

EN EL PRÓXIMO NÚMERO

Verdad y Vida

VOLUMEN XXIX - NÚMERO 1 *Caminando en la fe* Enero-Febrero - 2025



COMUNIÓN
INTERNACIONAL
DE LA GRACIA
Viviendo y compartiendo el evangelio

Email: idadespana@yahoo.es

www.comuniondelagracia.es / www.gci.org

Lugar y hora de las reuniones en Madrid

Paseo de Extremadura 179, (MADRID)

Domingos a las 18:00 h.

Tel. 91 813 67 05 - 626 468 629

Jesucristo: Nacido para morir

¿Está la Navidad enraizada en el paganismo?

La fe no es suficiente

Verdad y Vida

Vol. XXVIII N° 5 Octubre-Diciembre - 2024 *Caminando en la fe* Donativo sugerido 2,00 €



El mono del móvil



Nehemías: un líder visionario, misionero y estratega



El nuevo ministerio de Jesús

Volumen XXVIII nº 5 Octubre-Diciembre 2024

Verdad y Vida es publicada por la Comunidad Internacional de la Gracia, Apartado Postal, 185, 28600 Navalcarnero, (Madrid). Registrada en la D.G. de Asuntos Religiosos del Ministerio de Justicia con el nº. 150/SG. Copyright © 2023 Grace Communion International. Todos los derechos reservados.



E-mail: idadespana@yahoo.es

Página Web www.comuniondelagracia.es / www.gci.org

Tel. 91 813 67 05; 626 468 629

PRESIDENTE: Greg Williams

EDITOR EJECUTIVO: Rick Challenberger

DIRECTOR-EDITOR: Pedro Rufián Mesa
COLABORADORES Y TRADUCTORES

Eladio Arnaiz, José M. Furtado, Manuela Montes, Isidro Antonio Rodríguez, Juan Antonio Sánchez, M^a. Fátima Sierra, Alex Vinicio Valencia

Salvo indicación contraria, los textos bíblicos se citan de la Santa Biblia Nueva Versión Internacional © 1999 por la Sociedad Bíblica Internacional

¿DESEA ENVIAR UN DONATIVO?

Agradecemos los donativos de los lectores que, junto a los nuestros, hacen posible que Verdad y Vida lleve conocimiento espiritual y comprensión a una sociedad cada día más secularizada. Puede ingresarlos en la Cuenta Corriente del Banco Santander IBAN nº **ES17-0075-0315-44-0600233238** o por medio de un giro postal a la dirección y nombre de la revista. Los legados son también una fuente de ingresos para este ministerio. Si desea hacer uno, por favor póngase en contacto con nosotros en la dirección o teléfonos de la revista. Muchas gracias. Los donativos a este ministerio son desgravables en el Impuesto de la Renta.

Portada:

Mono con smartphone (used with license)

3 CARTAS AL DIRECTOR

4 EDITORIAL

Viviendo el evangelio como estilo de vida

6 EDITORIAL

¿Yo, un chismoso?

8 El mono del móvil

¿Crea dependencia el móvil? ¿Qué es nomofobia? ¿Cuáles son sus síntomas más destacados? ¿Qué causa la adicción? ¿Cuáles son las consecuencias? Hay una conexión que no causa mono.

16 Nehemías: un líder visionario, misionero y estratega

19 Estar conectado

¿Cuándo repostas espiritualmente hablando?

20 El nuevo ministerio de Jesús

La Ascensión marcó el fin de un ministerio y el comienzo de otro.

23 LA PÁGINA DE TAMMY TKACH Estaré quieta

24 RINCÓN DE ESPERANZA Algo que influye bastante

22 CIENCIA Y FE

La Torá: Sin discutir - ¿Por qué la disputa sobre el Génesis? I Parte

28 Nuestro adviento personal

Una paradoja del Adviento es que, mientras esperamos la venida de Dios, estamos con él todo el tiempo.

31 RINCÓN DE LA POESÍA

“Ya no os llamaré siervos”.

Rincón de la poesía

“Ya no os llamaré siervos” (Juan 15:15)

*Ya no os llamaré siervos, “amigos” ahora os llamo,
que el siervo nunca sabe lo que hace su amo.
Lo que el Padre me dice, os lo he declarado,
y sentiros felices, “porque el Padre os ama como a mí me ha amado”.
Ya no seréis más extraños, ni esclavos maltratados,
bajo yugos y leyes que el Padre no ha dictado.
Yo invito a los sedientos y a los cargados:
“Venid amigos míos, venid los angustiados,
escuchad mis palabras, traigo alivio al cansado.
No busquéis en los dogmas, ni en los ritos pesados,
ni en las voces de hombres de poder encumbrados
que olvidaron mi cuna, fui en pesebre acostado.
No vine yo a la tierra, cual dictador tirano,
ni implanté “teofobia” mediante un “Dios airado”
que exige ofrendas continuas a seres asustados,
con amenazas de fuego y juicios despiadados.
Con estas coacciones los clerics levantaron
“emporios comerciales”, enormes catedrales y los mayores bancos.
“Ya no os llamaré siervos, ahora amigos os llamo.
Y mucho más que amigos, os llamo mis hermanos,
y aún mucho más profundo y mucho más bendito,
os llamaré por siempre “mis amados hijitos”.*

Lisardo Uriá Arribe

ro proviene sólo de una relación en el presente con el Dios que Juan dice que es amor: “El que no ama no conoce a Dios, porque Dios es amor” (1 Juan 4:8).

El Adviento es una temporada de expectativa. Pero no de la expectativa de algún acontecimiento lejano, sino más bien la expectativa de una mujer embarazada. Es la conciencia de la vida presente y el conocimiento de que algún día esa vida se mostrará. Creo que es de esto de lo que Pablo está hablando cuando escribe en **Romanos 8:22** que “toda la creación gime a una, y a una sufre dolores de parto”.




Cuando encendemos las velas y reflexionamos en las cuatro semanas de la temporada, no solo celebramos la historia de la natividad, expresamos nuestra esperanza y anhelo por el cumplimiento del plan de Dios para la humanidad. Y lo hacemos en fe por una relación presente con el que ha de venir. Como dice Louie Giglio: “El Adviento es la temporada que puede recordarnos que Dios está obrando mientras esperamos, y realmente estamos esperando con Dios”.

Muchas veces desde aquella acam-

pada de hombres, de hace mucho tiempo, he pronunciado las palabras: “Señor, quiera que vengas pronto. Esta noche vendría bien para mí”. He pedido esto en tiempos de aparente desesperanza, de agotamiento físico y mental, de dolor físico, etc. Las promesas del final del libro de Apocalipsis son muy seductoras: No más lágrimas, ni más dolor, ni más muerte. Todas las diversas interpretaciones de la profecía del fin de los tiempos no me preocupan mucho. Para mí, Jesús es más que bienvenido a regresar cuando elija.

Pero el tiempo de Adviento es un recordatorio de que Jesús ya está siempre presente en mi vida. Él es mi fuente de gozo, paz, esperanza y amor. Ya no puedo hablar de la primera y segunda venida sin alabar también a Dios por el adviento personal que he experimentado en Cristo. Esto, más que cualquier otra cosa, es por lo que daré gracias este año mientras miro a alguien de la congregación acercarse para encender una vela. Y cuando esa vela blanca, que simboliza a Cristo, esté encendida, disfrutaré de su luz, confiado en que la verdadera luz, que Juan nos dice que entró en la oscuridad del mundo hace mucho tiempo, todavía brilla intensamente en mi vida y en las vidas de los creyentes que me rodean.

Quiera que recuerdes tu adviento personal en esta próxima temporada de adviento. Y en palabras del apóstol Pablo: “Que el Dios de la esperanza os llene de toda alegría y paz a vosotros que creéis en él, para que reboéis de esperanza por el poder del Espíritu Santo” (**Romanos 15:13**). 

El autor es Director Regional del Oeste de Estados Unidos de la GCI

Cartas al director



Apreciados amigos de **Verdad y Vida**:

Soy lectora de su revista y me da alegría poder recibirla y leer los temas que tratan.

Me ha gustado mucho el artículo de los talentos y el que trata del Espíritu Santo.

Les envío un donativo para que puedan seguir dando a conocer la Palabra del Señor en estos tiempos tan complicados.

Ya me despido con un cordial saludo.

