los períodos apropiados.)

☉	Dom.	Lun.	Mar.	Mie.	Jue.	Vie.	Sáb.
Mañana	<input type="checkbox"/>						
En la tarde	<input type="checkbox"/>						
Al atardecer	<input type="checkbox"/>						

# ENCUESTA COMUNITARIA SOBRE EDUCACIÓN Y VIDA FAMILIAR

1. ¿Cuál cree usted que es el principal problema que enfrentan las familias en esta comunidad ahora?

2. ¿Consideraría usted asistir a cualquiera de estos Seminarios de Vida Familiar si se ofrecieran en este área? (Seleccione todos los que le interesen.)

- |  |   |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> Cómo manejar los conflictos                                 | <input type="checkbox"/> Recuperación del trauma del divorcio       |
| <input type="checkbox"/> Comunicación en el matrimonio                               | <input type="checkbox"/> Manejo del estrés                          |
| <input type="checkbox"/> Fin de semana de Enriquecimiento o de Encuentro Matrimonial | <input type="checkbox"/> Manejo del tiempo y prioridades de la vida |
| <input type="checkbox"/> Entendiendo a los niños                                     | <input type="checkbox"/> Venciendo la soledad                       |
| <input type="checkbox"/> La estima propia  | <input type="checkbox"/> Finanzas Familiares                        |
| <input type="checkbox"/> Destrezas para la crianza de los hijos                      | <input type="checkbox"/> Recuperándose del sufrimiento              |
| <input type="checkbox"/> Bregando con adolescentes                                   | <input type="checkbox"/> Planificando la jubilación o el retiro     |
| <input type="checkbox"/> Otro (Por favor, especifique).....                          | <input type="checkbox"/> Clase Preparatoria para el parto           |

3. ¿Qué tiempo del día y qué día de la semana es mejor para usted asistir a un programa de 1-1/2 a 2 horas sobre uno de los temas indicados arriba? (Marque el período apropiado.)

	Dom.	Lun.	Mar.	Mie.	Jue.	Vie.	Sáb.
Mañana	<input type="checkbox"/>						
En la tarde	<input type="checkbox"/>						
Al atardecer	<input type="checkbox"/>						

4. Ayudará a fortalecer esta encuesta si pudiéramos obtener esta información de parte suya:

Sexo:  M  F

Edad: (Por favor, circule el grupo apropiado de su edad.)

- 17 o menos  18-30  31-40  41-50  51-60  61-70  71+

¿Tiene usted hijos menores de 18 años de edad viviendo en su casa?  SÍ

No

¿Es usted ... ?:

- Soltero Nunca casado  Casado  
 Separado  Divorciado  
 Viudo  Vuelto a casar después del divorcio

# MUESTRA DE EVALUACIÓN

1. ¿Qué le ha inspirado más de este taller?

.....

2. ¿Qué aprendió usted que no sabía antes?

.....

3. ¿Fueron presentados de manera clara los conceptos de este taller

.....

4. ¿Qué actividad o sección le pareció de menos valor o importancia para usted?

.....

5. ¿Cómo podría ser mejorado este taller?

.....

6. En una escala del 1 al 5, siendo el uno "Generalmente insatisfecho" y siendo el 5 "Muy satisfecho", ¿cómo evaluaría usted este taller? Circule **una** alternativa.

- |                           |                         |                         |                         |                         |
|---------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|
| <input type="radio"/> 1   | <input type="radio"/> 2 | <input type="radio"/> 3 | <input type="radio"/> 4 | <input type="radio"/> 5 |
| Generalmente insatisfecho | Algo insatisfecho       | Algo satisfecho         | Generalmente satisfecho | Muy satisfecho          |

7. ¿Quién hizo esta evaluación?

El grupo de su edad:  18-30  31-40  41-50  51-60  61-70  71+

Género:  M  F

Estado marital:

- Soltero nunca casado  Married  
 Separado  Divorciado  
 Viudo

¿Cuántos años hace que usted ha estado casado, divorciado, separado, viudo?

..... years ..... months

Muchas gracias por sus comentarios honestos. ¡Estos nos ayudarán en la planificación de talleres futuros!

# APÉNDICE B

# ASEVERACIONES VOTADAS

— Estas *Aseveraciones votadas* representan la posición oficial de la Iglesia Adventista Del Séptimo Día sobre estos temas.





