

## **LOCO: Conceptos claves de crecimiento espiritual**

Adoptado por Bob Young

Según un reporte del grupo de evaluación Gallup Poll, la primera preocupación, es decir número uno, de la gente en los EEUU es la de tener buena salud. Sin embargo, para encontrar esto, necesitamos desarrollar buena salud tanto emocional y espiritual como mental.

Cuando una persona responde a la llamada de Dios y reciba a Jesús como su Señor y Salvador, nace espiritualmente y llega a ser una nueva persona por dentro. Como Pablo lo dijo en la Biblia, "De modo que si alguno está en Cristo, nueva criatura es, las cosas viejas ya pasaron; he aquí, todas son hechas nuevas" (2 Corintios 5:17). Todavía uno es esa persona de antes, pero Dios le ha dado una nueva vida espiritual.

Para crecer y ser sano físicamente, sabemos que debemos de comer, dormir, relajarnos, y hacer ejercicio apropiadamente. Para crecer y ser sanos emocionalmente, debemos acercarnos a otros y desarrollar relaciones con ellos. Y para crecer y ser sanos espiritualmente, debemos desarrollar una relación íntima con Dios y cuidar nuestra nueva vida espiritual. ¿Cómo podemos hacer esto?

L ... O ... C ... O

### **L ... Leer**

**Jesucristo dijo, "No sólo de pan vivirá el hombre, sino de toda palabra que sale de la boca de Dios". (Mateo 4:4).**

La Biblia es la palabra de Dios. Es nuestra comida espiritual. Su verdad nos enseña acerca de Dios. Y sus principios para la vida diaria nos garantizan un gran sentido de salud física, mental y espiritual que los que el hombre moderno haya inventado.

La mejor manera de llegar a conocer la Biblia *es leerla diariamente*. Lea una versión moderna y algunos libros acerca de ella para ayudarse. Para los nuevos cristianos, les es de gran ayuda el empezar con *El Evangelio* de Mateo y Juan en el Nuevo Testamento y los Salmos y Proverbios del Antiguo Testamento.

### **O ... Orar**

La comunicación es la llave para todas las relaciones sanas y necesita de ser mutua - no sólo con la gente, pero también con Dios. Dios se comunica con nosotros a través de la naturaleza, nuestra espiritualidad, y otras personas, etc., pero principalmente a través de su palabra, la Biblia. ¿Pero como nos comunicamos con Dios?

**Yo soy la vid, vosotros los pámpanos; él que permanece en mí, y yo en él, este lleva mucho fruto.** (San Juan 15:5).

A través de la oración, uno simplemente habla con Dios como si habláramos con un buen amigo. Esto incluye la expresión del amor, agradecimiento, y todos los sentimientos, así como presentar nuestras necesidades y peticiones. Un acrónimo útil en inglés nos recuerda de las posibilidades-- Adoración, Confesión, Gratitud, Suplicación

Para mí la oración no es algo natural o fácil de hacer. Así que muchos de mis oraciones los escribo en cartas para Dios. También me ayuda el visualizar a Cristo en el cuarto o conmigo en el asiento del carro. Tales cosas me se ayudan a enfocarme.

Mientras trato de pasar tiempo de calidad con mi familia todos los días, trato de hacer lo mismo con Dios. Para hacer esto, paso un tiempo aparte cada mañana para leer y reflexionar en la Biblia y otro material de inspiración. Si yo no atiendo esta parte tan importante de mi vida, termino sintiendo que mi alma está hambrienta.

¿Funciona la oración? San Juan escribió, "Y esta es la confianza que tenemos ante él, que si pedimos alguna cosa conforme a su voluntad, él nos oye. Y si sabemos que él nos oye en cualquier cosa que pidamos, sabemos que tenemos las peticiones que le hayamos hecho" (I Juan 5:14-15).

### **C ... Confiar**

Otro beneficio de ser cristiano es la seguridad interna que encontramos al aprender a confiar en Dios en cada detalle de nuestras vidas.

Por una parte, tenemos la seguridad de saber que tenemos vida después de la muerte. La Biblia dice: "Y este es el testimonio: que Dios nos ha dado vida eterna; y esta vida está en su Hijo. El que tiene al Hijo tiene la vida... Estas cosas os he escrito a vosotros que creéis en el nombre del Hijo de dios, para que sepáis que tenéis vida eterna" (I Juan 5:11-13).