Victoria Ortega
Cuenca

Queridos amigos de **Verdad y Vida**: Con cada nuevo ejemplar que recibo me quedo más sorprendido. En muchos de los artículos se ve el don que tenéis para escribir sobre el evangelio de la gracia en Jesucristo. Pero lo que más me llama la atención es la maestría que tienen algunos escritores para exponer las escrituras partiendo de realidades actuales para explicarlas. Lo que ayuda a que la Biblia se vea como relevante y actual. Dios os bendiga con los recursos humanos y financieros necesarios, y que nunca os falte la guía de su Espíritu. Cuando tenga trabajo de nuevo os enviaré un donativo.

Tony Canigo
Gerona

Hola amigos de **Verdad y Vida**: Llevo leyendo vuestra revista más de diez años, y lo que más me gusta de ella es que nunca criticáis a otras confesiones, sino que os dedicáis a predicar el evangelio de la gracia de Dios en Jesucristo ¡Muchas gracias!

Andrea Cancio
Lugo

No dejéis de publicar, imprimir y enviar **Verdad y Vida**, incluso a los que no podemos ayudar a pagar los gastos.

Santiago Luengo
Madrid

PUEDES ESCRIBIRNOS

Si deseas más información sobre los temas tratados en esta revista, saber dónde y cuándo se reúnen nuestras congregaciones, que te visite un pastor, u otros temas, puedes escribirnos o llamarnos a la dirección más cercana a tu domicilio o visitar nuestra página en Internet.

Argentina

Olavaria, 4543; (1842)
Bo. Las Flores, Monte Grande- BA
Email: iduarg@gmail.com
Tel. (011) 4295-1698

Colombia

Calle 49 #26-11 Galerías, Bogotá.
Teléfono 3142577278

Chile

Casilla 11, Correo 21,
Santiago.

El Salvador

Calle Sisimiles 3155, San Salvador
www.sansalvador.gcichurches.org

España

Apartado 185,
28600 Navalcarnero, Madrid, España
Email: iduespana@yahoo.es
Tel. 91 813 67 05; 626 468 629

www.comuniondelagracia.es

Estados Unidos

3120 Whitehall Park Drive
Charlotte, NC 28273

Honduras

Apartado 20831,
Comayagüela.

México

www.comuniongracia.org.mx
Email: amagdl2009@hotmail.com

Perú

www.comuniondelagracia.pe
Email: josekasum1@yahoo.es

Resto del mundo

www.gci.org/churches

Viviendo el evangelio como estilo



por Dr. Greg Williams

de vida

Estimados amigos lectores:

Espero que el título haya

llamado vuestra atención y que no os haya asustado ni intimidado.

A menudo, cuando hablamos de la vida cristiana, necesitamos desglosarla y simplificarla. El Dr. Barry Corey hace un gran trabajo al respecto en su libro *Love Kindness – Amor y Bondad*. Permitidme compartir una sección esclarecedora: “Vivir una vida de bondad radical, una vida que otros están observando, significa reconocer el hecho de que nuestras vidas son desordenadas e inciertas y que nuestros caminos están torcidos. No tenemos solución para todo. La vida bondadosa reconoce que tenemos poca certeza verdadera, una afirmación que parece muy contracultural. La maravilla que vivimos como pueblo del Espíritu es que el viento del Espíritu –como dice el Evangelio de Juan– ‘sopla donde quiere. Oyes su sonido, pero no sabes de dónde viene ni adónde va. Así sucede con todo aquel que es nacido del Espíritu’ (Juan 3:8). Sopla sin nuestra lógica y donde quiere. Como dijo el pastor de mi iglesia local: ‘Dios es totalmente confiable pero difícilmente predecible’” (Pág. 30)

Lo que tomo de la sabiduría de John Barry y de su pastor, es que estoy en un viaje de relación con Jesús guiado por el Espíritu. Mi idea de ir del punto A al punto B no es típicamente el mapa que el Espíritu tiene en mente.

Un ejemplo reciente fue cuando estaba en unas vacaciones de golf de tres días con un grupo de profesionales que iban desde médicos hasta abogados, desde empresarios hasta políticos. Un amigo del barrio me invitó a participar. Una noche estábamos tres en el balcón, observando las estrellas y anticipando el eclipse solar que iba a ocurrir en unos días.

Esperaba que la conversación se inclinara hacia la ciencia y la evolución, y el Espíritu la llevó en otra dirección: una creación que exige un Creador. Luego, una pregunta de seguimiento fue: “¿Qué está haciendo este Creador?” Sugerí que lo que estábamos experimentando en nuestro retiro es exactamente lo que el Creador quiere para todos sus hijos: amigos que sean el uno para el otro, que compartan diversión (como el golf), buena comida y relaciones saludables. Un chico exclamó: “Eso sería Nirvana”. Dije que Jesús lo llamó el reino de Dios, y mi amigo soltó un resonante “¡Aleluya!”. El Espíritu sopla donde quiere.

Se instaló el campamento, se buscó y se cortó la leña, se prendió la hoguera y se colocaron sillas plegables alrededor del fuego. Era hora de cenar y uno de sus líderes abrió la velada con una oración. Lo que oró esa noche fue rutinario, esperado y totalmente normal... hasta su comentario final. “Y Señor, oramos por tu segunda venida. Que sea pronto... incluso esta noche. Amén.”

Hasta el día de hoy todavía puedo recordar mi reacción a esa oración. Hablé en voz baja con otros hermanos de nuestro grupo que tuvieron la misma reacción. Qué absurdo era orar por la segunda venida de Jesús “esta noche”. ¿No se dio cuenta de que primero había profecías que debían cumplirse? Tenían que pasar cosas en el mundo. Los gobiernos tendrían que alinearse. En el mejor de los casos, podríamos esperar el regreso del Señor dentro de siete años. Pero ciertamente no antes de esa fecha. Alguien necesitaba explicar la tribulación a estos hermanos.

No pasa para mí una temporada de Adviento en la que no recuerde mi respuesta indiferente a esa oración de hace muchos años. No puedo evitar reflexionar sobre mi viaje personal desde una sensación de temor a la segunda venida a una creciente emoción y expectativa que se ve reforzada por el enfoque y la ceremonia de la temporada. El Adviento se ha convertido para mí en un tiempo del “ya, pero no todavía. Y comprender eso sólo puede llegar cuando uno experimenta su propio adviento personal.

La palabra adviento proviene de las palabras latinas *ad ventus*, que literalmente se traduce como “venir”. Sí, hubo un tiempo específico en el que el Hijo de

Dios se encarnó y vino a nuestro mundo. Y sí, habrá un Día del Señor venidero cuando Jesús, ese mismo Hijo de Dios, regresará en gloria. Pero para mí, las reflexiones bíblicas de la temporada de Adviento hablan de algo mucho más personal. La “venida” a mi vida a través de mi relación personal con Jesús.

Juan Pablo II lo expresó mejor: “Para predisponer nuestra mente a acoger al Señor, que, como decimos en el Credo, un día vendrá a juzgar a vivos y muertos, debemos aprender a reconocerlo presente en los acontecimientos de la vida cotidiana. Por tanto, el Adviento es, por así decirlo, un entrenamiento intenso que nos orienta decididamente hacia Aquel que ya vino, que vendrá y que viene continuamente”.

La escritora y poeta cristiana Michelle Blake lucha con la paradoja del “ahora, pero no todavía”.

Una de las paradojas esenciales del Adviento es que, mientras esperamos la venida de Dios, estamos con él todo el tiempo; que, si bien necesitamos asegurarnos de la venida de Dios, o de la llegada de nuestro hogar, ya estamos en casa. Mientras esperamos, tenemos que confiar, tener fe, pero es la gracia de Dios la que nos da esa fe. Como ocurre con todo conocimiento espiritual, las dos cosas son verdaderas al mismo tiempo. La mente no puede captar la paradoja; ese es el conocimiento del alma.

Es ese “conocimiento del alma” lo que me llena de tanta alegría durante el tiempo de Adviento. Si estoy en paz, no es por la futura venida de un Rey conquistador, sino por la presencia del Príncipe de la Paz en mi vida hoy. Todo lo que pueda saber sobre el amor verdade-

Nuestro Adviento Personal



"El Adviento es la temporada que puede recordarnos que Dios está obrando mientras esperamos, y realmente estamos esperando con Dios". ~ Louie Giglio



por Tim Sitterley

No mucho después del despertar a la plena gracia experimentado por nuestra denominación, los hombres de mi congregación fueron invitados a unirse a un grupo de varones del ministerio de *Four Square-Cuadrangular* para un retiro-acampada de tres días. Ellos eran más o menos conscientes de

lo que habíamos experimentado durante nuestra transformación, y creí que sería una buena experiencia compartir tiempo de calidad con otros hermanos del gran cuerpo de Cristo. Si a esto le sumamos cocinar sobre el fuego y dormir en el suelo, estaba seguro de que cualquier muro que existiera entre nuestros dos grupos caería rápidamente. Somos hermanos y sabía que no me decepcionaría.