# AFIRMACIÓN SOBRE EL MATRIMONIO

Los asuntos relativos al matrimonio pueden verse en su luz verdadera solo al ser observados sobre el trasfondo del ideal divino para el matrimonio. El matrimonio fue establecido en el Edén y afirmado por Jeucristo como monógamo y heterosexual, una unión de por vida de compañerismo amoroso entre un hombre y una mujer. Como culminación de su proceso creativo, Dios formó la humanidad como varón y hembra a su propia imagen; y Él instituyó el matrimonio, una unión a base de un pacto de los dos géneros físicamente, emocionalmente, y espiritualmente, mencionado en las Escrituras como "una carne."

Partiendo de la diversidad de los dos géneros humanos, la unicidad de las imágenes del matrimonio [representa] de manera singular la unidad en la diversidad de la Deidad. A través de las Escrituras, la unión heterosexual en el matrimonio es elevada como símbolo del vínculo entre la Deidad y la humanidad. Es un testigo humano al amor de Dios que se ofrece a sí mismo, y del pacto con Su pueblo. La armoniosa afiliación de un hombre y una mujer en el matrimonio provee un microcosmo de unidad social que ha sido honrado por el tiempo como el ingrediente esencial de las sociedades estables. Además, la intención del Creador con la sexualidad en el matrimonio no era solo para servir un propósito unitivo, sino además, para proveer un medio para la propagación y la perpetuación de la familia humana. En el propósito divino, la procreación brota de, y está entretegida con el mismo proceso por el cual esposo y esposa pueden hallar gozo, placer y completud física. Es a un esposo y a una esposa cuyo amor les ha habilitado para conocerse a sí mismos mutuamente en un profundo vínculo sexual, que se les puede encomendar un hijo.

Este hijo es la encarnación viviente de su unicidad. La criatura crece en la atmósfera del amor y de la unidad matrimonial en la cual fue concebido o concebida y tiene los beneficios de la relación con cada uno de sus padres naturales.

©2022 Permission granted to copy for local church use.

La unión monógama del matrimonio de un hombre y una mujer es afirmada como el divino fundamento de la familia y de la vida social, y el único lugar moralmente apropiado para la expresión sexual íntima genital o relacionada. Sin embargo, el estado matrimonial no es el único plan de Dios para suplir las necesidades relacionales humanas ni para conocer la experiencia de la familia. La soltería y la amistad entre solteros también están en el diseño divino. La compañía y el apoyo de los amigos se eleva en importancia en ambos testamentos bíblicos. La camaradería de la Iglesia, la familia de Dios, está disponible para todos, sin importar su estado matrimonial. Las Escrituras, sin embargo, colocan una sólida demarcación socialmente y sexualmente entre tales relaciones amistosas y el matrimonio.

La Iglesia Adventista del Séptimo Día se adhiere sin reservas a esta perspectiva bíblica del matrimonio, creyendo que cualquier merma de esta alta perspectiva sería, hasta tal punto, disminuir o rebajar el ideal divino. A causa de que el matrimonio ha sido corrompido por el pecado, tienen que ser restauradas su pureza y su belleza a como fueron diseñadas por Dios. A través del aprecio de la obra redentora de Cristo, y de la obra del Espíritu Santo en los corazones humanos, se puede recuperar el propósito original de Dios; y la deleitosa y sana experiencia del matrimonio puede realizarse entre un hombre y una mujer que unen sus vidas en el pacto matrimonial.

# ASEVERACIÓN SOBRE EL HOGAR Y LA FAMILIA

La salud y la prosperidad de la sociedad están directamente relacionadas con el bienestar de sus partes constituyentes - es a saber: la unidad familiar. Hoy, probablemente como nunca antes, la familia se halla en grandes dificultades. Los comentaristas sociales lamentan la desintegración de la vida familiar moderna. El concepto tradicional cristiano del matrimonio de un hombre con una mujer está bajo asalto. La Iglesia Adventista del Séptimo Día, (IASD) en este tiempo de crisis familiar, anima a cada miembro de familia a fortalecer su dimensión espiritual y su relación familiar a través del amor mutuo, del honor, del respeto y de la responsabilidad.

La Creencia Fundamental Número 22 de la IASD, basada en la Biblia, afirma que la relación marital "ha de reflejar el amor, la santidad, la cercanía y la permanencia de la relación entre Cristo y Su iglesia. ... Aunque algunas relaciones familiares se queden cortas con respecto al ideal, las parejas matrimoniales que se comprometen completamente a sí mismas el uno al otro en Cristo pueden alcanzar una unidad amante a través de la dirección del Espíritu Santo y el crecimiento de la iglesia. Dios bendice a la familia, y es Su intención que sus miembros se asistan unos a otros hacia una completa madurez. Los padres han de criar a sus hijos de manera que amen y obedezcan al Señor. Por su ejemplo y por sus palabras les han de enseñar que Cristo es un disciplinador amante, siempre tierno y cuidadoso, quien quiere que ellos lleguen a ser miembros de Su cuerpo, la familia de Dios."

