

# LA ESPOSA DEL PASTOR Y LAS DISCIPLINAS ESPIRITUALES

Fe, pase lo que pase y la ciencia de la ORACIÓN.

---



El desarrollo espiritual enriquece todo, también la calidad de la vida material. Algunos dones de Dios: Perdón, Paz y Amor son inalcanzables en términos humanos. *La fe es llave del éxito* que abre los almacenes del cielo. Tenemos 2 brazos espirituales y una mano en cada uno. Uno brazo es la fe y el otro es la adoración. Son llaves únicas, irrepetibles que dejan huellas registradas en el cielo.

Por fe en Cristo se puede suplir toda deficiencia de Carácter, purificar toda impureza, corregir toda falta y desarrollar toda buena cualidad. Podemos concluir que **ORACIÓN + FE= EXITO** .

La fe = Creer en las promesas de Dios 100%. Es el resultado de leer la Biblia y de escuchar la voz de Dios hablándonos. Cuando crece esta fe, la ejercitamos como un músculo. No es sentir. Es creer y actuar en base a las promesas que encontramos en la palabra de Dios.

Nos cuesta creer totalmente. Como el hijo pródigo, decimos “Ya no soy digna”. Pero si confesaste, Dios te perdona y puedes decir “Soy de Cristo, nueva criatura” (Mar. 9:23).

Si has vivido algo muy difícil, puedes con humildad, considérate una joya. Dios pule.

Tenemos mucho que aprender. Dios quiere que nos caigamos bien a nosotras mismas. Quiere que tengas paz y que pienses bien de ti misma. De no ser así, no podrás amar a tu prójimo. (Rom. 8:28).

“Fíjate en las rosas”, sobre todo si eres depresiva. Revisa tu dieta si eres depresiva. Cierra la boca y recuerda que si hablas con desánimo de lo que pides para ti, a nadie le puede interesar más que a ti. Los pensamientos nobles son rosas y las espinas también existen. Cuando tus palabras son quejas, alejas la luz de tu corazón. Paralizas al Espíritu Santo en tu vida. El cristiano sombrío es aplaudido por el enemigo.

Puedes confiar que si te toca sufrir, lo puedes soportar con gozo. La fe también se desarrolla en medio del dolor. ¿Por qué? Porque te corta las alas y estás quieta a la fuerza, dejas de predicar, de dar seminarios, de ser figura pública y te tienes que quedar quieta. Quieres y tratas de sacudirte pero no puedes. Ahora tienes que ejercer lo que has predicado. Comienzas a conocer a Dios más de cerca; se presenta Dios íntimamente y la fe viene por añadidura. Agradece si te da lo que anhelas y agradece si no te da.

I Tes. 5:18; Santiago 1:2

Heb. 12:10-11. Será solo para tu bien la experiencia total.

La meta es el AMOR. I Tim. 1:5

Madurez = Amor. I Juan 4:11-12

## ORACIÓN

La oración tiene algunos pasos:

1. *Pedir según la voluntad de Dios*
2. *Usar todo lo que nos da Dios en contestación, según Su voluntad* y nunca olvides que lo tienes todo de préstamo.
3. *Tener metas claras. Creer lo que pedimos.* Creer que lo recibiremos (Mar. 11:23) (Santiago 1:6).
4. *Agradecer a Dios* seguras de que ya lo tenemos.
5. *Guardar silencio.* Las palabras son semillas. Cuídalas. No conviene pedir a Dios en oración y al levantarnos de allí, en la primera conversación borrarlo todo con palabras de duda o con actos contrarios.
6. *Cuida tu tono de voz, vigila lo que piensas* porque es un diálogo interno y también cuenta.

Todo se rige por leyes. Es ley concordar en palabra-pensamiento-acción. Algunos elementos de poder son la voz suave, el rostro animado, los modales de cortesía.

La oración en privado, es la que platicas solo a Dios, en ese lugar solo, quieto, sin distracción. Si nace de la sinceridad, nos comunica con la mente del Infinito (CC p. 145,146). La oración en privado = la vida del alma. Se abre el corazón ante Él como quien abre un recipiente.

