



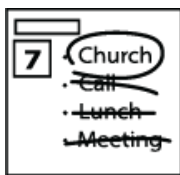
THE
MENTORING
PROJECT

CÓMO DECIR QUE NO: EVITA COMPROMETERTE DE MÁS DICIENDO QUE SÍ A DIOS PRIMERO



AUTOR: DR. RICHARD PERHAI
EDITOR: DR. LARRY OATS

**CÓMO DECIR
QUE NO: EVITA
COMPROMETERTE
DE MÁS DICIENDO
QUE SÍ A DIOS
PRIMERO**



**AUTOR: DR. RICHARD PERHAI
EDITOR: DR. LARRY OATS**

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	4
PARTE 1: LA TEOLOGÍA DE LAS LIMITACIONES HUMANAS	7
PARTE 2: LOS ÍDOLOS DEL CALENDARIO	12
PARTE 3: EL ARTE DEL «SANTO NO»	16
PARTE 4: UN ALMA SUSTENTABLE	19
CONCLUSIÓN: LA LIBERTAD DE SER HIJO, NO ESCLAVO	23
EL OCÉANO DE LOS «DEBERES» Y EL VALOR DE DESCANSAR.....	26
ORACIÓN	27

INTRODUCCIÓN

Quiero que conozcas a Sarah. Si entraras a su iglesia un domingo por la mañana, la verías por todos lados. Ella es quien ajusta los soportes de los micrófonos del equipo de adoración al amanecer y la que se quedó hasta medianoche haciendo repostería para la colecta juvenil. Dirige un grupo pequeño, ayuda con los niños y compagina todo esto con un trabajo a tiempo completo. Todo el mundo la califica de pilar de la iglesia. Su pastor la considera un dechado de lo que es un discípulo comprometido. Sin embargo, si observaras a Sarah sola en su coche un martes por la tarde, verías a una mujer con las manos temblorosas al volante. Está exhausta. Tiene la Biblia en la mesita de noche, pero en los últimos meses no la ha abierto más que para planificar las clases. Habla constantemente de Dios y trabaja constantemente para Dios, pero, cuando se trata de dedicarle tiempo, no recuerda cuándo fue la última vez que mantuvo una conversación tranquila y auténtica con Él. Está tan ocupada con su obra que ha perdido todo sentido de su presencia.

Sarah es el rostro del «santo ajetreo», un agotamiento espiritual callado y honroso que está socavando nuestras iglesias desde dentro. Hemos creado una cultura en la que medimos la salud espiritual por el número de actividades a las que nos inscribimos en un ministerio. Consideramos el reino una corporación donde los más trabajadores son también los más bendecidos, y el resultado es una generación de cristianos que funcionan al límite porque están demasiado cansados para creer en un Dios que no pueden ver más allá de sus listas de tareas pendientes.

La paradoja del cristiano ocupado

Hay una extraña paradoja en la esencia del ministerio moderno. Creemos que, al hacer más por Dios, nos acercamos más a Él y que, si nos esforzamos un poco más, servimos un poco más y sacrificamos algo más de sueño, acabaremos alcanzando un nivel más profundo de espiritualidad, pero la realidad suele ser justo la contraria.

La paradoja del cristiano ocupado es la siguiente: cuanto más llenamos nuestra vida de actividades religiosas, menos espacio

GUÍA DE CAMPO

nos queda para la verdadera Persona de Jesús. Convertimos al Creador del universo en un Jefe exigente que nunca está del todo satisfecho con nuestro resultado y siempre está mirando el reloj. Empezamos a pensar que priorizar a Dios es un lujo que no podemos permitirnos o, peor aún, una tarea más entre vender pasteles y ensayar con el coro. Con el tiempo, la actividad en sí se vuelve un ídolo. Nos gusta ser aquellos en quienes confía la gente y sentirnos indispensables. No obstante, bajo esa sensación de importancia hay un vacío profundo que va creciendo. Hemos sustituido el servicio por el acatamiento y olvidado que, apartados de Dios, no podemos hacer absolutamente nada.

Cómo reconocer las señales de alerta

El agotamiento no se produce de golpe, sino paulatinamente. Comienza con un leve resentimiento cuando otro voluntario no se presenta y, los domingos por la mañana, pasa a ser una sensación de temor que, a la larga, se convierte en un cinismo frío e intenso que impregna todo lo que haces. Empiezas a ver como interrupciones o cargas a aquellas personas a las que se supone que sirves. Estas son algunas señales de alerta que solemos ignorar porque creemos que somos espirituales si seguimos adelante pese al dolor, pero hay otras.

Es posible que estés constantemente irritable con tu familia tras una actividad en la iglesia, que te sorprendas mirando el reloj durante el sermón o que sientas un enorme alivio cuando se cancela una reunión del ministerio. No son señales de falta de carácter, sino de un alma con muy poca energía. El agotamiento espiritual tiene la singularidad de sentirse como una traición. Si estás haciendo justo aquello que te ordenaron y dando la vida por el evangelio, ¿por qué sientes que la obra del evangelio te está matando? El motivo es que has pasado de una vida de gracia a una basada en el desempeño espiritual.

El objetivo de esta guía no es que abandones todo ministerio y te mudes a una cabaña en el bosque. No queremos una huida total, sino una nueva postura: cambiar una vida de sacrificio forzado — en la que das a causa de la culpa, la presión y la necesidad de aprobación— por una de equilibrio y orden de prioridades.

Vamos a analizar la teología bíblica del descanso y por qué el día de reposo no fue una sugerencia, sino un mandamiento para nuestra supervivencia. Vamos a hablar del ídolo de la

indispensabilidad, de cómo no comprometernos de más en el ministerio, y de por qué no pasará nada en la iglesia si en esta ocasión no horneas tú los dulces de limón. Por último, vamos a profundizar en la increíble maravilla que es descubrir tu identidad como hijo de Dios primero, y luego, como siervo suyo.