Elena G. White, co-fundadora de la IASD, afirma: "El trabajo de los padres subyace a todos los demás. La sociedad está compuesta de familias, y es lo que los dirigente de las familias la hagan. Porque del corazón "mana la vida" (Proverbios 4:23); y el corazón de la comunidad, de la iglesia y de la nación es el hogar. El bienestar de la sociedad, el éxito de la iglesia, la prosperidad de la nación, dependen de las influencias del hogar." (*The Ministry of Healing [El ministerio de curación]*, p. 349 [en inglés, traducido])

---

Esta aseveración pública fue dada a conocer por el Presidente de la Asociación General de la IASD, Neal C. Wilson, después de consultar con los 16 vicepresidentes mundiales de la IASD, el 27 de junio de 1985, en la sesión de la Asociación General en Nueva Orleans, Luisiana, EE UU A.



# ASEVERACIÓN SOBRE EL ABUSO SEXUAL DE LOS NIÑOS

El abuso sexual de los niños ocurre cuando una persona mayor o más fuerte que el niño usa su fuerza, su poder, su autoridad o su posición de confianza para involucrar a un niño en una conducta o actividad sexual. El incesto, una forma específica de abuso sexual de los niños, se define como cualquier actividad sexual entre un niño y un padre, un hermano, un miembro de la familia extendida o un padrastro o padre de crianza.

Los abusadores sexuales pueden ser hombres o mujeres, y pueden ser de cualquier edad, nacionalidad o trasfondo socio-económico. Con frecuencia son hombres casados que tienen hijos, que tienen empleos respetables, y pueden ser asistentes regulares a la iglesia. Es común que los ofensores nieguen fuertemente su conducta abusiva, que rehusen ver sus acciones como un problema, que racionalicen su conducta y/o que le echen la culpa a algo o a alguien más. Mientras es cierto que muchos abusadores exhiben inseguridades profundamente arraigadas y baja estima propia, estos problemas nunca pueden aceptarse como una excusa para el abuso sexual de un niño. La mayoría de las autoridades están de acuerdo en que el abuso sexual de los niños se relaciona más con el deseo de poder y de control que con el deseo sexual.

Cuando Dios creó a la familia humana, Él comenzó con el matrimonio entre un hombre y una mujer basado en el amor y en la confianza mutuos. Esta relación todavía está diseñada para proveer el fundamento de una familia estable y feliz en la cual la dignidad, el valor y la integridad de cada miembro de la familia es protegido y sostenido. Cada hijo, sea varón o hembra, ha de ser afirmado como un don, como un regalo de Dios. A los padres se les da la responsabilidad de proveer nutrición, protección y cuidado físico para el niño que Dios le ha encomendado. Los niños deben poder honrar, respetar y confiar en sus padres y en otros miembros de la familia sin riesgo de abuso.

La Biblia condena el abuso sexual de los niños en los más fuertes términos posibles. Ve cualquier intento de confundir, de emborronar o de denigrar los límites personales, generacionales o de género a través de cualquier conducta sexual abusiva como un acto de traición y de grocera violación de la persona. Condena abiertamente los abusos de poder, de autoridad y de responsabilidad porque estos calan hasta el mismo corazón de los más profundos sentimientos de la víctima acerca de sí mismos, de otros, y de Dios, y destroza sus capacidades de amar y de confiar. Jesús utilizó un lenguaje muy fuerte para condenar las acciones de cualquiera

que, por medio de acciones o palabras, cause que un niño tropiece.

La comunidad cristiana adventista no es inmune al abuso sexual de los niños. Creemos que los principios de la fe Adventista del Séptimo Día nos requieren que nos involucremos activamente en la prevención del abuso. También estamos comprometidos a asistir espiritualmente a los abusados y a los individuos abusadores y a sus familias en su proceso de sanidad, y a hacer responsables a los líderes de la iglesia, tanto a profesionales como a laicos, de mantener su conducta personal como es apropiado para personas en posiciones de liderazgo espiritual y de confianza.