Hay una cita popular y provocativa de C. S. Lewis cuando el señor Beaver responde a la pregunta de Lucy sobre Aslan, el León. Lucy pregunta si Aslan está a salvo y el señor Beaver responde: "¿A salvo? ¿Quién dijo algo sobre seguridad? Por supuesto que no está a salvo. Pero él es bueno. Él es el Rey, te lo aseguro" (*El león, la bruja y el armario*).

Esta cita nos ayuda a pensar más profundamente en el Dios trino, especialmente en Jesús. En la alegoría de Lewis, Aslan representa a Jesús. Ya hemos hablado de la fascinante y misteriosa forma en la que el Espíritu se mueve a través de nuestras vidas y de nosotros para llegar a los demás.

Mi buen amigo, el Dr. Gary Deddo, un teólogo que imparte un curso de posgrado sobre los escritos de Lewis, proporcionó esta descripción general de Aslan: "Dado todo lo que Aslan dice y hace sobre Dios, a lo largo de todas las Crónicas y en sus otras obras, creo que representa el hecho de que la voluntad y las acciones de Dios no son exactamente predecibles. No se le puede amenazar ni sobornar, manipular ni comprometer. Se opone implacablemente al mal y algún día lo aniquilará. Él puede y se opondrá a nosotros si es necesario. Él puede guiarnos o ponernos en situaciones peligrosas y desafiantes, pero lo que hace y cómo lo hace es para nuestro mayor y verdadero bien, incluso cuando no podemos verlo o comprenderlo ahora. Aslan nos enseña que, en retrospectiva, un día veremos que todo surgió de su propósito sabio, amoroso y dador de vida para nosotros y para todos. Así como vemos



en la vida encarnada de Jesús, Señor de señores y Rey de reyes.

Estar maravillado por Dios y abrazar sus caminos majestuosos y misteriosos es de gran importancia para vivir un estilo de vida del evangelio. Entregarnos al fruto espiritual de la bondad hacia los demás nos permitirá tener esas increíbles oportunidades de hablar del reino de Dios. Esa noche en el balcón con mis dos compañeros de golf se trató de escucharlos, orar en silencio para que Jesús se encontrara tangiblemente con nosotros en nuestra conversación y luego simplemente declarar que el reino de Dios se trata de relaciones correctas y pacíficas entre todas las personas, bajo la soberanía de Jesús. ¡Sopla libremente Espíritu, sopla! 

¿Yo, un chismoso?



por Pedro Rufián Mesa

¿Es posible que estés siendo un chismoso o chismosa sin que te estés dando cuenta de esa realidad que no agrada a Dios en forma alguna, ni edifica a los demás?

Tengo cerca de 800 contactos de Facebook y otros cerca de 300 en WhatsApp, y más de 650 de correo. Sé que esa cifra, aunque a muchos os pueda parecer grande, no lo es. Además, soy pastor, y, como parte de nuestro llamado tiene que ver con tratar de ayudar a mejorar las relaciones personales, entramos en contacto con muchas personas, no solo de España sino también de diferentes partes del mundo. Entre mis contactos tengo amigos que, a su vez, tienen más de 4.000 contactos en Facebook cada uno.

Estoy casi seguro que alguna vez he reenviado un mensaje falso que me llegaba de uno de mis contactos, y que por ello asumí que era genuino para, quizás días o meses después, descubrir que era un mensaje falso, no verídico. Convirtiéndome así en un chismoso, aunque fuese de una forma no intencionada.

¿Has estado tú alguna vez en una situación parecida? Es muy posible que así sea, porque los bulos en las redes sociales se están convirtiendo en herra-

mientas muy efectivas, que utilizan cada día más políticos para tratar de lograr el mayor número de votos posible, o las grandes marcas comerciales para inclinarte a comprar algo en lo que tú jamás has pensado, ni te hace falta en realidad.

La Biblia describe muy bien cómo se produce el efecto del chisme, el bulo, o la *fake news-noticias falsas*, como se refiere en la actualidad: “Las palabras del chismoso son como bocados suaves, Y penetran hasta las entrañas” (**Proverbios 18:8 Reina Valera 1960**).

Entran en la mente muy rápido y sin apenas escrutinio o verificación, la mayoría de las veces los políticos, o los gobiernos, los dirigen a lo que se ha venido en llamar “las tripas” o “las cosas de comer”; a lo esencial en cada ser humano. Como el bulo que lanzaron los políticos del “procés”, “España nos roba”. Parece que ha quedado demostrado que, originalmente este chisme, duplicado cientos de miles de veces, fue lanzado desde Rusia. Luego los receptores incautos, en España, multiplicaron su efecto al reenviarlo a los contactos en sus listas.

Esto es lo que escribía al respecto, **David Alandete**, periodista y autor del libro *Fake News: la nueva arma de destrucción masiva*. [@ALANDETE](#), el 30/

Traducción de la quinta tablilla del Enuma Elish

Compárese el orden de las deidades con el de los cuerpos celestes en **Génesis 1:16**, donde el orden se invierte deliberadamente.



Él [Marduk] hizo las estaciones para los grandes dioses; Las estrellas, sus imágenes, como las estrellas del Zodíaco, las fijó. Ordenó el año y lo dividió en secciones; Durante los doce meses fijó tres estrellas. Hizo que el dios Luna iluminara la noche que le confió. Lo nombró, un ser de la noche, para determinar los días. Cada mes, sin cesar, lo cubría con la corona, diciendo: “Al principio del mes, cuando alumbras la tierra, mandas a los cuernos que determinen seis días, y al séptimo día que dividan la corona”. Cuando el dios Sol sobre los cimientos del cielo... tú... [tableta dañada aquí].

mientras que los reformadores protestantes se inclinaban hacia una interpretación literal. Martín Lutero, por ejemplo, criticó a Agustín (354-430 d.C.) por su interpretación alegórica de los seis días de la Creación.

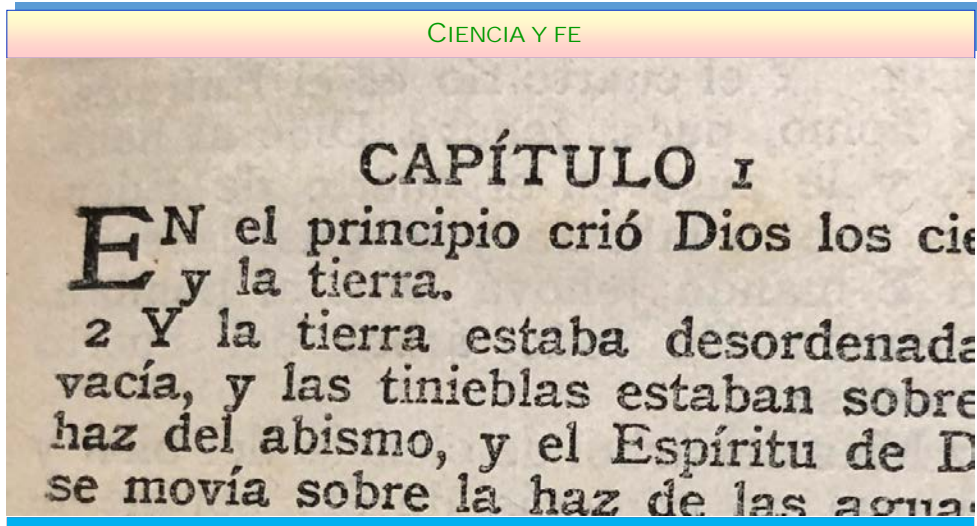
Hoy en día, existen numerosos libros religiosos sobre la creación del Génesis escritos por científicos evangélicos o fundamentalistas que ridiculizan la evolución y reescriben la historia geológica, al mismo tiempo que exigen que los rela-

tos del Génesis puedan ser interpretados única y totalmente de forma literal. Aferrados a un paradigma particular, no consideran cuidadosamente qué tipo de literatura es, por qué fue escrita, quién era la audiencia y cuáles fueron los escenarios histórico-culturales y religiosos en los que se escribió el Génesis.