Si te sientes como Sarah, con el corazón acelerado y el alma desierta, quiero que respires hondo. Tu Padre celestial no te pide ajeteo hoy: te pide tu corazón. Este camino consiste en aprender a servir desde la abundancia, no desde la carencia. Se trata de hallar paz más allá de la lista de tareas pendientes. Empecemos por ahí.

1

LA TEOLOGÍA DE LAS LIMITACIONES HUMANAS

A menudo vivimos como si al relato de la creación en el Génesis le faltara un capítulo sobre el descanso en la Biblia. Leemos sobre la luz y las tinieblas, sobre la tierra y los mares y sobre el aliento de vida en el polvo, pero en algún punto de nuestra forma moderna y frenética de practicar la fe, de lidiar con el agotamiento cristiano, nos hemos convencido de que estábamos destinados a ser hechos de algo mucho más duradero que el polvo. Actuamos como si hubiéramos sido forjados en una fábrica de acero inoxidable, diseñados para producir de manera continua las 24 horas. Consideramos el cansancio un defecto y nuestras limitaciones una falta de carácter, pero si queremos redescubrir el corazón de Dios, tenemos que preguntarnos qué dice la Biblia sobre el descanso. Debemos regresar al principio y entender que la finitud no es una maldición: es un designio y uno de los mayores dones que Dios nos haya otorgado jamás.

Polvo, no acero

Génesis 2:7 señala: «Dios el Señor formó al ser humano del polvo del suelo; entonces sopló en su nariz aliento de vida». Es una imagen impactante. Antes de nada, fuimos polvo. No fuimos creados para ser autónomos ni infinitos, sino dependientes. La sustancia misma de nuestro ser es frágil, humilde, casi imperceptible: polvo. Cuando ignoramos nuestras limitaciones y la importancia del descanso en la Biblia, no estamos siendo más espirituales: estamos tratando de revertir el orden de la creación, de soplar en nuestros propios pulmones aliento de vida. ¿Pero qué tal nos va así?

Aceptar que no eres más que polvo es un acto radical de adoración, una forma silenciosa de proclamar que Dios es Dios y tú no. Él es el único que «Jamás duerme ni se adormece», como nos dice el salmista en Salmos 121:4 e insinúa Elías en el monte Carmelo en 1 Reyes 18:16-46. Solo Dios puede estar en todo lugar en todo momento. Cuando nosotros tratamos de hacer todo, de estar en todas partes y de satisfacer toda necesidad, básicamente estamos tratando de robarle un poco de gloria a Dios, actuando como si el mundo dejara de girar si tomáramos una siesta. Eso no es fidelidad, sino ateísmo sofisticado. Creemos en Dios de palabra, pero nos comportamos como si fuéramos nosotros quienes sostuviéramos el universo con nuestras manos.

Los límites, en sentido bíblico, no tienen nada que ver con la pereza. Son una cuestión de honestidad, de reconocer que mi capacidad es finita. Si digo que sí a un nuevo comité, estoy diciendo que no a mis hijos o a mi salud mental cristiana. Tenemos la idea de que la «obra de Dios» no tiene límites, pero es mentira. La obra de Dios la llevan a cabo seres humanos con cuerpos que tienen hambre, niebla mental y un alma que necesita sosiego. Si intentas vivir como acero, tarde o temprano te quebrarás. Si vives como polvo, te das cuenta de que necesitas la gracia constante y sustentadora de Aquel que te creó. Dejas de intentar ser motor y comienzas a ser vasija. Comprendes que necesitas el Agua Viva para que te llene, te refresque y te recuerde que eres amado (Rm 5:5).

La estrategia del día de reposo

Solemos considerar el cuarto mandamiento una sugerencia agradable o una reliquia de una época más legalista, pues no lo encontramos en el Nuevo Testamento. En Éxodo 20:8-11, Dios nos manda acordarnos del día de reposo y santificarlo. Señala su propio descanso tras la creación como modelo para nosotros. Sin embargo, muchos han convertido el día de reposo en una jornada «para ponerse al día» o «de tareas religiosas». Nos sentimos culpables si no somos productivos incluso el día que Dios nos ordenó parar, pero ¿cómo vamos a serlo los otros seis si nunca descansamos? ¿No dijo Jesús: «Vengan a mí todos ustedes que están cansados y agobiados; yo les daré descanso» (Mt 11:28)? Este es el lenguaje del Rey, de Yavé, cuando insta a su pueblo a estar unido a Él, y sabe que no somos más que polvo.

GUÍA DE CAMPO

El día de reposo no es un mero consejo para una mejor gestión del tiempo, sino un manual de supervivencia para el alma, un recordatorio periódico de que nuestra valía no depende de nuestro trabajo. Cuando Dios nos mandó descansar, nos estaba instando a salir del «ajetreo» y a recordar que la cosecha depende de Él, no de nosotros. Si no descansas, prácticamente le estás diciendo al Creador que eres más productivo, o más esencial, que Él; que si bien Él pudo terminar su obra en seis días, tu trabajo es tan importante que requiere siete. O quizá no te ves tan productivo como Dios y crees que por eso necesitas el séptimo día para igualarlo. ¿Es eso lo que Dios espera de ti? ¿No dijo Jesús: «Carguen con mi yugo y aprendan de mí?» (Mt 11:29a). Su yugo tiene por finalidad mantenernos cerca de Él.