Como iglesia, creemos que nuestra fe nos llama a:

1. Sostener en alto los principios de Cristo para las relaciones de familia, en los cuales el respeto propio, la dignidad y la pureza de los niños son reconocidos como derechos divinamente ordenados.
2. Proveer una atmósfera donde los niños que han sido abusados puedan sentirse seguros cuando informan del abuso sexual, y que puedan sentirse que alguien les escucha.
3. Informarnos a cabalidad acerca del abuso sexual y de su impacto sobre la comunidad de nuestra iglesia.
4. Ayudar a nuestros ministros y a nuestros líderes laicos a reconocer las señales de aviso del abuso sexual de los niños, y a saber cómo responder apropiadamente cuando se sospecha abuso, o cuando un niño informa que está siendo abusado sexualmente.
5. Establecer relaciones de referido con consejeros profesionales y con las agencias de asaltos sexuales locales, quienes pueden, con sus destrezas profesionales, asistir a las víctimas de abuso y a sus familias.
6. Crear guías y reglamentos en niveles apropiados, para asistir a los líderes de la iglesia a:
  - a. Procurar que a las personas acusadas de abusar sexualmente de los niños, sean tratados con equidad y justicia.
  - b. Hacer responsables de sus actos a los abusadores, y administrar la disciplina apropiada.
7. Apoyar la educación y el enriquecimiento de las familias y de los miembros de las familias al:
  - h. Disipar creencias religiosas y culturales que puedan servir para encubrir o para justificar el abuso sexual de los niños.
  - i. Construir un sentido de valor personal saludable en cada niño, que le ayude a respetarse a sí mismo y a los demás.
  - j. Promover relaciones semejantes a las de Jesús entre ambos géneros en la iglesia.
8. Proveer apoyo cuidadoso y un ministerio redentor basado en la fe, en la comunidad de la iglesia dirigido hacia las víctimas sobrevivientes de abuso y hacia los de conducta abusiva, mientras se les provee acceso a la red disponible de recursos profesionales en la comunidad.
9. Animar al entrenamiento de más profesionales de la familia para facilitar la curación y el proceso de recuperación de las víctimas de abuso, y de los de conducta abusiva.

(Esta aseveración está basada en los principios expresados en los siguientes pasajes de las Escrituras: Gén 1:26-28; 2:18-25; Lev 18:20; 2 Sam 13:1-22; Mat 18:6-9; 1 Cor 5:1-5; Efe 6:1-4; Col 3:18-21; 1 Tim 5:5-8.)

# ASEVERACIÓN SOBRE VIOLENCIA FAMILIAR

La violencia familiar implica un asalto de cualquier clase: sea verbal, físico, emocional, sexual, de negligencia activa o de negligencia pasiva - cometido por una o más personas en contra de otra persona dentro de una familia, ya sea que estén casados, que sean familiares, que vivan juntos o que vivan aparte o que estén divorciados. Las investigaciones actuales indican que la violencia familiar es un problema global. Ocurre entre individuos de todas las edades y de todas las nacionalidades, en todos los niveles socio-económicos, y en familias de todo tipo de trasfondo religioso y/o no religioso. Se ha encontrado que el promedio de incidencia general es semejante para los residentes urbanos, para los sub-urbanos y para las comunidades rurales.

La violencia familiar se manifiesta en una variedad de maneras. Por ejemplo, pudiera ser un ataque físico en contra del cónyuge. Pudieran ser asaltos emocionales tales como amenazas verbales, episodios de ira, o depreciación del carácter; y las exigencias irreales de perfección son también abuso. Pudiera tomar la forma de coerción física y violencia durante el proceso de la relación sexual marital, o la amenaza de violencia por medio del uso de la intimidación verbal o de una conducta no verbal. Incluye manifestaciones de conducta, tales como el incesto y el maltrato o la negligencia de niños menores por uno de los padres o por algún guardián encargado que resulte en heridas o en daños. La violencia en contra de los de edad avanzada puede verse en la negligencia o en el abuso físico, psicológico, sexual, verbal, material o médico.

La Biblia indica claramente que la marca distintiva de los creyentes cristianos es la calidad de las relaciones humanas que sostienen en la iglesia y en la familia. Es en el espíritu de Cristo el amar y el aceptar, el procurar afirmar y sostener a otros, en vez de abusar de ellos o derribarlos. No hay lugar entre los seguidores de Cristo para el control tiránico entre unos y otros, ni para el abuso de poder ni de la autoridad entre unos y los otros. Motivados por su amor por Cristo, Sus discípulos son llamados a mostrar respeto y preocupación por el bienestar de los demás, a aceptar tanto a los hombres como a las mujeres como iguales, y a reconocer que cada persona tiene el derecho de ser respetado y de mantener su dignidad. El no relacionarse con los demás de esta manera viola su dignidad como persona y devalúa a los seres humanos, creados y redimidos por Dios.