El hecho es que una interpretación literal de Génesis 1 no tiene nada que ver con la ciencia, y es una mala teología sugerir que sea así. Los creacionistas de la “tierra joven” han pasado por alto los primeros principios de la exégesis. La exégesis es el estudio sistemático de las Escrituras para descubrir el significado original pretendido.

Cuando la exégesis se hace correctamente, Génesis 1 se ve como lo que es: una obra maestra literaria, una afirmación inteligente y cuidadosamente elaborada del monoteísmo contra el politeísmo (muchos dioses), un asunto de gran importancia para las personas que estaban vivas cuando se escribió Génesis 1. Muchos capítulos del Antiguo Testamento registran cómo el pueblo de Israel prefirió “prostituirse tras otros dioses” que seguir al único Dios verdadero.

(Continuará en el próximo número)



LA TORÁ: SIN DISCUTIR— ¿POR QUÉ LA DISPUTA SOBRE EL GÉNESIS? I Parte



por Dennis P. Gordon

No es necesario ser religioso para saber que hay una gran controversia alrededor del primer capítulo de la Biblia. La forma en que está escrito parece sugerir que todo el universo, incluida la Tierra y toda la vida, fue creado por Dios en sólo seis días. Algunos cristianos protestantes insisten en tomar esto literalmente. Se supone que las genealogías de los capítulos siguientes están ahí para llevarnos a la conclusión de que todo esto ocurrió hace 10.000 años, más o menos.

Este punto de vista creacionista se ha afirmado con fuerza, especialmente durante la última parte del siglo XX, y los medios de comunicación han sido muy eficaces en propagarlo. Por lo tanto, existe una sensación general entre el público, usualmente analfabeto bíblico, e incluso entre muchos cristianos, de que la mayoría de los cristianos siempre han sostenido esa opinión. Este no es el caso.

Según Conrad Hyers, autor de *The Meaning of Creation- El Significado de la Creación*, las interpretaciones alegóricas de Génesis 1 eran comunes en la Iglesia Patristica (temprana) y en la Medieval,

03/2019 en el Foro para la Paz en el Mediterráneo: “La desinformación es un problema muy grave, que ya afecta a las instituciones europeas a través de la proliferación de noticias falsas o exageradas que tratan de agravar divisiones y reforzar a partidos contrarios al proyecto común de integración del continente. No es un problema nuevo y sus efectos ya se han dejado sentir en crisis como la del Brexit, en Reino Unido; la del independentismo catalán, en España; o la de los chalecos amarillos, en Francia... cuando hay pruebas de que existen enemigos de la Unión Europea, como el gobierno ruso, que invierten cientos de millones de euros en financiar portales como RT y Sputnik, con un claro sesgo “eurófobo”, y en cuyas publicaciones se suele retratar a Bruselas como centro de un poder decadente, burocrático, autoritario e inútil”¹.

Los cristianos sabemos que Dios espera que no seamos iniciadores ni instrumentos de dispersión de chismes, bulos o *fake news*, sino que por medio del apóstol Pablo nos insta a hablar [y a transmitir] la verdad los unos con los otros: “Con respecto a la vida que antes llevabais, se os enseñó que debíais quitaros el ropaje de la vieja naturaleza, la cual está corrompida por los deseos engañosos; ser renovados en la actitud de vuestra mente; y poner os el ropaje de la nueva naturaleza, creada a imagen de Dios, en verdadera justicia y santidad. Por lo tanto, dejando la mentira, hablad cada uno a su prójimo con la verdad, porque todos somos miembros de un mismo cuerpo” (Efesios 4:22-25).


Como ya dije antes, tengo cerca de 1.100 contactos entre Facebook y WhatsApp, así que tengo que pensar si lo que comparto es verdad o mentira, un bulo o una *fake news*. Tenemos que ser cons-

cientes de que una mentira, un bulo o una noticia falsa se convierte en un chisme inmediatamente que lo compartamos y empieza a circular.

Puede que estés diciendo: “Estoy de acuerdo. Está muy bien no difundir chismes, bulos y mentiras, pero ¿cómo puedo yo comprobar que la noticia que me llega, por medio de un mensaje o un WhatsApp, es en realidad una *fake news*, un bulo o una mentira directamente?”

No es fácil comprobarlo a primera vista. Es necesario invertir un poco de tiempo y análisis. Muchas veces si te llega un mensaje con faltas claras de ortografía y, especialmente de sintaxis (el orden apropiado de las palabras en la frase), eso puede mostrar que el mensaje o el WhatsApp puede ser de una fuente no confiable. Comprueba si el mensaje o WhatsApp que te llega es de uno de tus contactos. Si no está en la lista de tus contactos puede ser no confiable. En la mayoría de estos casos lo aconsejable es eliminar el mensaje. Y si se ve claramente que es un bulo lo mejor es bloquear al remitente.

Si deseas verificar con más certeza si un mensaje o WhatsApp es un bulo o una *fake news*, en España puedes hacerlo, por medio de tu móvil, tableta u ordenador, en cualquiera de estas tres agencias de verificación de noticias que son miembros de la IFCN: Newtral <https://www.newtral.es/>, EFE Verifica <https://verifica.efe.com/> y Maldita.es. <https://maldita.es>

Actúa, no seas chismoso ni participes de los chismes de los demás. 

¹ <https://foropazmed.org/fake-news-antes-llamada-desinformacion>



Foto: Grupo de amigos de tipo medio en teléfonos-<http://www.freepik.es/>

por Pedro Rufián Mesa

Las imágenes de la portada y la superior pueden resultar graciosas. ¿No es así? Es posible que hasta te estés riendo de ellas, pero creo que señalan a un grave problema del que, como sucede siempre, las grandes empresas de producción de móviles, tabletas y ordenadores, nunca nos han advertido.

En la última década el uso del teléfono móvil ha crecido de manera exponencial, especialmente, desde la llegada de los *smart phones*-teléfonos inteligentes. Han pasado a ser objetos indispensables en nuestra vida diaria ya que, además de la comunicación, por medio de los mismos estamos conectados para el teletrabajo, hacemos nuestras bús-

quedas de ofertas para el ocio, la mayoría de nuestras compras y, supuestamente, por medio de los móviles hemos extendido al mundo entero nuestra vida social, etc. Este uso tan amplio y variado ha llevado a que muchas personas hayan desarrollado problemas de dependencia y adicción.

¿Produce mono el móvil?

El móvil, en sí, no produce dependencia, el uso incorrecto del mismo, sí. A esta dependencia se le llama nomofobia. Has leído bien, no es monofobia, que quizás sería fobia a los monos, sino nomofobia. El término procede del inglés “no-mobile-phone-phobia”, e implica ese miedo irracional a estar sin nuestros teléfonos mó-

Esperanza, ¿cómo te has sentido emocional, anímica y psicológicamente durante las tres semanas que han transcurrido desde tu último tratamiento?”.

‘Muchas gracias doctor por su pregunta’. El Dr. interrumpió a Esperanza diciéndole: “Por favor, Esperanza, llámame Andrés, y trátame de tú como yo lo hago contigo, pues creo que aquí en España es la forma normal en la que se tratan las personas que tienen confianza. Y la confianza es algo fundamental que tiene que haber entre un doctor que se preste y sus pacientes”.

‘Muchas gracias Andrés de nuevo. Como psicóloga, no niego que tengo algunas herramientas para mejorar mi estado anímico y minimizar los efectos psicológicos negativos que pueden tener los reveses que nos golpean en la vida, como es el cáncer que me sobrevino a mí de golpe. Pero, como ser humano con emociones, tengo que admitir que he pasado por distintos estados de ánimo, unas veces más bajos y otras más positivos.

Reconozco que, a medida que he ido permitiendo que la ayuda de Dios sea cada día más una realidad en mi vida diaria, he ido creciendo en fe, en su poder, amor y soberanía. Mi estado de ánimo se ha ido serenando, y he ido sintiendo cada día más una paz y seguridad inexplicables.