Este es el bendito *shalom* del día de reposo. Solamente se precisa una fe «como una semilla de mostaza» (Mt 17:20) para detenernos, si dependemos de Aquel a quien estamos unidos. Por supuesto, hace falta valor para mirar una lista de tareas a medias y decir: «El mundo seguirá aquí mañana porque Dios se encarga de él», pero Él está ahí contigo y en ti. El descanso es una declaración de confianza, el momento en que dejamos el papel de proveedor y pasamos al de hijo. Es a ellos a quienes Jesús también dirigió su invitación: «Vengan a mí». He conocido a personas que no han tomado un verdadero día de descanso en años, y son las más ansiosas y frágiles que he visto. Creen que son pilares, pero en realidad no son más que prisioneras de la ambición. Si no incorporas el descanso frecuente a tu vida, tu alma acabará exigiéndolo de un golpe. El día de reposo es el modo que tiene Dios de protegernos del deseo de ser nuestro propio dios.

Jesús y las multitudes

En muchas ocasiones, observamos el ministerio de Jesús y vemos a un hombre que constantemente daba, pero pasamos por alto su manera de practicar el «santo no». Si alguna vez te has preguntado si Jesús ponía límites, en Marcos 1:35-38 encontramos un ejemplo perfecto. Jesús se levanta muy de madrugada, cuando todavía está oscuro, y se va a un lugar solitario, donde se pone a orar. Simón y los demás lo buscan y le dicen que todo el mundo lo busca. En esa aldea aún hay gente por curar y necesidades por satisfacer. No obstante, Jesús no vuelve y responde a sus discípulos que es hora de ir a la siguiente aldea. Además, les

enseña a retirarse a un lugar tranquilo, mostrándoles una variante sagrada de gestión cristiana del tiempo.

Hubo gente a la que Jesús dejó con necesidades sin satisfacer. Piénsalo un instante. El Salvador del mundo, Aquel con el poder de sanar a toda persona de toda aldea, se alejó de una multitud que quería continuar teniéndolo para sí. Al analizar las palabras de la Biblia sobre el rechazo, comprobamos que Jesús no sentía la necesidad, desesperada y motivada por la culpa, de satisfacer cada exigencia. Conocía su misión y sus limitaciones como hombre. Él «solía retirarse a lugares solitarios para orar» (Lc 5:16), en una demostración de cómo buscar a Dios primero. Sabía que si no mantenía la conexión con el Padre, su obra derivaría en una representación hueca.

Si Jesús no sentía la necesidad de asistir a cada «reunión» ni de resolver cada problema, ¿por qué tú sí? Hemos desarrollado un complejo de mesías que ni el propio Jesús tenía. Nos enfrentamos al desafío de superar la culpa por negarnos a una colecta o a un turno de cuidado de los niños porque pensamos que «amar» significa no poner nunca límites; o bien, sentimos que morir a uno mismo implica siempre decir que sí. Sin embargo, Jesús amaba a las personas lo bastante como para priorizar el autocuidado bíblico y ofrecerles una versión de sí mismo descansada y conectada con Dios, no una versión agotada y resentida del Salvador.

Cuando practicas el «santo no» y aprendes a negarte, estás siguiendo las huellas del Salvador y admitiendo que no puedes serlo todo para todos. Permaneces cerca de Él, unido a Él. Esta es la determinación del ministerio y lo primero para vencer el agotamiento: darte cuenta de que tu principal tarea es ser fiel al trabajo concreto que Dios te ha dado para este día, no resolver todos los problemas del listado de la iglesia. Si estás demasiado ocupado para retirarte a un «lugar solitario» con el Padre, ya estás más ocupado que Jesús. Esto debería ser un llamado de atención para todos nosotros.

El don de la pequeñez

La teología de los límites —a veces denominada «finitud»— se trata, en definitiva, de hallar paz en nuestra pequeñez. Vivimos en un mundo que nos pide que seamos grandes, hagamos ruido y estemos en todas partes. En cambio, Santiago 4:14b nos describe «como la niebla que aparece por un momento y luego se

GUÍA DE CAMPO

desvanece». Esto no pretende ser deprimente, sino constituir un alivio. Tú no tienes que ser el héroe de la historia ni quien salve a la iglesia. De hecho, ni lo eres ni puedes serlo. Jesús es el único que puede desempeñar ese papel, tanto para ellos como para ti.

Cuando aceptas tus limitaciones, encuentras la auténtica libertad y la paz. Puedes hacer tu trabajo con excelencia y servir con alegría, para después volver a casa y tener dulces sueños a pierna suelta, pues sabes que el Rey continúa en el trono. Dejas de intentar soportar el «santo ajetreo» y empiezas a vivir en el yugo «suave» que Jesús prometió en Mateo 11:30. ¡Qué bendecidos somos de tener un Señor gentil y humilde!

He visto a mucha gente como Sarah en todas las iglesias en las que he servido. Son personas maravillosas y dedicadas que están muriendo por dentro porque han olvidado que están hechas de polvo. Intentan ser de acero y la tensión las está desgastando hasta consumirlas. Si tú eres así, quiero que escuches esto: Dios no se decepciona por tu cansancio. Te diseñó para que necesitaras dormir. Con sus designios te comunica algo importante. Creó la puesta de sol a modo de señal para que pares.

Por tanto, deja de procurar ser más productivo que Aquel que hizo las estrellas. Deja de procurar satisfacer todas las necesidades como si fueras el cuarto miembro de la Trinidad. Vuelve al Génesis. Recuerda que eres polvo y que el aliento en tus pulmones es un don, no un recurso de tu propiedad. Cuando por fin aceptes la teología de las limitaciones, descubrirás que el «santo ajetreo» era una jaula. El «santo no» es la llave que te permite salir.

Esta parte del camino consiste en recuperar nuestra humanidad. Se trata de entender que somos criaturas, no el Creador, y de tener la honestidad de confesar «no puedo», para que al final podamos decir «Dios puede». En el próximo apartado ahondaremos en cómo trasladar todo esto a nuestros horarios, pero, por ahora, simplemente asume la realidad de que tienes permiso para estar cansado, parar y ser humano. Es un buen siguiente paso.