Se puede vivir en una ciudad grande y contaminada, sin intoxicarse porque la oración es igual que respirar en la atmósfera ¡CELESTIAL! Imaginación + Pensamientos pueden sobre ponerse a cualquier ambiente manchado, sucio, oscuro, negativo (CC p. 147). Pero tienes que extender tu alma (estirar hacia el cielo) para que Dios te conceda respirar aire celestial.

Exprésale a Dios con tu tono de voz. Puedes hacerlo con música y con gratitud como vehículos hacia el cielo. Nuestros himnos son terapéuticos también (Sal. 50:23, Isa. 51:3).

## SOLITUD

Solitud es un espacio donde Dios te habla sin distracción. Es el lugar más dulce cuando Dios te perdona y recibes este perdón en tu corazón por medio del Espíritu Santo. Es gracia pura que te alimenta. Él y tú. (Sal. 45:10).

¿Cuántas veces hemos llenado una hora o dos, libres con un video bueno, con ir de compras otra vez, con cualquier cantidad de actividades y prisas? No escuchamos cuando Dios dice, “Hija, dame esa hora. Cuéntame a Mí. Pídeme a Mí. Quiero estar a solas contigo. Si pudieras darme este tiempo, te bendeciré en forma especial.”

Tú eres la construcción, “el templo”. Silencio delante del Señor (Salmo 37:7). Lo que ates y desates en oración es también con palabras y pensamiento. Expresa menos emociones densas, recuerda que es tiempo de ayunar de amargura, quejas, imágenes negativas en la mente. Que no se diga de ninguna de nosotras que en privado somos una “gotera constante”. (Pro. 27:15) Se sabía y tolera en silencio algunas injusticias. Deja que Dios haga por ti.

En solitud puedes tener la más linda fiesta con Dios. Es lo que Jesús quiere contigo. El aposento es tu corazón. Míralo a tu puerta como toca, llama, porque anhela que le abras para tener una celebración y enriquecer tu vida espiritual. (Ap. 3:20)

Deja que otros brillen, ayúdalos a brillar y entra en Su presencia. Haz tu parte y pide más obreros. Ten vida íntima con Dios; secretos que nadie más sabe. Cuéntale todo. (Dudas, errores, aciertos y fracasos, alegrías y tristezas) Te puedes ahorrar un agotamiento, “*burn out*”.

El te hace descansar para restaurar tu mente y tu cuerpo. Es en el tiempo de quietud con Él donde aprendes lo inolvidable para tu trabajo ministerial. Éste requiere de tiempo a solas con Jesús, meditar en lo que Él te enseña, orar (conversar con Él), estudiar la Biblia en forma restauradora y única para ti.

Si lo haces, estarás rodeada de una atmósfera de luz y paz, que brillará entre la muchedumbre frenética de actividades. Mira belleza todo lo que puedas. Búscala en cada persona y por favor contempla a Jesús.

## **AYUNO**

Dice Jesús que hay logros importantes que no podremos alcanzar sin oración y ayuno (Mar. 9:28-29). Algunos de nuestros defectos de carácter nos atormentarán y se harán resistentes, pudiendo ceder con el poder de la oración + esta herramienta: ayuno.

El ayuno puede ser útil para descansar el sistema digestivo. En conjunto con tratamientos que manejan agua en diversas formas, produce desintoxicación del intestino y tiene efectos curativos.

Si quieres esta experiencia de poder, necesitarás ayunar con alegría y fe. Un suplicio no es lo que agrada a Dios. Puedes hacer variaciones. Juan el Bautista tenía entrenamiento desde el vientre de su madre y llevaba una vida de ayuno en su diaria alimentación. Tenía mucha vitalidad.

Puedes comenzar comiendo solo crudos durante un par de comidas de un día. O bebiendo todo el día una sopa (caldo) de vegetales pero sin sal. Puedes hacer un medio ayuno, ofreciendo a Dios con gratitud, plegaria y fe una o dos comidas, manteniéndote hidratada con agua. Cuando adquieras práctica y fortaleza, puedes aventurar al ayuno con agua o durante un tiempo más largo.