Por otra parte, no sin menos importancia, y que no tendré palabras para agradecerle lo suficiente, fue que me pudieses en contacto con Clara. Mis encuentros con ella han sido de gran ayuda y bendición. Además de orar juntas e interceder al Señor Jesús, la una por la otra, ha sido una guía magnífica que me

ha sacado de infinidad de dudas, no únicamente con respecto a la quimioterapia, sino, y lo que es más importante, con respecto a mi relación espiritual con nuestro Creador. Ella ha sido instrumento de Dios para llenarme de ánimo cuando estaba desanimada o angustiada por mi futuro inmediato incierto. Me ha guiado a buscar el consuelo y la verdadera paz en el Señor, al descansar y dejar todas nuestras cuitas en él’.

“Doy gracias a Dios por eso”, intervino el Dr. Andrés. “Yo sé que cuando los hijos de Dios se reúnen y se apoyan mutuamente el desbordante amor de Dios hace maravillas en nuestro espíritu y en todo nuestro ser. Después de ver que toda tu analítica es adecuada doy el visto bueno para que te infusione el tratamiento en el área correspondiente del Hospital que ya conoces.

“Me gustaría tener más tiempo asignado para la visita de cada paciente, y eso que en oncología los facultativos tenemos un poco más de tiempo para las visitas. Pero, sin lugar a dudas, necesitamos mucho más para poder atender a cada paciente como se merece”.

El Dr. Andrés se levantó, se despidió de Esperanza dándole un beso en cada mejilla de nuevo y le abrió la puerta de salida.

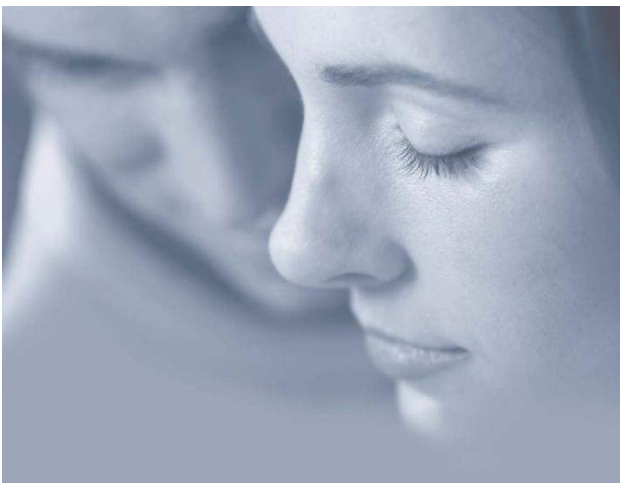
Para sorpresa de Esperanza el Dr. Andrés pasó a ver como estaba mientras recibía su tercera sesión de quimio. Le confesó que aquella tercera infusión de quimio, y siguientes, estarían más cargadas por lo que quizás los efectos secundarios aumentarían y mostrarían su indeseable rostro de una forma más visible.

(Continuará en el próximo número)

Algo que influye bastante

por Pedro Rufián Mesa

“Eso está muy bien Esperanza”, le estaba diciendo el Dr. Andrés a su paciente. “Gracias a Dios, parece que los efectos secundarios de este tratamiento experimental son muy pocos, aunque varían de paciente a paciente. Es una quimioterapia personalizada, y eso hace una gran diferencia con la quimio que teníamos a nuestra disposición hasta ahora, que era mucho más general.



El Dr. Andrés deseaba que Esperanza, y sus demás pacientes, dedicaran toda su energía vital y psicológica a la lucha que sostenían contra el cáncer. En el caso de Esperanza, ella sufría un cáncer de páncreas, que era uno de los más agresivos y cuyo índice de supervivencia era uno de los menores. Por esta razón estaba muy interesado en preguntar a sus pacientes por su estado emocional, ya que, por algunas estadísticas y estudios en los Estados Unidos, se concluía que en la sanación influye el estado anímico del paciente, en algunos casos, hasta en un 30%. Así que es algo que influye bastante.

El Dr. Andrés le explicó a su paciente, Esperanza, que aquí en España apenas se estaban haciendo estudios sobre esto, pero que estaba muy agradecido a

Dios de que Esperanza estuviera tranquila y confiada al saber y aceptar que la voluntad de Dios para nuestras vidas es la mejor, y que por lo tanto podemos dejarlas en las manos de nuestro Padre confiando en su sabiduría, amor incondicional y soberanía.

“Aunque parezca un poco extraño en este caso, ya que tú eres psicóloga y podrías contestar con algo de sesgo profesional”, le dijo el Dr. Andrés mirando a Esperanza a los ojos, “te deseo preguntar lo que, normal y generalmente, le pregunto a todos mis pacientes, porque soy muy consciente de que sus creencias, estado anímico y psicológico influye, en mayor o menor medida, en el grado de eficacia del tratamiento oncológico que estén recibiendo.

viles. Puede parecer un trastorno poco generalizado, pero un estudio realizado en el Reino Unido en 2019, por YouGov Real Time, concluía que un 44% de las personas encuestadas padecían ansiedad si no llevaban consigo su teléfono móvil. No pensemos que en España el uso del móvil es diferente, pues este es muy similar en todos los países del mundo occidental, especialmente entre los jóvenes.

Desgraciadamente, de España, no hay datos de estudios serios sobre este tema. Ya que **Verdad y Vida** tiene muchos lectores hispanos en Estados Unidos, creo que no está de más, usar estadísticas de esa parte del mundo para informar de este problema a los lectores. “El director general de Sanidad de Estados Unidos, Vivek Murthy, emitió dos avisos: uno se centró en los efectos perjudiciales de las redes sociales en la salud mental de los jóvenes, y el otro analizó el impacto de la epidemia de soledad y aislamiento en los Estados Unidos. Estas cuestiones no son mutuamente excluyentes; la tecnología ha cambiado la forma en que vivimos, trabajamos y socializamos, hasta el punto de que uno de cada tres adultos estadounidenses informa que está en línea “casi constantemente”, y el porcentaje de adolescentes de 13 a 17 años que están en línea “casi constantemente” ha aumentado, duplicándose desde 2015 ^{1,2}” (**Publicado en:** *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking* **Author:** [Brenda K. Wiederhold](https://doi.org/10.1089/cyber.2024.0308) <https://doi.org/10.1089/cyber.2024.0308>).

Si eres consciente de que por un uso excesivo del móvil estás desatendiendo tu trabajo, tus estudios, tu familia, y además estás dejando de realizar otras actividades de disfrute, porque no eres ca-

paz de pasar un rato sin mirarlo, es posible que tengas adicción al móvil. A continuación, explico cómo detectar este problema que suele traer de cabeza a padres con hijos adolescentes.

¿Cuáles son los síntomas más destacados de la nomofobia?

Según el Instituto Europeo, los siguientes son algunos de los síntomas que muestran si una persona es adicta al teléfono móvil:

• El uso excesivo del móvil

La persona usa el teléfono móvil la mayor parte del tiempo, incluso en situaciones inapropiadas o perjudiciales, como durante el trabajo, cuando está comiendo y hablando con otras personas, incluso mientras conduce o antes de dormir.

• La incapacidad para reducir o controlar el uso del teléfono móvil

A pesar de los intentos por limitar o controlar el tiempo que dedica al móvil, la persona con adicción al mismo no consigue hacerlo, lo que a cambio le causa frustración, irritabilidad o ansiedad.

• Darle prioridad al móvil sobre otras actividades importantes

La persona adicta al teléfono móvil prefiere pasar el tiempo conectada mejor que participar en actividades sociales, familiares, académicas o laborales.

• Necesidad constante de estar conectado

La persona siente una necesidad imperiosa de estar siempre conectada al móvil. Cuando no tiene acceso al mismo se siente ansiosa o inquieta.

• Ignorar las responsabilidades

La adicción al móvil puede conducir a que la persona descuide sus responsabilidades, como las tareas domésticas, el

trabajo, los estudios o las obligaciones familiares.

· *Aislamiento social*

La persona adicta al móvil muestra una disminución de su participación en actividades sociales o interacciones personales presenciales.

· *Problemas de sueño*

El uso abusivo del teléfono móvil también interfiere con el sueño, ya sea por estar absorto y disminuir las horas de sueño, o por la interrupción del mismo,



Foto: Pedro Rufián Mesa V.V.

debido a las notificaciones y las alertas.

· *Cambios de humor y ansiedad*

Otro síntoma de la adicción al móvil es los cambios de humor, la irritabilidad, la ansiedad o la angustia cuando se le impide a la persona usar o acceder al teléfono móvil.

· *Negación del problema*

La persona niega o no le da importancia a los efectos negativos en su vida por el uso excesivo del móvil, y se pone a la

defensiva cuando se le cuestiona al respecto.