2

LOS ÍDOLOS DEL CALENDARIO

Me he pasado muchos años de ministerio mirando los calendarios de otras personas además del mío. Si quieres saber qué adora realmente alguien, no te fijas en su lista de oraciones, sino en su agenda. Nuestros horarios son reflejo de nuestras ansiedades más profundas y de nuestros ídolos más persistentes. Nos gusta pensar que estamos ocupados porque nos «llaman», pero a menudo lo estamos porque tenemos miedo.

Hemos transformado el calendario en un campo de batalla donde tratamos de demostrar nuestra valía cada vez que damos un sí. Nos decimos a nosotros mismos que estamos siendo «siervos buenos y fieles», pero en el fondo solemos servir a un señor muy diferente: el señor de las tareas. Si queremos hallar descanso, tenemos que ser sinceros sobre qué nos mantiene atados al «santo ajetreo» y desmontar los ídolos que, entre líneas, habitan en nuestras listas de tareas pendientes.

La trampa de la aprobación

Una vez hablé con una mujer que lloraba porque no sabía cómo decirle al líder de su pequeño grupo que necesitaba un descanso. Ya trabajaba sesenta horas a la semana y cuidaba de un progenitor mayor, pero le abrumaba la culpa solo de pensar en negarse a organizar unas clases semanales. Cuando le pregunté por qué creía que tenía que hacerlo ella, no me contestó que fuera por un profundo amor por la Palabra, sino: «Es que no quiero que piensen que me falta compromiso».

Esta es la trampa de la aprobación: la complacencia disfrazada de piedad. Decimos que sí a cuidar de los niños, al coro y al equipo de limpieza, no porque el Espíritu nos impulse a ello, sino porque somos adictos a la felicitación de nuestros compañeros. Nos aterroriza el gesto de alguien cuando lo decepcionamos. Hemos

GUÍA DE CAMPO

convertido la iglesia en un escenario teatral donde, si hacemos lo suficiente, esperamos que la gente por fin nos considere «espirituales».

Pablo aborda esto directamente en Gálatas 1:10: «Entonces, ¿busco ganarme la aprobación humana o la de Dios? ¿Piensan que procuro agradar a los demás? Si yo buscara agradar a otros, no sería siervo de Cristo». Cuando esto rige tu vida, en la práctica te estás sirviendo a ti mismo. No miramos lo que Dios quiere, sino cómo gestionar nuestra reputación. Queremos ser «confiables», siempre cumplidores, pero esta adicción a ser necesarios es una forma de esclavitud. Nos hace esclavos de las expectativas de los demás y, con el tiempo, también hace de nuestro servicio una fuente de profundo resentimiento. No puedes amar bien a las personas si les tienes miedo. No puedes servir a Dios con fidelidad si siempre estás pendiente de impresionar al prójimo.

El complejo de mesías

Hay cierta soberbia a la que le gusta disfrazarse con un delantal de sirviente. Yo la denomino «complejo del mesías». Es esa voz interior que susurra: «Si no lo hago yo, nadie lo hace». Observamos las vacantes de voluntarios, el programa para jóvenes con dificultades o el desorden en la cocina de la iglesia, y nos metemos en ello, no con gozo, sino con la desesperación de ser necesarios. Actuamos como si la supervivencia del reino dependiera de nuestro trabajo en particular.

Este es un ataque directo a la soberanía de Dios y una receta para el agotamiento espiritual. Afirmamos creer en nuestra mente que Dios tiene el control, pero nuestra conducta indica que, a decir verdad, nos parece un poco incompetente. Nos comportamos como si el Espíritu Santo estuviera aguardando nuestra presencia para ponerse en movimiento. Hemos olvidado que Dios no necesita nuestra afanosa labor para salvar el mundo. Él nos invita a participar, pero sin depender de nosotros. A lo mejor quiere que otro se apresure a limpiar esa cocina.

En 1 Corintios 3:6, Pablo nos recuerda el orden adecuado: «Yo sembré, Apolos regó, pero Dios ha dado el crecimiento». Fíjate en quién hace el trabajo pesado. Nosotros sembramos y regamos, lo cual es el trabajo humilde y finito, pero la vida, el crecimiento y el resultado le pertenecen por entero a Dios.

Cuando tienes complejo de mesías, intentas «dar el crecimiento» tú. Asumes el estrés de los resultados, un peso que ningún alma humana está destinada a soportar. Por eso eres adicto al trabajo de la iglesia. Crees que si te paras, el crecimiento también lo hará, pero eso es un ultraje al Maestro. La iglesia es su novia, no la tuya. Él la ama más que tú y es más que capaz de sustentarla. Cuando te enfrentas a esa soberbia que te dice que eres indispensable, ves el valor que tiene no comprometerte de más en el ministerio y, finalmente, descubres la libertad de trabajar mucho y parar después. Puedes volver a casa y dormir porque el único Salvador verdadero sigue de servicio.

El miedo a perdernos algo en el ministerio

No solemos hablar del miedo a perdernos algo en un contexto teológico, pero es uno de los factores más poderosos en el «santo ajeteo»: la ansiedad silenciosa de que si nos apartamos —si tomamos una temporada de descanso o rechazamos un puesto destacado—, perderemos nuestro «lugar» en la comunidad. Nos preocupa que la «recompensa» se la lleve otra persona o que se olviden de nosotros.

Esto es común, sobre todo, en aquellas iglesias que equiparan la actividad con el estatus. Si no «haces», no te «ven». Nos hemos inventado una escalera del éxito espiritual y tememos que si dejamos de subir, terminaremos cayendo hasta el último peldaño. Comparamos nuestra «producción» con la de las Sarah del mundo y tenemos una persistente sensación de ineptitud si no estamos igual de ocupados.