El apóstol Pablo se refiere a la iglesia como "el hogar de fe", que funciona como una

familia extendida, ofreciendo aceptación, comprensión y comodidad a todos, especialmente a aquellos que están adoloridos y minusválidos. Las Escrituras presentan la iglesia como una familia en la cual pueden ocurrir el crecimiento personal y espiritual, mientras los sentimientos de traición, de rechazo y de sufrimiento dan paso a sentimientos de perdón, de confianza y de entereza. La Biblia también habla de la responsabilidad personal del cristiano de proteger su cuerpo/templo de abominación, porque es la morada de Dios.

Tristemente, la violencia familiar ocurre en muchos hogares cristianos. Nunca puede ser excusada ni aceptada. Afecta las vidas de todos los involucrados severamente, y con frecuencia tiene efectos a largo plazo que distorcionan las percepciones de Dios, de la persona en sí mismo y también de los otros que los rodean.

Es nuestra creencia que la iglesia tiene una responsabilidad:

1. Cuidar de aquellos que están involucrados en la violencia familiar, y responder a sus necesidades:
  - b. Escuchando a- y aceptando a- aquellos que sufren por el abuso, amándolos y afirmándolos como personas de gran valor.
  - c. Subrayando las injusticias del abuso y hablando en defensa de, y para ayudar tanto a las víctimas del abuso como a los que abusaron, tanto dentro de la comunidad de fe como afuera de esta, en la sociedad en general.
  - d. Proveyendo cuidado y un ministerio de apoyo a las familias afectadas por la violencia y el abuso, procurando re-habilitar tanto a las víctimas como a los abusadores para que hallen consejería, ya sea con profesionales ASD donde haya disponibles, u otros recursos profesionales en la comunidad.
  - e. Animando el entrenamiento y la colocación de profesionales ASD licenciados, tanto para la IASD como para la comunidad circundante.
  - f. Ofreciendo un ministerio de reconciliación cuando el arrepentimiento del ofensor haga posible la contemplación del perdón y la restauración de las relaciones. El arrepentimiento siempre conlleva una aceptación completa de las responsabilidades por los males causados, la voluntad de hacer restauración de todas las maneras posibles, y cambios en la conducta para eliminar el abuso.
  - g. Enfocando la Luz del evangelio sobre la naturaleza de esposo-esposa, de padres-hijos, y de otras relaciones cercanas, y empoderando a los individuos y a las familias para crecer hacia el ideal de Dios en sus vidas juntos.
  - h. Cuidando contra el ostracismo, tanto de las víctimas como de los agresores, dentro de la familia o de la comunidad de la iglesia, mientras firmemente se sostiene a los agresores como responsables de sus acciones.
2. Fortalecer la vida familiar:
  - c. Proveyendo educación sobre la vida familiar, que es orientada por la gracia e incluye un entendimiento bíblico de la mutualidad, de la igualdad, y el respeto indispensable a las relaciones cristianas.

- d. Aumentando el entendimiento de los factores que contribuyen a la violencia familiar.
  - e. Desarrollando maneras de prevenir el abuso y la violencia y los ciclos recurrentes que con frecuencia se observan entre las familias y aún a través de las generaciones.
  - f. Rectificando las creencias culturales y religiosas que pueden utilizarse para justificar y/o para encubrir la violencia familiar. Por ejemplo, los padres son instruidos por Dios para que corrijan a sus hijos redentoramente, esto no da licencia a los padres para usar medidas disciplinarias ásperas ni punitivas.
3. Aceptar nuestra responsabilidad moral de estar alertas y listos para responder al abuso entre las familias de nuestra congregación y en nuestra comunidad; y para declarar que tal conducta abusiva es una violación de nuestros estándares como cristianos y como Adventistas del Séptimo Día. Cualquier indicador o aviso de conducta abusiva no puede ser minimizado, sino considerado seriamente. Si los miembros de la iglesia se mantienen indiferentes e irresponsivos, es como si condonaran, perpetuaran, y aún posiblemente extendieran la violencia familiar.

Si hemos de vivir como hijos de la Luz, tenemos que iluminar las tinieblas en las que ocurren el abuso y la violencia en el hogar en nuestro medio. Tenemos que cuidar el uno del otro, aún cuando pareciera más fácil mantenernos fuera, sin involucrarnos.