¿Qué causa la adicción?

Detrás de cada adicción hay una serie de causas. Factores claves en la nomofobia son una baja autoestima y dificultades para desarrollar relaciones sociales personales, ya que estas llevan a la búsqueda de una aprobación absoluta por parte de los demás, que muchas personas encuentran en las redes sociales. Estas son algunas de las causas de la adicción al móvil:

· *La idea de conectividad y comunicación*

Los teléfonos móviles permiten diferentes opciones de comunicación, como llamadas, mensajes de texto, redes sociales, mensajería instantánea. Recibir constantemente mensajes y comunicaciones crea una necesidad por estar al día, participando en esa comunicación virtual, lo cual puede llevar a una adicción.

· *La gratificación inmediata*

Las aplicaciones en los móviles, Facebook, WhatsApp, Messenger, y otros servicios de contacto social, ofrecen gratificación casi instantánea por medio de las notificaciones "me gusta" 👍, ❤️, comentarios y respuestas inmediatas. El deseo de recibir "me gustas" y atención, por parte de los demás, puede conducir a un comportamiento adictivo.

· *La evasión de la realidad y la soledad*

Las personas pueden recurrir a sus teléfonos móviles para no enfrentarse a la soledad, el aburrimiento, el estrés o la ansiedad.

· *El síndrome FOMO (Fear Of Missing Out-El temor a perderse algo).*



Estaré quieta

Antes de viajar a Europa, nunca me habían dado la opción de qué tipo de agua quería beber en un restaurante. La única opción era agua. Pero en Europa, cuando pides agua, la pregunta es: "¿Sin gas o con gas?".

Y luego, cuando visité Italia, la pregunta cambió a: "¿Gas o no?". Estaba confundida hasta que me di cuenta de lo que significaba. A propósito, siempre elijo agua sin gas. El agua con gas no me parece tan refrescante.


Tuve un pequeño incidente con mi lengua (ver Santiago 1:26 y 3:2-6 para más información sobre este problema universal). Mientras consideraba cómo controlar esta parte indómita del cuerpo, me encontré con *Keep It Shut-Mantenla cerrada*, de Karen Ehman, un libro útil y a veces divertido con historias, consejos y versículos de la Biblia sobre cómo mantener la boca cerrada.

También compré una cremallera para recordarme que debía cerrar los labios, consejo que Kathleen Hart ha dado muchas veces a las esposas de pastores en las conferencias. Después de dar estos pasos hacia la meta, aparentemente imposible, de hablar sólo cuando mis palabras estén llenas de gracia, y después de tener que disculparme una o dos veces, Dios puso en mi mente la idea de que debía de aquietar mis palabras y que él me ayudaría a mantenerla frente a mis pensamientos.

Cada vez que miro la cremallera, recuerdo el viejo dicho de que es mejor permanecer en silencio y parecer una tonta que abrir la boca y confirmarlo. ¡Una cosa sé, y es que mantener la boca cerrada me ayuda a no meterme en problemas! Muchos versículos en la Biblia hablan de las virtudes de guardar silencio, tantos que sería imposible enumerarlos aquí.

Estar quieta es mucho más que no hablar, pero es un buen primer paso para estar quieta de otras maneras, principalmente permanecer quieta ante Dios y escucharlo, dejando que el Espíritu Santo te dirija y te guíe. Todos estamos familiarizados con el **Salmo 46:10**: "«Quedaos quietos, reconoced que yo soy Dios...»". Todas estas aplicaciones son mucho más profundas de lo que parecen a primera vista y estoy deseando explorarlas.

Ya he aprendido algo sobre lo que Jesús quiso decir cuando dijo que nuestro sí, sea sí; y nuestro no, sea no (**Mateo 5:37**). Cuando usamos muchas palabras adicionales podemos ser culpables de usarlas para manipular a otros para nuestro propio beneficio. Al quedarnos quietos y escuchar más a los demás, no sólo llegamos a conocerlos mejor, sino que también llegamos a respetar sus opiniones, deseos y sueños. También nos ayuda a mantener nuestras narices fuera de sus asuntos.

Como dijo Santiago, la lengua es bastante rebelde y no será domesticada, ni siquiera después de toda una vida. Me detendré ahora y me quedaré quieta. 

el Día de Expiación y rociar sangre sobre el arca del pacto. A lo largo de la historia de Israel, hubo varios sumos sacerdotes, algunos que sirvieron bien y otros no. Se profetizó que Jesús sería “sacerdote para siempre, según el orden de Melquisedec”: “El Señor ha jurado y no cambiará de parecer: «Tú eres sacerdote para siempre, según el orden de Melquisedec»” (Salmo 110:4, Hebreos 5:6).

•Como nuestro “precursor”, Jesús entra al santuario interior (Lugar Santísimo) en nuestro nombre (Hebreos 6:19-20).

•Jesús es el único sumo sacerdote que es “santo, irreprensible, puro, sin mancha, apartado de los pecadores y exaltado sobre los cielos” (Hebreos 7:26).

•Como nuestro sumo sacerdote, Jesús es el garante de un mejor pacto (Hebreos 7:27).

•Jesús no necesita ofrecer sacrificios diarios por los pecados personales y nacionales, se sacrificó por todos cuando se ofreció a sí mismo: “A diferencia de los otros sumos sacerdotes, él no tiene que ofrecer sacrificios día tras día, primero por sus propios pecados y luego por los del pueblo; porque él ofreció el sacrificio una sola vez y para siempre cuando se ofreció a sí mismo... entró una sola vez y para siempre en el Lugar Santísimo. No lo hizo con sangre de machos cabríos y becerros, sino con su propia sangre, logrando así un rescate eterno”. (Hebreos 7:27, 9:12).

•“Todo sacerdote celebra el culto día tras día ofreciendo repetidas veces los mismos sacrificios, que nunca pueden quitar los pecados. Pero este sacerdote, después de ofrecer por los pecados un solo sacrificio para siempre, se sentó a la

derecha de Dios” (Hebreos 10:11-12).

•Estableció un nuevo pacto y dejó obsoleto el antiguo pacto: “Al llamar «nuevo» a ese pacto, ha declarado obsoleto al anterior; y lo que se vuelve obsoleto y envejece ya está por desaparecer” (Hebreos 8:13).

•“Entró una sola vez y para siempre en el Lugar Santísimo. No lo hizo con sangre de machos cabríos y becerros, sino con su propia sangre, logrando así un rescate eterno” (Hebreos 9:12).

•“Por eso Cristo es mediador de un nuevo pacto, para que los llamados recibieran la herencia eterna prometida, ahora que él ha muerto para liberarlos de los pecados cometidos bajo el primer pacto” (Hebreos 9:15).

La ascensión de Jesús fue el comienzo de su nuevo ministerio: el papel del Gran Sumo Sacerdote que estableció un nuevo pacto. Bajo este nuevo pacto, nuestros pecados fueron eliminados, tan lejos como el oriente está del occidente. Bajo este nuevo pacto, somos invitados a entrar al lugar santísimo y pasar tiempo en relación con el Padre, el Hijo y el Espíritu. Bajo este nuevo pacto, somos invitados a participar en la obra de Jesús de llevar a muchos hijos e hijas a la gloria. Bajo este nuevo pacto, somos adoptados y se nos da una herencia que es mucho más de lo que jamás podríamos pedir o imaginar.

No pasemos por alto la Ascensión, leamos el libro de Hebreos y reflexionemos sobre lo que significa que Jesús es nuestro Gran Sumo Sacerdote. Y en nuestra reflexión recibamos la magnífica realidad de lo nuestro a través de Jesús.

Alabando al Sacerdote, 

El miedo a perderse actividades, noticias o experiencias importantes puede generar en las personas el impulso a estar siempre conectadas a través de sus teléfonos móviles.

También es muy importante en este aspecto el papel que juega la dopamina. Sustancia química que segrega el cerebro cuando se encuentra ante situaciones gratificantes. Y uno de los problemas de una adicción radica en este proceso: la costumbre a recibir esa “dosis” de dopamina cada vez que mira el móvil, en el caso de la nomofobia. Según los expertos, aunque cualquier persona puede padecer nomofobia, es más común entre adolescentes de catorce a dieciséis años.