Jesús nos advirtió acerca de esta postura en Mateo 6:1: «Cúidense de no hacer sus obras de justicia delante de la gente para llamar la atención. Si actúan así, su Padre que está en el cielo no les dará ninguna recompensa». Cuando nuestro ministerio está motivado por el miedo a perder el reconocimiento o por un sentido de «pertenencia», estamos haciendo justicia horizontal, actuando para un público humano. El drama del miedo a perdernos algo en el ministerio es que nos impide acceder a aquello que realmente necesitamos: la presencia tranquila y pausada de Dios. Tenemos tanto miedo de perdernos una reunión del comité que nos perdemos el «suave murmullo» (1 Re 19:12) que solo habla en nuestros ratos libres. ¿Cómo vamos a oírlo si no nos queda ninguno? Estamos tan ocupados forjándonos un «lugar» en la

iglesia que olvidamos que nuestro auténtico lugar ya está asegurado en Cristo.

Cómo acabar con los ídolos

Estos ídolos no se desmontan de la noche a la mañana. Es una difícil decisión cotidiana la de elegir la «pequeñez» de ser una criatura, y no la «grandeza» de ser un pilar. Significa estar dispuesto a responder: «Ahora no puedo» y a aceptar el incómodo silencio posterior.

- **Revisa tu «sí»:** la próxima vez que te pidan servir, espera veinticuatro horas. Pregúntate: «¿Lo voy a hacer por amor a Dios o por miedo a lo que opine de mí la persona que me lo pide?».
- **Acepta el «hueco»:** deja que las cosas se queden sin hacer durante un tiempo y que la vacante siga abierta. Mira lo que pasa. Descubrirás que, a menudo, Dios aprovecha esos huecos para llamar a otras personas al servicio, o que simplemente provee de maneras que tú no podrías haber planeado.
- **Practica la discreción:** busca una forma de servir de la que nadie se entere. Mata el miedo a perderte algo eligiendo adrede la «recompensa» que solamente ve el Padre (Mt 6:4).

El «santo ajeteo» es un amo exigente, y su moneda es el agotamiento. En cambio, el Maestro al que servimos dice que su yugo es suave y su carga es liviana (Mt 11:30). Si tu agenda te resulta una carga aplastante, no es porque Dios la pusiera ahí, sino porque hay un ídolo sentado sobre ella.

Nuestro tiempo debe volver a ser un don que administremos, no una deuda. Tenemos que aprender a confiar en que el plan de Dios para el mundo es mucho más grande que nuestros horarios de locos. En el próximo apartado abordaremos el «orden de prioridades»: cómo construir una vida que refleje el corazón de Dios en lugar de las exigencias del listado de la iglesia. No obstante, por hoy, mira tu agenda y pregúntate: «¿A quién trato de agradar?». Una vez que puedas ponerle nombre al ídolo, por fin podrás practicar la difícil misericordia de un «no» claro.

3

EL ARTE DEL «SANTO NO»

A menudo asumimos que santidad equivale a decir que sí. Hemos construido una imagen del cristiano «perfecto», que nunca rechaza una petición, siempre tiene una sonrisa en el rostro y duerme cuatro horas porque «se sacrifica por el reino», pero la realidad es que si constantemente dices que sí a los demás, es inevitable que digas que no a tu familia, a tu salud y a tu paz. Es hora de aprender a negarte de modo que no suponga una traición, sino un acto responsable de mayordomía.

Cómo negarse a hacer voluntariado en la iglesia sin sentir culpa

La mayoría evitamos la palabra «no» porque nos aterra decepcionar o parecer perezosos. Terminamos aceptando tareas para las que no tenemos tiempo, y nos pasamos toda la semana resentidos en silencio por el trabajo y con la persona que nos lo pidió. Un «no» sincero es mucho más misericordioso que un «sí» resentido. Cuando asumes una tarea para la que no tienes fuerzas, a la iglesia no le estás ofreciendo lo mejor de ti, sino fatiga e irritabilidad.

Prueba a ser directo. Cuando estás aprendiendo a negarte, no es necesaria una disertación de tres páginas sobre por qué no te es posible ayudar. Puedes limitarte a contestar: «Gracias por preguntar, pero ahora mismo no podría hacerlo de manera excelente»; o bien: «Puedo ayudar con esto el próximo mes, pero no esta semana». Esto no es ser grosero, sino honesto. Cuando pones límites claros, ayudas a los líderes del ministerio a encontrar a la persona que realmente tiene el tiempo y el corazón dispuesto para realizar ese trabajo específico. Dejas de ser un «comodín» para ser una persona que cumple sus compromisos.

GUÍA DE CAMPO

¿Sientes que tu «sí» pierde su valor cuando accedes a todo sin dudar? ¿Es posible que un «no» en firme hoy sea un acto de amor hacia aquellos a quienes sirves?

Cómo poner límites sanos en el ministerio sin sentir culpa

Por lo general, se nos da bastante bien presupuestar nuestro dinero, pero hacerlo con nuestra energía se nos da fatal. Consideramos nuestro aguante un pozo infinito que nunca se secará. Sin embargo, la Biblia nos insta a ser buenos mayordomos de todo cuanto Dios nos ha dado, incluidos nuestros recursos físicos y emocionales. Si desperdicias tu energía en cada pequeña petición que te llegue, no te quedará nada para las cosas que sí importan.

Imagina que tu energía es una cuenta bancaria. Cada nueva tarea es un retiro. La cuestión es: ¿tienes suficientes «depósitos» de descanso y silencio para cubrir el costo? Si vives en un «descubierto» espiritual continuo, tus relaciones con Dios y tu familia comenzarán a acumular deudas en forma de amargura y distanciamiento. No puedes financiar las expectativas de otras personas arruinando tu alma.

¿Alguna vez te has detenido a calcular cuánta energía dedicas a procurar parecer «perfecto» ante la congregación? ¿Es tu nivel actual de agotamiento resultado de tus intentos por ser el héroe de una historia en la que Dios ya es el Salvador?