(Esta declaración es informada por los principios expresados en los siguientes pasajes de las Sagradas Escrituras: Éxodo 20:12; Mat 7:12; 20:25-28; Mar 9:33-45; Juan 13:34; Rom 12:10, 13; 1 Cor 6:19; Gál 3:28; Efe 5:2, 3, 21-27; 6:1-4; Col 3:12-14; 1 Tes 5:11; 1 Tim 5:5-8.)

I WILL GO WITH MY FAMILY | FAMILY RESILIENCE

# ASEVERACIÓN SOBRE LA PERSPECTIVA BÍBLICA DE LA VIDA POR NACER Y SUS IMPLICACIONES PARA EL ABORTO

Los seres humanos son creados a imagen de Dios. Parte del don que Dios nos ha dado como humanos es la procreación, la habilidad de participar en la creación conjuntamente con el Autor de la vida. Este don sagrado debe ser siempre valorado y atesorado. En el plan original de Dios, cada preñez debe ser el resultado de la expresión del amor entre un hombre y una mujer comprometidos el uno con el otro en el matrimonio. Una preñez debe ser deseada, y cada bebé debe ser amado, valorado y nutrido aún desde antes de nacer. Desafortunadamente, desde la entrada del pecado, Satanás ha hecho esfuerzos intencionales para distorcionar la imagen de Dios dañando en lo posible todos los dones de Dios -- incluyendo el don de la procreación. Como consecuencia de esto, algunas veces hay individuos que se enfrentan a difíciles dilemas y serias decisiones con respecto a la preñez.

La Iglesia Adventista del Séptimo Día (IASD) está comprometida con las enseñanzas y con los principios de las Sagradas Escrituras, que expresan los valores de Dios sobre la vida, y proveen una guía para los padres y las madres en perspectiva, para el personal médico, para las iglesias, y para todos los creyentes en asuntos de fe, de doctrina, de conducta ética, y de estilo de vida. La IASD, sin ser la conciencia de los creyentes individualmente, tiene el deber de transmitir los principios y las enseñanzas de la Palabra de Dios.

Esta declaración afirma la santidad de la vida y presenta principios bíblicos que tienen injerencia sobre el aborto. Como es utilizado en esta afirmación, el aborto es definido como cualquier acción orientada a la terminación de una preñez, y no incluye la teminación espontánea de

una preñez, también conocida como aborto natural.

## **PRINCIPIOS BÍBLICOS Y ENSEÑANZAS RELATIVAS AL ABORTO**

Ya que la práctica del aborto tiene que ser pesada a la luz de las Sagradas Escrituras, los siguientes principios bíblicos y enseñanzas proveen una guía para la comunidad de fe y para los individuos afectados por tan difíciles elecciones.

**1 Dios sostiene el valor y lo sagrada que es la vida humana.** La vida humana es del más grande valor para Dios. Habiendo creado a la humanidad a Su propia imagen (Génesis 1:27; 2:7), Dios tiene un interés personal en las personas. Dios les ama y se comunica con las personas, y ellos, a su vez, pueden amarlo y comunicarse con Él.

La vida es un don de Dios, y es Dios el Dador de la vida. En Jesús está la vida (Juan 1:4). Él tiene vida en Sí mismo (Juan 5:26). Él es la resurrección y la vida (Juan 11:25; 14:6). Él provee vida abundante (Juan 10:10). Aquellos que tienen al Hijo tienen vida (1 Juan 5:12). También Él, Jesús, es el Sustentador de la vida (Hechos 17:25-28; Colosenses 1:17; Hebreos 1:1-3). Al Espíritu Santo se le describe como el Espíritu de vida (Romanos 8:2). Dios se interesa profundamente en su creación, y especialmente en la humanidad.

Más aún, la importancia de la vida humana se hace clara por el hecho de que, después de la caída en el pecado, Dios "... dio a Su Hijo único para que todo el que crea en Él, no perezca, sino tenga vida eterna." (Juan 3:16). Mientras que Dios pudo haber abandonado y exterminado a la humanidad pecaminosa, Él optó por la vida. Como consecuencia directa de esto, los seguidores de Cristo serán resucitados de entre los muertos, y vivirán en comunión cara-a-cara con Dios (Juan 11:25-26; 1 Tesalonicenses 4:15-16; Apocalipsis 21:3). Por lo tanto, la vida humana es de valor inestimable. Esto es verdad para todas las etapas de la vida humana: la vida por nacer, los niños de varias edades, los adolescentes, los adultos, y los ancianos - independientemente de las capacidades físicas, mentales y emocionales. También es cierto de todos los humanos, sin importar el sexo, la etnicidad, el estado social, la religión, y cualquier otra cosa que pueda distinguirlos. Un entendimiento tal de la santidad de la vida le da un valor inestimable e igual a cada uno, a cada ser humano, a cada vida humana, y requiere que cada una sea tratada con sumo respeto y cuidado.