Es muy importante que el ayuno lo rompas (acabes el ayuno) con alimentos saludables y no dulces. Así el beneficio será para tu organismo. Por ejemplo, es mejor comer dátiles que chocolates. Algunos sufren de dolores de cabeza por romper el ayuno mal.

Algunos se enredan en cuestiones del ayuno y hasta de la oración y buscan fórmulas. Otros oran pero olvidan las necesidades prácticas. Cuantas veces decimos, “estoy orando por usted” y olvidamos llevar al solitario y enfermo una sopita caliente.

Ya sea que comamos o dejemos de comer, hagámoslo para honra y gloria de Dios. Una forma de ayuno es nuestra alimentación sana en el diario vivir. Se vuelve entonces una vida de ayuno el comer sano. Recuerda concordar en pensamientos, palabras y acciones. Dios no se agrada de una vida de suplicio, de sacrificios y de descuido hacia los nuestros (Isa. 58:5-10).

Hay mujeres que ayunan para lucir la cinturita, pero la cristiana tiene razones más importantes. Ayunar con peticiones claras en pensamiento-palabra-acción es una bendición potente y una llave para vencer aspectos de nosotras que no nos dejan de ninguna otra manera. ¿Estás de acuerdo? (Mar. 9:29)

Hombres y mujeres han seguido el plan de limpieza y descanso que puede henchirnos de victorias al ayunar con fe. El evangelista John Wesley ayunaba 2 días a la semana durante toda su vida ministerial. Muchas almas se entregaron a Dios y tuvo gran poder al hablar. Esther, la reina, dejó de comer por muchas horas ante su cometido. Dios acepta estas ofrendas como llaves de fe y puedes experimentar por ti misma la forma en que contesta.

Pensemos en Daniel y sus amigos, en Juan Bautista y en quienes fallaron como el pueblo de Israel y Sansón. Los hombres y mujeres que vencen, han cursado el camino del dominio propio con el propósito de obediencia. Haz tu propia lista y remarca lo que te enseña cada uno. (Moisés, Pablo, etc.)

El carácter y la disciplina se dan cuando nuestra voz se eleva con el estómago ligero. Hay ocasiones que esta claridad es urgente y nos puede salvar de cometer errores que traerán consecuencias dolorosas.

Recordemos que no a todos conviene lo mismo. Algunas no pueden ayunar por razones de salud. Podemos ofrecer a Dios nuestro ayuno en otras formas. Eso sí, todas podemos comer mejor y con más consciencia.

Una amiga, excelente flautista toca todos los días de su vida. Su tono y calidad es maravilloso. Pero hay ocasiones que ayuna de su flauta como un acto de fe. ¿Solo tú sabes que te haría bien descansar? ¿Lees demasiado? ¿Comes demás? ¿Estas tan ocupada que se te olvidas reír, ir al baño, abrazar más a los tuyos, caminar bajo la lluvia o en el parque descalza?

¿Qué tal si ayunas de palabras (Mar. 13:33). Imagínate un día a la semana de silencio con los ojos abiertos, mirando, velando y orando. Exprésate ese día con muchas sonrisas, muchos afectos, cariños y caricias a los tuyos.

Pasamos mucho tiempo en los sentidos. El ayuno material nos ayuda a desembriagarnos. No bebemos alcohol de una botella pero si ingerimos mezclas alimenticias que nos embriagan. ¿No será que nos cuesta vencer en esto porque nuestra hambre es espiritual? No podemos llenar el vacío de nuestra alma con antojos y sabores. El Espíritu Santo quiere llenarte. (Ef. 5:18)

Hay respuestas de Dios que se dan cuando tienes propósito claro y ayunas con fe, dedicada a la oración. El carácter y la disciplina se desarrollan cuando nuestra voz se eleva con el estómago ligero. Por el tiempo acordado, somos liberadas de la atadura que representa el apetito y éste lo dedicamos a la oración.