Signos de agotamiento en el ministerio de la iglesia y cómo recuperarse

Aquí hay una tremenda ironía: la iglesia necesita, más que nada, que estés descansado y lleno de vida, no agotado y «ocupado». Cuando has descansado bien y pasado tiempo en silencio con Dios, transmites una sensación de paz en cualquier lugar. Cuando vives como un esclavo, transmites tensión aunque estés haciendo todo lo «correcto». Tu estado de ánimo es mucho más importante que la cantidad de cosas que haces.

El mundo no necesita más cristianos estresados a punto de sufrir un colapso nervioso: necesita personas con una paz interior profunda. Cuando practicas el «santo no», preservas la luz que debe brillar para los demás. Te vuelves mejor líder, mejor cónyuge y mejor amigo porque en tu alma das cabida a la preocupación por

otras personas. Dejas de verlas como «interrupciones» y comienzas a contemplarlas como seres humanos.

¿Has notado que sueles tener tus mejores ideas y tus oraciones más sinceras cuando no andas con prisa? ¿Merece la pena que tu carga de trabajo actual te haga perder tu gozo en Dios?

Cómo dejar de comprometerse de más en la iglesia

Es preciso que rompamos el ciclo de la competencia interna. Ni trabajamos en una fábrica ni Dios lleva un registro de horas, así que no tienes que marcar tarjeta. Su amor por ti no aumentó cuando agregaste tres reuniones más a tu agenda y no disminuirá si renuncias a un comité. Normalmente, el «santo ajeteo» no es más que una vía para escapar de nuestro propio vacío.

Empieza poco a poco. Tacha hoy una cosa de la lista, no por pereza, sino porque eres humano. Date permiso para disfrutar de una noche tranquila. No consideres ese tiempo libre una «oportunidad de servicio perdida», sino un regalo del Padre, que quiere estar contigo. Eso es verdadero discipulado: saber cuándo dejar las redes y, sencillamente, seguirlo a Él a un lugar solitario.

4

UN ALMA SUSTENTABLE

Solemos considerar el descanso una recompensa que, con el tiempo, nos ganaremos cuando termine la «temporada alta». Nos decimos a nosotros mismos que, si salimos adelante pese a esta colecta, este proyecto o esta crisis familiar, por fin tendremos permiso para respirar, pero lo cierto es que la temporada alta nunca se acaba. En el mundo del ministerio y del cristianismo basado en el desempeño, siempre hay otra necesidad «urgente» y otra «oportunidad para el reino». Si no creas a propósito una rutina de descanso ya, estarás toda la vida corriendo hacia una meta cada vez más alejada. Yo he pasado por ello. No obstante, para llegar a tener un alma sustentable, hace falta algo más que unas vacaciones o un fin de semana largo: un compromiso diario y tenaz de vivir dentro del margen de maniobra que Dios te dio.

Ritmos de gracia: hábitos cristianos para una vida más pausada

Vivimos en un mundo ideado para que estemos escoreando, respondiendo y reaccionando cada segundo. ¿Por qué sobrevivimos en esa perdición? La mayoría de la gente toca el teléfono miles de veces al día y, para muchos cristianos, esa conectividad constante se ha vuelto una forma de esclavitud espiritual. A fin de tener un alma remotamente sustentable, tienes que luchar por mantener la atención. Esto comienza con unas rutinas cotidianas prácticas que te obliguen a bajar el ritmo lo bastante como para recordar quién eres. No son meras «opciones de vida»; son tácticas de supervivencia espiritual.

Uno de los hábitos más poderosos que puedes desarrollar es el «día de reposo digital». No se trata de ser antitecnología, sino proalma. Es el acto deliberado de apagar todas las notificaciones y guardar los dispositivos en un cajón durante veinticuatro horas cada semana. ¿Por qué creemos que el mundo dejará de girar si

no estamos localizables un único día? Esa ansiedad es señal de que hemos hecho de la conectividad un ídolo. Cuando desconectas, llevas a cabo una protesta literal contra el «santo ajeteo». Le estás comunicando a tu alma —y al mundo— que tu valor no depende de tu capacidad de respuesta ni de tu «presencia en línea». Te estás dando permiso para estar «apagado», algo que la iglesia moderna rara vez hace.

Otro ritmo imprescindible es el silencio matutino. La mayoría nos despertamos e inmediatamente invitamos al mundo entero a visitar nuestro cuarto mientras revisamos el correo electrónico o las noticias. Empezamos el día en modo «reactivo», respondiendo a exigencias de otras personas incluso antes de haber tenido ocasión de hablar con Dios. ¿Qué pasaría si te comprometieras a guardar diez minutos de silencio antes de tocar una pantalla? No diez minutos de «devoción» ni de «preparar una clase», sino diez minutos de quietud ante el Padre, concentrado en buscar a Dios primero. Esa es la disciplina de «desconectar» del ruido del mundo para que puedas reconectar con tu Fuente de vida. Estos pequeños hábitos cotidianos son los ladrillos de la muralla que protege tu paz.

El principio del margen: por qué dejar espacios vacíos en tu agenda es un acto de fe

Casi todos consideramos que un hueco en nuestra agenda es un vacío que debemos llenar. Si vemos que hay quince minutos de margen entre reuniones, miramos el correo electrónico o hacemos una llamada telefónica rápida. Tenemos un miedo patológico a «perder tiempo» y nos hemos convencido de que cada minuto debe ser «productivo» para el reino, pero el principio del margen establece que un espacio vacío es un acto de fe y supone reconocer que no somos nosotros quienes controlamos nuestro horario.

Al dejar margen en tu día —literalmente, 30 minutos en los que no haya nada programado—, dejas espacio para que el Espíritu Santo te interrumpa con cosas que realmente importan. ¿Alguna vez has notado que las conversaciones espirituales más significativas o los momentos de paz más profundos suelen producirse en los espacios entre tareas? Cuando programas tu horario al límite, en la práctica le estás diciendo a Dios que no tienes tiempo para nada

GUÍA DE CAMPO

inesperado que Él quiera poner en tu camino. Le has cerrado la puerta y bajado las persianas al Espíritu Santo.