**2 Dios considera al niño por nacer como una vida humana.** La vida por nacer o prenatal es preciosa a los ojos de Dios. La Biblia describe el donocimiento que Dios tiene de las personas antes de que fueran concebidas, o de que nazcan. "Tus ojos veían mi embión, todo eso estaba escrito en tu libro, habías señalado los días de mi vida cuando aún no existía ninguno de ellos." (Salmo 139:16). En algunos casos, Dios guiaba directamente la vida prenatal. Sansón "será nazareo para Dios desde su nacimiento." (Jueces 13:5). El siervo de Dios dice "El Señor me llamó desde antes que yo naciera" (Isaías 49:1, 5). Jeremías fue escogido como profeta desde antes de su nacimiento (Jeremías 1:5), así como Pablo (Gálatas 1:15), y Juan el Bautista iba a ser "lleno del Espíritu Santo, aún desde el seno de su madre." (Lucas 1:15). Acerca de Jesús, el Ángel Gabriel le explicó a María: "Por eso el que ha de nacer será llamado Santo, el Hijo de Dios" (Lucas 1:35). En Su encarnación, Jesús mismo experimentó el período prenatal humano, y fue reconocido como el Mesías y como el Hijo de Dios muy poco después de su concepción (Lucas

1:40-45). La Biblia ya le atribuye al niño por nacer "alegría" (Lucas 1:44) y aún rivalidad (Génesis 25:21-23).

---

STATEMENT ON THE BIBLICAL VIEW OF UNBORN LIFE AND ITS IMPLICATIONS FOR ABORTION

---

Aquellos que aún están por nacer tienen un lugar firme con Dios (Job 10:8-12; 31:13-15). Las leyes bíblicas muestran un fuerte respaldo por la protección de la vida y considera el hacerle daño o hacer perder un bebé o una madre como resultado de un acto violento, como un asunto muy serio. (Éxodo 21:22-23).

**3 La voluntad de Dios con respecto a la vida humana se expresa en los Diez Mandamientos y es explicada por Jesús en el Sermón del Monte.** El Decálogo fue dado al pueblo del Pacto con Dios y al mundo para guiar sus vidas y para protegerlos. Sus mandamientos son verdades inamovibles que deben ser atesoradas, respetadas y obedecidas. El salmista alaba la Ley de Dios (e.g., Salmo 119), y Pablo la llama "santa, justa, y buena" (Romanos 7:12). El sexto Mandamiento dice: "No matarás" (Éxodo 20:13), lo que hace un llamado para la preservación de la vida humana. El principio de la preservación de la vida enmarcado en el sexto mandamiento coloca al aborto dentro de su esfera de hegemonía. Jesús reforzó el mandamiento de no matar en Mateo 5: 21-22. La vida es protegida por Dios. No se mide por las habilidades de los individuos ni por las capacidades ni por la utilidad que puedan rendir, sino por el valor que le da la Creación de Dios y por el valor que le coloca el amoroso sacrificio de Dios. La identidad y el valor de una persona, el valor de un ser humano, y el de la salvación no son ganados ni recibidos por mérito alguno, sino que son otorgados solo por la inmerecida Gracia de Dios.

**4 Dios es el Dueño de la vida; los seres humanos son Sus mayordomos** Las Sagradas Escrituras enseñan que Dios es el Dueño de todo (Salmo 50:10-12). Dios tiene un reclamo doble sobre los humanos. Son Suyos porque Él es Su Creador y por lo tanto, le pertenecen. (Salmo 139:13-16). También son Suyos porque Él es Su Redentor, y los ha comprado al mayor precio posible -- Su propia vida (1 Corintios 6:19-20). Esto significa que todos los seres humanos son mayordomos de cuanto Dios les ha encomendado, incluyendo sus propias vidas, las vidas de sus hijos, y las vidas de los que están por nacer.

La mayordomía de la vida incluye, además, el llevar responsabilidades que, de algunas maneras constituyen unas limitaciones (1 Corintios 9:19-22). Siendo que Dios es el Dador y el Dueño de la vida, los seres humanos no tienen un control total sobre sí mismos, y debieran procurar preservar la vida toda vez que sea posible. El principio de la mayordomía de la vida obliga a la comunidad de creyentes a guiar, a apoyar, a amar, a cuidar de los que se enfrentan a decisiones sobre las preñeces.