Consecuencias de la adicción al teléfono móvil

La adicción al móvil puede tener varias consecuencias negativas en la vida de una persona, tanto a nivel físico, mental, emocional como social: Aislamiento social y desconexión en las relaciones personales, bajo rendimiento académico o laboral, fatiga y somnolencia diurna por problemas de sueño, dolor de cuello, de hombros y fatiga visual, riesgos de accidentes por distracciones con el móvil y por la fatiga y la somnolencia causadas por los desórdenes del sueño, ya mencionados, problemas de salud mental, como la depresión, la ansiedad, el estrés, bajo estado del ánimo y de la autoestima.

La adicción al teléfono en los adolescentes

La adicción al teléfono móvil es especialmente relevante entre los adolescentes. Para ellos, los teléfonos móviles son

una herramienta clave en su vida para mantenerse conectados con sus amigos y compañeros. La necesidad de estar constantemente al tanto de los mensajes y notificaciones puede generar una dependencia social por la que los adolescentes temen perderse eventos, la atención y validación de los demás.

Seguro que has visto la escena, un tanto cómica, con la que iniciamos este artículo. Un grupo de adolescentes sentados unos frente a otros, y en vez de estar hablando cara a cara, cada uno está con su cabeza agachada mirando a la pantalla de su móvil y moviendo, casi convulsivamente, los dedos de sus manos, tecleando palabras, y muchas veces solo símbolos, o reenviando mensajes de WhatsApp a su interminable lista de contactos.

Como es lógico, el uso excesivo del móvil por parte de los jóvenes puede interferir con sus actividades académicas, sociales y familiares, así como con el tiempo dedicado al sueño y al ejercicio físico, provocando que la obesidad entre los jóvenes esté creciendo a un ritmo nunca antes conocido. Pero, además, la adicción al teléfono móvil puede tener un impacto significativo en la salud mental de los adolescentes. Es por eso que pueden experimentar niveles más altos de ansiedad, depresión, estrés y baja autoestima debido a la comparación constante con los demás en las redes sociales, el temor a perderse eventos importantes o la falta de tiempo para actividades saludables y de ocio.

También hay que prestar atención al aislamiento social que puede causar el uso inadecuado del teléfono móvil. Los adolescentes pueden pasar menos tiem-

po interactuando cara a cara con amigos y familiares, lo cual puede afectar negativamente a su desarrollo social y emocional.

El aumento del tiempo frente a la pantalla y la disminución de la comunicación cara a cara con amigos y familiares están afectando negativamente la salud. Durante las últimas dos décadas, la soledad se ha convertido en una epidemia silenciosa y generalizada que socava nuestro bienestar colectivo. El fenómeno de la desconexión y el aislamiento social conlleva graves ramificaciones para la salud pública. El director general de Sanidad de Estados Unidos ha emitido un comunicado destacando el riesgo de una conexión social inadecuada, equiparando su peligro con los riesgos para la salud de fumar hasta 15 cigarrillos al día ³. Casi la mitad de los adultos estadounidenses dicen sufrir sentimientos de soledad, con algunas de las tasas más altas entre los jóvenes ^{2,3}.

“El término “conexión social” se refiere a las relaciones significativas que compartimos con otros, como familiares, amigos, vecinos y compañeros de trabajo. Si bien es normal sentirse solo de vez en cuando, la soledad crónica puede afectar negativamente la salud y el bienestar. Cuando las personas se sienten conectadas socialmente, tienen un sentido de pertenencia, propósito y comunidad. En cambio, si se sienten desconectadas socialmente, corren un mayor riesgo de muerte prematura, enfermedades y depresión” ⁴⁻⁶.



En medio de esta creciente preocupación, una solución a la epidemia de soledad reside en los sólidos sistemas de apoyo social que son los ingredientes esenciales en las regiones del mundo reconocidas por la longevidad y vitalidad de sus habitantes. Estas zonas resaltan el valor innegable de la conectividad social, lo opuesto al camino que, en general, ha tomado nuestra sociedad cada vez más digital.

El impacto de la soledad en la salud

En una declaración el director general de Sanidad de Estados Unidos llama la atención a los estadounidenses sobre un problema urgente de salud pública y ofrece recomendaciones sobre cómo abordarlo.

Si bien la tecnología puede mejorar el apoyo social y la conectividad, también, como ya hemos dicho anteriormente, tiene el

potencial de socavar las interacciones en persona, disminuir la autoestima y degradar la calidad de nuestros intercambios sociales. Esta paradoja se hace evidente al observar las dinámicas dentro de las familias. Los padres y los niños, a menudo, interactúan menos entre sí cuando su tiempo libre se consume, predominantemente, mirando las pantallas pasivamente, en lugar de en la presencia activa y mutua. “Además, el uso excesivo de la tecnología puede iniciar un ciclo de retroalimentación negativa: las personas que pasan más de 2 horas diarias en las redes sociales informan que sufren sentimientos de aislamiento social

demos imaginar la desesperanza y la desesperación por las que pasaron. Afortunadamente, fue sólo el fin de semana y luego lo vieron con vida. Durante 40 días Jesús les habló a ellos y a otros sobre el reino de Dios (**Hechos 1:3**), y luego vieron cómo las palabras que le dijo a Natanael se hacían realidad: Habiendo dicho esto, mientras ellos lo miraban, fue llevado a las alturas hasta que una nube le ocultó de su vista” (**Hechos 1:9**).

Diez días después, mientras se reunían para la celebración de Pentecostés, fueron testigos de la venida del Espíritu Santo sobre ellos como lenguas de fuego. La Ascensión y Pentecostés marcaron el comienzo de una profecía que Jesús dio a sus discípulos en el aposento alto: “Ciertamente os aseguro que el que cree en mí las obras que yo hago también él las hará, y aun las hará mayores, porque yo vuelvo al Padre” (**Juan 14:12**).

El ministerio terrenal de Jesús se limitó intencionalmente a sus discípulos y seguidores. A menudo hablaba en parábolas que sólo unos pocos podían entender. En ocasiones limitó aún más su enseñanza al incluir únicamente a Pedro, Santiago y Juan, como en el episodio de la transfiguración: “Seis días después Jesús tomó consigo a Pedro, a Santiago y a Juan, y los llevó a una montaña alta, donde estaban solos. Allí se transfiguró en presencia de ellos. Su ropa se volvió de un blanco resplandeciente como nadie en el mundo podría blanquearla” (**Marcos 9:2-3**).

Cuando Jesús comenzó su nuevo ministerio, viviendo en nosotros a través del Espíritu Santo, la expansión del reino cumplió esta profecía. Las oportunidades para el crecimiento del reino crecie-

ron exponencialmente a medida que más y más personas fueron invitadas a participar con Jesús a través del poder del Espíritu Santo.

Hay varios roles que Jesús desempeña ahora: abogado: “Mis queridos hijos, os escribo estas cosas para que no pequéis. Pero, si alguno peca, tenemos ante el Padre a un intercesor, a Jesucristo, el Justo. Él es el sacrificio por el perdón de nuestros pecados, y no solo por los nuestros, sino por los de todo el mundo” (**1 Juan 2:1-2**); mediador: “Porque hay un solo Dios y un solo mediador entre Dios y los hombres, Jesucristo hombre” (**1 Timoteo 2:5**); redentor: “Él se entregó por nosotros para rescatarnos de toda maldad y purificar para sí un pueblo elegido, dedicado a hacer el bien” (**Tito 2:14**); intercesor: “Así mismo, en nuestra debilidad el Espíritu acude a ayudarnos. No sabemos qué pedir, pero el Espíritu mismo intercede por nosotros con gemidos que no pueden expresarse con palabras. Y Dios, que examina los corazones, sabe cuál es la intención del Espíritu, porque el Espíritu intercede por los creyentes conforme a la voluntad de Dios... ¿Quién condenará? Cristo Jesús es el que murió, e incluso resucitó, y está a la derecha de Dios e intercede por nosotros” (**Romanos 8:26-27, 34**), pero veamos el que incluye todos estos títulos y que enfatiza el Libro de Hebreos. Cuando Jesús ascendió, se convirtió en el Gran Sumo Sacerdote.