El margen es la evidencia de que confías en que Dios maneje las cosas grandes mientras tú te centras en estar presente en las pequeñas. Hay que tener fe para dejar un hueco en blanco en Google Calendar. Te sientes como si estuvieras quedándote atrás o siendo perezoso, pero puedes hacerlo porque Cristo está cerca. Ese «espacio en blanco» es un santuario donde tienes la posibilidad de escuchar a un amigo que está sufriendo, de observar la belleza de una puesta de sol o, simplemente, de respirar hondo y orar. Si siempre estás «a punto de estallar» porque pasas rápido de una cosa a la siguiente, no llevas una vida de fe, sino de frenético descontrol. Un margen te devuelve la humanidad y la paz.

Cómo equilibrar fe, trabajo y familia

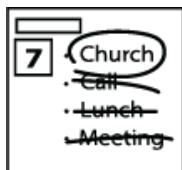
El «santo ajeteo» es un esprint, pero la vida cristiana es una maratón en la que la respiración profunda y rítmica es esencial. Es fácil iniciar un ministerio o un nuevo proyecto con una explosión de energía y «sacrificio forzado». Nos encanta la adrenalina de lo nuevo, pero es mucho más difícil mantener ese trabajo durante veinte o treinta años sin caer en un cúmulo de resentimiento. Para encontrar el equilibrio entre fe, trabajo y familia se requiere una visión a largo plazo que vaya más allá del servicio del próximo domingo.

Si ganas el mundo, pero descuidas a tus hijos o tu matrimonio, has fracasado en tu primer llamado. Esta es la verdad más dura de aceptar para los cristianos más activos. Nos gusta pensar que Dios nos «resarcirá» en casa mientras llevamos a cabo su obra fuera, pero Él no recompensa que descuidemos nuestras responsabilidades principales. Hasta el hacendoso Martín Lutero reservaba tiempo para Katharina y sus hijos. Tu familia es la primera congregación que has sido llamado a pastorear. Cuando priorizas una reunión de comité por encima de una tarde tranquila con tu cónyuge, o una colecta por encima del partido de béisbol de tu hijo, les estás transmitiendo que son secundarios a tu «desempeño».

Forjar un alma sustentable implica hacer las paces con la realidad de que no puedes con todo. También implica decidir ser un discípulo «pausado y constante», en vez de «brillante y agotado».

Para ello debes auditar tus prioridades. ¿Cuáles son los aspectos innegociables de tu semana que preservan tu vida familiar? ¿Estás dispuesto a ser «menos productivo» a ojos del personal de la iglesia para poder estar más presente a ojos de tu familia?

El objetivo no es solo empezar bien, sino terminar la carrera sin desplomarte. Quieres ser una persona que, dentro de cuarenta años, todavía ame a Jesús y tenga el respeto de quienes mejor la conozcan. Una longevidad así solamente se alcanza cuando honras las limitaciones que Dios integró en tu diseño. Pasas de una vida de desempeño frenético a una con un orden de prioridades. No se trata de hacer menos por Dios; se trata de hacer las cosas *correctas* desde la abundancia, no desde la carencia. Cuando vives dentro del margen de maniobra que Dios te dio, sobrevives al ministerio y disfrutas del Dios al que sirves. Optemos por eso.



CONCLUSIÓN: LA LIBERTAD DE SER HIJO, NO ESCLAVO

Nos pasamos la mayor parte de nuestra vida intentando demostrar que fuimos una buena inversión. Consideramos nuestra relación con Dios una evaluación continua del desempeño. Comprobamos las métricas, auditamos nuestra «repercusión en el reino» y buscamos cualquier indicio de que el Maestro está satisfecho con nuestros resultados trimestrales. Sin embargo, la ironía del «santo ajeteo» es que cuanto más trabajamos para ganarnos el favor de Dios, más nos alejamos del corazón mismo del evangelio. Hemos cambiado la herencia de un hijo por el salario de un esclavo y nos preguntamos por qué estamos tan agotados.

Conocí a un hombre, llamémoslo David, que era el «pilar» por excelencia. No solo asistía a la iglesia; prácticamente llevaba el edificio a sus espaldas. Era un ejecutivo muy activo de día y una máquina en el ministerio de noche. Era el hombre que podía organizar un congreso de tres días mientras dirigía una campaña de captación de capital y era mentor de cuatro jóvenes; todo ello sin sudar la gota gorda, o eso parecía. David vivía según la teología de «más es más». Creía que si dejaba de correr, dejaría de ser útil. Y si dejaba de ser útil, ¿por qué Dios habría de querer guardar relación alguna con él?

Su momento crítico no llegó con una visión espiritual impresionante. Se presentó en forma de una molesta y persistente neumonía que acabó por dejarlo en cama seis semanas. Por

primera vez en veinte años, David se vio obligado a quedarse quieto. No podía responder los correos electrónicos, no podía dirigir el comité y ni siquiera podía levantarse a cantar un himno. Las dos primeras semanas estuvo destrozado, convencido de que la iglesia se estaba desmoronando, sus proyectos estaban fracasando y Dios estaba mirando, decepcionado, hacia la puerta de su dormitorio. Se sentía un cristiano «fallido» porque, para ser exactos, estaba produciendo cero resultados.