**5 La Biblia enseña el cuidado de los débiles y de los vulnerables** Dios mismo cuida de los minusválidos y de los oprimidos, y los protege. Él "no hace acepción de personas ni admite soborno; que hace justicia al huérfano y a la viuda, que ama también al extranjero y le da pan y vestido." (Deuteronomio 10:17-18, cf. Salmo 82:3-4; Santiago 1:27). Él no hace responsable al hijo por los pecados del padre. (Ezequiel 18:20). Dios espera que Sus hijos hagan lo mismo. Ellos están llamados a ayudar a las personas vulnerables, y aliviar su condición. (Salmo 41:1; 82:3-4; Hechos 20:35).

Jesús habla de los más pequeños de Sus hermanos (Mateo 25:40), por los cuales Sus seguidores son responsables, y de los pequeñitos que no debieran ser despreciados ni perdidos (Mateo 18:10-14). Los más jóvenes, es a saber, los que están aún por nacer, debieran contarse entre ellos.

**6 La gracia de Dios promueve la vida en un mundo manchado por el pecado y la muerte.** Es parte de la naturaleza de Dios el proteger, preservar y sostener la vida. Además de las providencias de Dios sobre Su creación (Salmo 103:19; Colosenses 1:17; Hebreos 1:3), la Biblia reconoce los abarcentes, devastadores y degradantes efectos del pecado sobre la creación, inclusive sobre los cuerpos humanos. En Romanos 8:20-24 Pablo describe el impacto de la caída como sometiendo la creación a la futilidad. Consecuentemente, en casos raros y extremos la concepción humana pudiera producir preñeces con perspectivas fatales y/o agudas, anomalías que amenazan la vida, y les presentan a los individuos y a las parejas dilemas excepcionales. En esos casos las decisiones pueden ser dejadas a la conciencia de los individuos involucrados y a sus familias. Estas decisiones debieran ser bien informadas y guiadas por el Espíritu Santo y la perspectiva bíblica que hemos bosquejado arriba. La gracia de Dios promueve y protege la vida. Los individuos en estas retantes situaciones pueden venir a Él en sinceridad y hallar dirección consuelo y paz en el Señor.

## IMPLICACIONES

La Iglesia Adventista del Séptimo Día considera el aborto como fuera de armonía con el plan de Dios para la vida humana. Afecta a las criaturas que están por nacer, a la madre, al padre, a la familia inmediata, a los miembros de la familia extendida, a la familia de la iglesia y a la sociedad con consecuencias de largo alcance para todos. Los creyentes procuran confiar en Dios y seguir Su voluntad para ellos, sabiendo que Él tiene sus mejores intereses en mente.

Aunque no se favorece ni se apoya el aborto, la Iglesia y sus miembros son llamados a seguir el ejemplo de Jesús, estando "llenos de gracia y verdad." (Juan 1:14), para (1) crear una atmósfera de verdadero amor, y proveer cuidado pastoral lleno de gracia, y amoroso apoyo a los que enfrentan decisiones muy difíciles con respecto al aborto; (2) procurar la ayuda de familias bien funcionales y comprometidas, y educarlas para proveer cuidado a individuos, a parejas y a familias; (3) animar a los miembros de la iglesia a abrir sus hogares a aquellos que se hallan en necesidad, incluyendo a padres solteros, a los hijos sin padres, y a los niños adoptivos o de hogares de crianza; (4) cuidar profundamente de, y apoyar de varias maneras a las mujeres en estado de preñez quienes han decidido llevar a término su preñez y criar a sus hijos por nacer; (5) proveer apoyo espiritual y emocional a aquellas que han abortado a su hijo por una o por varias razones o que fueron forzadas u obligadas a abortar, y que puede ser que estén sufriendo físicamente, emocionalmente y/o espiritualmente.

El asunto del aborto presenta retos enormes, pero da a los individuos y a la iglesia la oportunidad de ser lo que aspiran a ser, la comunión de hermanos y hermanas, la comunidad de creyentes, la familia de Dios, dando a conocer Su amor inmensurable que no falla.

Esta aseveración fue votada por el Comité Ejecutivo de la Asociación General de los Adventistas del Séptimo Día durante la Sesión del Concilio Anual, el 16 de octubre del 2019, en Silver Spring, Maryland, EE UU A.



**Este recurso también incluye presentaciones de los seminarios y hojas sueltas gratis. Para accederlos, favor de visitar el sitio web: [family.adventist.org/2022RB](http://family.adventist.org/2022RB)**