## **Estudio de La Biblia**

ORACIÓN-ESPÍRITU SANTO-ESTUDIO de La BIBLIA.

1. Orar pidiendo que Dios nos vacíe solo para ser llenadas del Espíritu Santo, antes de abrir La Palabra de Dios. (La Venida del Consolador p. 148) Ef. 5:18 No se notará en gran emotividad. Pero sí en la presencia de Jesús dentro de uno. No estaremos recibiendo meramente ideas, sensaciones, bendiciones, influencia. Estaremos recibiendo a un persona: Es así como Jesús puede por medio de su Santo Espíritu vivir dentro de cada una que así le pide en oración. (La Venida del Consolador de LeRoy Froom pp. 152-153)
2. El Árbol de la Vida con sus hojas esta a nuestro alcance cuando comemos la Palabra de Dios. Desde aquí, planeta tierra se está alimentando nuestra persona espiritual.

3. Ese carácter con el que despertaremos en la venida de Jesús se retomará, donde quedó, en el nivel que alcanzamos al comer PALABRAS DE VIDA, para en nuevo ser en lugar de estar atendiendo las cosas de este mundo que nutren al “viejo hombre” (la carne). No hay tiempo que perder. Como quien re-enciende una computadora, en aquel día saldrá a la luz la forma en que usamos el tiempo. Brillaremos como “estrellas en la bóveda celeste”, como Daniel, Esther y tantos. (Dan. 12:3)
4. Haz estanques. (Espacios vacíos para recibir) Tiempo. Usa tu soledad plenamente para comer el evangelio en las páginas de vida. La Biblia habla de Dios. Tiene hoy el mismo poder que cuando se escuchó su voz decir: “Sea la luz” y ¡FUE LA LUZ! (La Venida del Consolador de L. Froom p. 256).
5. Una práctica muy benéfica es el de leer y releer 3 o mas veces seguidas, el mismo libro de la Biblia según necesites. Por ejemplo, Proverbios para aprender sabiduría y el vivir mejor, puede ser leído un capítulo diario con la fecha del día, los meses que quieras que te enriquezca.

Lee la Biblia despacio. La tecnología es interesante y que te lea un locutor puede ser cómodo. Pero hay algo precioso en tocar las hojas con tus manos, leer con tus ojos que conectan con tu alma y escuchar la voz misma de Dios hablándote mientras saboreas al paso del latido personal y único de tu corazón. ¿Quieres aprender de milagros y de la fe? ¿Quieres un encuentro con Jesús poderoso y milagroso? Pudieras leer y releer una y otra vez el libro de Marcos, Hebreos 11, Hechos de los Apóstoles. Cada lectura traerá nuevos regalos de Dios en forma interminable por las edades inagotable.

6. Nada fortalece tu inteligencia como la Biblia. Desarrolla carácter, grandeza, nobleza, firmeza (CC p. 132,133).
7. Por la eternidad, no se agotarán lo que en ella hay (Leer el capítulo 10 del CC).

Preciosas damas al servicio de Dios. Mucho se pudiera decir de cada punto. Me he enamorado más de Jesús, soy una apasionada de la Biblia y estoy endeudada con mi escritora favorita, doña Ellen White. En los últimos 2 meses El Espíritu Santo me ha despertado muy temprano cada día para preparar a esta muchas veces rota vasija de barro, como en un “*crash course*” con la meta de traer alguna bendición a cada una. He llegado hasta dónde en estas sencillas palabras Dios me permite reflexionar como preámbulo de un libro que deseo escribir. Es como ver por un cerrojo lo que Dios abrirá y nos permitirá recibir al trabajar juntas en esta bendecida ocasión.

Con mucho amor a Él y para compartir con ustedes con respeto y afecto: Linda Jiménez Salazar ¿Quién soy? Barro que respira aún, por Su gracia. Muy inquieta artista y Psicóloga. Te pido una cosa...recuérdame en tus oraciones.

Agradezco a la División Interamericana por el privilegio de servirles.