Sin embargo, en la tercera semana ocurrió algo extraño. El mundo seguía girando. La iglesia no cerró sus puertas. Los proyectos los gestionaban otros o, sencillamente, estaban aguardando. En el silencio de aquel dormitorio, David se dio cuenta de que Dios no había salido de allí. De hecho, se sintió más cerca del Padre en su debilidad que en su «fortaleza». Comprendió que Dios lo amaba igual estuviera quieto o corriendo. El Padre no estaba buscando un «retorno de la inversión», sino mirando a su hijo. Esa constatación lo cambió todo. David entendió que había estado sirviendo a un Maestro en el que en realidad no confiaba y actuando como un esclavo cuando, a decir verdad, era un hijo de la casa.

Seres, no hechos, humanos

En la iglesia moderna tenemos una crisis de identidad crónica. Hemos permitido que la obsesión mundial por la productividad se cuele entre nuestros bancos. Hemos aceptado la mentira de que nuestro valor es un número variable basado en nuestro «rendimiento», pero la Biblia nos dedica un término específico: somos seres, no hechos, humanos.

Nuestro primer llamado no es *hacer* para Dios, sino *estar* con Dios. En el relato de la creación, lo primero que hizo la humanidad después de ser creada fue descansar. Adán y Eva fueron creados el sexto día, y su primer día completo en la tierra fue de reposo. Comenzaron su existencia descansando, no trabajando. No tuvieron que «ganarse» un lugar en el jardín; fueron puestos en él por la gracia. Fuimos diseñados para trabajar *a partir* del descanso, no para descansar después.

Tu valía es un don innato del Creador, no un trofeo que ganes agotándote

GUÍA DE CAMPO

Cuando te das cuenta de que eres un «ser humano», la presión del deber empieza a ceder el control. Cambias la pregunta: «¿Qué debería hacer por el reino?» por: «¿Cómo puedo morar con el Rey?». No es una excusa para la pereza: es una estrategia de sustentabilidad, pues apartados de Jesús no podemos hacer nada. Una rama no anda «ajetreada» produciendo uvas; permanece unida a la vid. El fruto es el resultado natural de esa unión. Si estás agotado, es señal de que te has desconectado de la Vid y estás intentando producir fruto con tus propias manos. Tratas de ser una máquina en lugar de un ser vivo.

EL OCÉANO DE LOS «DEBERES» Y EL VALOR DE DESCANSAR

En la actualidad, la mayoría estamos ahogados en un océano de «deberes».

«Debería hacer más por el grupo juvenil».

«Debería hacer voluntariado en el albergue municipal».

«Debería tener una vida de oración más constante».

«Debería ser el primero en decir que sí».

Estos «deberes» son las cadenas del esclavo. Están motivados por la culpa, el miedo al juicio y la necesidad de aprobación. Sin embargo, el evangelio es el «santo no» a cada una de esas cadenas: «Por lo tanto, ya no hay ninguna condenación para los que están en Cristo Jesús» (Rm 8:1). Te dice que el Maestro ya ha hecho el trabajo pesado. Lo más «espiritual» que puedes hacer hoy quizá no sea inscribirte en un nuevo ministerio, sino tomar una siesta y confiar en que Dios puede gestionar el mundo durante una hora sin ti.

Hace falta valor para descansar. Es mucho más fácil seguir corriendo y mantenerse ocupado porque el ajetreo da una sensación de control. El descanso da una sensación de vulnerabilidad. Supone admitir que somos pequeños, finitos y dependientes, pero en esa pequeñez se halla nuestra libertad. De niño no te preocupas por la hipoteca ni por la lista de la compra. Confías en que tu padre proveerá. Tú eres libre para jugar, descansar y, simplemente, *ser*.

ORACIÓN

Padre Celestial, traigo ante ti a la persona que ahora mismo está leyendo esto mientras le falta el aliento. Oro por todos aquellos que, como Sarah y David, han cubierto durante años las expectativas de la iglesia arruinando su propia paz. Señor, están cansados; cansados de rendir, cansados del «santo ajetreo» y cansados de sentir que nunca hacen lo suficiente.

Te pido que les concedas valentía radical para detenerse. Acaba con el poder de los «deberes» sobre su mente. Acalla las voces que los califican de perezosos o infieles por necesitar un día de reposo. Recuérdales ahora, en este preciso momento, que tu amor por ellos no es un salario que tengan que ganarse, sino un regalo que ya han recibido.

Ayúdalos a abrir los puños. Que, conforme se olvidan de las reuniones del comité, de las ventas de pasteles y de su condición de «pilares», perciban el alivio físico y espiritual de tu suave yugo. Dales valor para decirle un «santo no» al mundo, de modo que puedan dedicarte a ti un gozoso «sí». Restaura su margen de maniobra en la vida. Llena los espacios vacíos de su agenda con tu «voz tranquila y pequeña».

Que salgan de los barracones de esclavos y regresen a la casa del Padre. Que aprendan a trabajar desde la abundancia, no desde la carencia. Y, sobre todo, Señor, dales la paz de saber que son amados de una manera profunda, perfecta e irrevocable, no por lo que hacen, sino por quienes son. En el nombre de Aquel que concluyó el trabajo para que nosotros pudiéramos hallar descanso, amén.



THE MENTORING PROJECT

El doctor **RICHARD JOHN PERHAI** se desempeña como vicepresidente y decano de Estudios Académicos del Seminario Teológico de Kiev, donde es profesor de Biblia y Teología desde 2003. Tiene un doctorado magna cum laude en Teología Sistemática por el Seminario Bíblico Bautista, y un doctorado en Exposición Bíblica por el Seminario Teológico de Dallas. Es autor de La teoría de la Escuela de Antioquía en los escritos de Teodoro de Mopsuestia y Theodoreto de Ciro (Fortress Press, 2015).

El doctor **LARRY OATS** es un veterano profesor de Biblia y exdecano del Seminario Bautista Maranatha (2009-2019), con más de 40 años de servicio en la Universidad Bautista Maranatha, en Watertown (Wisconsin). Graduado de dicha universidad, tiene un doctorado en Teología Sistemática y se especializa en fundamentalismo e historia bautista.