También tenemos la seguridad de saber que nada nos pasa en esta vida sin el conocimiento y cuidado de Dios. Jesús nos recordó que aún los cabellos de nuestra cabeza están contados (San Mateo 10:30). Además, si ponemos nuestra confianza en Dios, él nos ha prometido que suplirá todas nuestras necesidades (Filipenses 4:19). Y San Pedro nos anima a "echar todas nuestras necesidades sobre él, porque el tiene cuidado de nosotros" (I Pedro 5:7).

Me gusta confiar mi vida a Dios todos los días. Estoy convencido que él puede hacer un mejor trabajo con mi vida del que yo puedo.

### **O ... Obedecer**

Hay por lo menos dos maneras en las que nuestro amor por Dios crece. Una es a través de nuestro amor por otros; la otra es a través de nuestra obediencia a Dios. San Juan escribió, "Si nos amamos unos a otros, Dios permanece en nosotros y su amor se ha perfeccionado en nosotros." También, "Pero el que guarda su palabra, en éste verdaderamente el amor de Dios se ha perfeccionado (I Juan 4:12 y 2:5).

Brevemente aquí hay algunos **B-A-S-I-C-O-S** de la obediencia a Dios.

*Sea lleno del espíritu de Dios.* Jesús llama al Espíritu Santo el Consolador, lo que literalmente significa, "uno al que se le ha llamado a ayudar." Nuestro mandamiento es 'ser llenos del Espíritu Santo (Efesios 5:18). Mientras nos abramos diariamente a Dios, él nos llenará con su espíritu - el que nos da el poder para servir a Dios. Nuestras vidas en el espíritu comienzan con nuestro bautismo y la recepción de la promesa de Dios (Hechos 2:37-39).

*Permanecer en Cristo,* Jesús dijo, " Yo soy la vid y usted los pámpanos; el que permanece en mi, y yo en él, este lleva muchos fruto" (Juan 15:5). En otras palabras, si nuestras vidas han de dar fruto, debemos permanecer en Cristo. Hacemos esto al pasar tiempo con él en su Palabra, en oración, y al vivir para El en nuestra vida diaria.

*Servir al Señor.* El cristiano feliz es el cristiano que sirve a otros. Para vivir una vida contenta debemos ayudar a otros. Santiago, el discípulo escribió, "La religión pura e incontaminada

delante de nuestro Dios y Padre es esta: Visitar a los huérfanos y a las viudas en sus tribulaciones, y guardarse sin mancha del mundo" (Santiago 1:27).

*La importancia de poner a Dios primero.* Dios nos ha dado todo lo que tenemos, incluyendo el poder para hacer riquezas (Deuteronomio 8:18). En los tiempos antiguos Dios requería el diezmo de sus seguidores; eso es, el dar una décima parte de sus entradas para ayudar a hacer el trabajo de Dios. Cuando ellos hacían esto fervientemente, Dios les prometió bendecirlos de gran manera (Malaquías 3:10). Es una inversión inteligente y una responsabilidad para los cristianos el hacer algo similar. Debemos dar la ofrenda o dar proporcionadamente no sólo de nuestro ingreso, pero también de nuestro tiempo y talentos para hacer el trabajo de Dios hoy.

*Una vida limpia y la confesión* también son esenciales para una salud física, mental y espiritual. Nuestras metas debe ser el no pecar, pero cuando lo hacemos, debemos confesar nuestros pecados y poner las cosas bien. "Si confesamos nuestros pecados" escribió San Juan, "él es fiel y justo para perdonarnos nuestros pecados y limpiarnos de toda iniquidad." (I Juan 1:9). Acepta el perdón de Dios por fe y perdónate a ti mismo.

*El domingo es el día del Señor.* La palabra de Dios dice, "No dejando de congregarnos " (Hebreos 10:25). Asiste a una iglesia donde cree y enseña la Palabra de Dios y donde la gente se respeta uno al otro es muy importante para venerar a Dios, para fortalecer nuestra fe cristiana, para aprender más acerca de la Palabra de Dios, y convivir con otros cristianos. Jesús fue a la 'iglesia' cada semana. Debemos hacer lo mismo.