Los israelitas entendían claramente el papel del sumo sacerdote. El papel del sumo sacerdote era servir como mediador entre Dios y su pueblo. Considerado el líder espiritual de más alto rango, una de las responsabilidades del sumo sacerdote era entrar al lugar santísimo en



La Ascensión marcó el fin de un ministerio y el comienzo de otro

El nuevo ministerio de Jesús



por Rick Shallenberger

Los discípulos habían pasado por mucho; habían visto lo bueno, lo malo y lo feo del tiempo de Jesús en la tierra. Habían visto muchos milagros: agua convertida en vino, curaciones, miles de personas alimentadas con el almuerzo de un niño, demonios exorcizados, tormentas detenidas con sólo una palabra y muertos resucitados. (Nota: resurrección se refiere a revestir un cuerpo nuevo y glorificado; reanimación

significa resucitar a la persona en el mismo cuerpo mortal). A pesar de todo, todavía esperaban que Jesús reuniera un ejército para derrocar al gobierno romano. Y no puedo evitar preguntarme qué pensaron de las palabras de Jesús a Natanael (Bartolomé) cuando Jesús le dijo: —Ciertamente os aseguro que veréis el cielo abierto, y a los ángeles de Dios subir y bajar sobre el Hijo del hombre” (Juan 1:51).

Pero también vieron a Jesús siendo arrestado, torturado y asesinado. No po-

más grandes que aquellas que limitan su uso a menos de 30 minutos al día ⁷”.

La intromisión de la tecnología en nuestro tiempo, que afecta a la capacidad e inclinación para forjar relaciones significativas, puede tener graves consecuencias para la salud como ya hemos visto. “Independientemente de factores como la edad y el nivel socioeconómico, la ausencia de interacciones personales es en sí misma un factor de riesgo de muerte por un gran número de causas, desde enfermedades cardiovasculares hasta infecciosas” ³. “La carga psicológica de la soledad y el aislamiento social puede comprometer nuestro sistema inmunológico, elevar el riesgo de demencia en adultos mayores y aumentar la susceptibilidad a la depresión, entre otros problemas de salud” ^{6, 8, 9}.

La soledad es más que una experiencia de aislamiento personal; confronta directamente nuestra necesidad intrínseca de pertenencia, desafiando los mecanismos y lugares tradicionales que históricamente han facilitado esta conexión. “Un ejemplo notable de esto es el papel cada vez menor de las organizaciones religiosas en los Estados Unidos, donde la participación ha disminuido del 70% en 1999 al 47% en 2020” ¹⁰.

¿Qué hacer?

Si tu hijo, alguien de tu entorno o tú mismo crees sufrir una adicción al móvil, a la *Tablet* o al ordenador, las que siguen son algunas recomendaciones de actuación de la reconocida Clínica López Ibor ¹¹:

• *Reconoce el problema*

Como en cualquier caso de salud física o psicológica, el primer paso es reconocer y aceptar que hay un problema y que es

fundamental hacer frente al mismo.

• *Establece metas y límites*

Establece límites claros en cuanto al tiempo permitido de uso diario y las situaciones en las que se evitará el uso del móvil (comidas, reuniones, antes de dormir).

• *Modifica el entorno*

Elimina las tentaciones y distracciones. Por ejemplo, puedes dejar el teléfono en otra habitación mientras estudias o duermes, o desactivar las notificaciones para que no te distraigan constantemente.

• *Realiza actividades alternativas*

Realiza otras actividades que te gusten y que no estén relacionadas con el uso del móvil. Por ejemplo, hacer ejercicio, leer un libro, practicar un hobby, quedar con amigos, etc.

• *Busca apoyo*

Si ves que no puedes controlar la adicción al móvil, comparte tus inquietudes y desafíos con personas de confianza o con profesionales de la salud, como un psicólogo o terapeuta especializado en adicciones.

No es cuestión de eliminar por completo el uso del móvil, el ordenador o la *Tablet*, sino de restringir su uso para poder dedicar más el tiempo a aquellas actividades de relación social, en el mundo real, que son las que satisfacen verdaderamente nuestra necesidad de relacionarnos con otros seres fuera de nosotros.

¿Qué necesitamos realmente?

Dios hizo a los seres humanos para que tuvieran relación, unión y comunión personal con otros semejantes y con su Creador. Ignorar esto es entrar en are-

nas movedizas.

La adicción a las llamadas redes sociales como Facebook, X, WhatsApp, Tik Tok y Messenger nos engañan haciéndonos creer que estamos conectados personalmente, cuando en verdad lo que estamos viviendo es un sucedáneo de la verdadera relación personal, que es la que se lleva a cabo encontrándonos con las personas cara a cara.

Como han concluido los psicólogos, y la experiencia humana sobre este planeta lo atestigua, no hay duda alguna de que nuestro Creador nos hizo para que fuésemos seres sociales. Cuando él creó a los seres humanos Dios mismo se paseaba en medio del jardín del Edén con ellos, hasta que permitieron ser engañados por la serpiente y dejaron de fiarse de su Creador y eso rompió su relación con él: "La serpiente era más astuta que todos los animales del campo que Dios el Señor había hecho, así que le preguntó a la mujer: —¿Es verdad que Dios os dijo que no comierais de ningún árbol del jardín? [torció totalmente, con la mentira, lo que Dios les había dicho]... Pero la serpiente le dijo a la mujer: —¡No es cierto, no vais a morir! Dios sabe muy bien que, cuando comáis de ese árbol, se os abrirán los ojos y llegaréis a ser como Dios, conocedores del bien y del mal... Cuando el día comenzó a refrescar, oyeron el hombre y la mujer que Dios el Señor andaba recorriendo el jardín; entonces corrieron a esconderse entre los árboles, para que Dios no los viera" (**Génesis 1-8**). Hasta entonces el ser humano y Dios habían tenido una relación personal fluida, pero decidieron darle la espalda, y en lugar de creer la verdad empezaron a creerse las mentiras de la serpiente, y se aislaron de Dios.

¿Quién era aquella serpiente en realidad? Tenemos que ir al último libro de la

Biblia para enterarnos: "Así fue expulsado el gran dragón, aquella serpiente antigua que se llama Diablo y Satanás, y que engaña al mundo entero..." (**Apocalipsis 12:9**). A excepción de los patriarcas, algunos siervos de Dios y los profetas, con los que él, en su misericordia y amor, siguió manteniendo contacto, conexión y sintonía, la mayoría de la humanidad se separó de su Creador y se descarrió de su camino, como registró el apóstol Pablo, citando del Antiguo Testamento [Sal. 14:1-3; 53:1-3; Ec. 7:20]: "Todos se han descarriado, a una se han corrompido. No hay nadie que haga lo bueno; ¡no hay uno solo!" (**Romanos 3:12**).

Pero eso no le hizo desistir a Dios de hacer realidad su plan con el ser humano. Yo suelo mencionar que la escritura que nos informa del final del plan de Dios para traer a todos los seres humanos a tener relación personal, perfecta con él y los unos con los otros, en unidad, no está al final de la Biblia sino en **1 Corintios 15:28**: "Y, cuando todo le sea sometido, entonces el Hijo mismo se someterá a aquel que le sometió todo, para que Dios sea todo en todos".

La solución que Dios, en su omnisciencia, había planificado desde antes de la creación se hizo realidad en Cristo. En su amor, él vino a encontrarnos personalmente. Nos abrazó a todos en la cruz: "Pero yo, cuando sea levantado de la tierra, atraeré a todos a mí mismo" (**Juan 12:32**). Pagó en la cruz la deuda que nos mantenía separados, y nos llevó a todos al Padre en él: "En otro tiempo vosotros estabais muertos en vuestras transgresiones y pecados... Os conducíais según... el espíritu que ahora ejerce su poder en los que viven en la desobediencia... también todos nosotros vivíamos... impulsados por nuestros deseos pecami-



Estar conectados

ta que sus depósitos están casi vacíos, mientras que los conductores de coches eléctricos, generalmente, tienen que recargar las baterías de sus autos dondequiera que haya cerca un surtidor.

Esto me recuerda a mi relación con Dios. ¿Recargo regular y totalmente mi contacto con él, sin tener en cuenta cuando lo hice la última vez, o cuán lejos puedo ser capaz de llegar sin hacerlo? ¿O solamente repostado cuando me he

quedado espiritualmente "seco", y no me queda otra opción?

Saber lo que Jesús ha hecho por nosotros nos tiene que llevar a querer estar constantemente en contacto con él, por medio de la alabanza, dándole gracias y aprendiendo de él, naturalmente llevando a cabo la instrucción bíblica: "Estad siempre alegres, orad sin cesar, dad gracias a Dios en toda situación, porque esta es su voluntad para vosotros en Cristo Jesús". (**1 Tesalonicenses 5:16-18**).

¿Eres una persona alegre, de oración y agradecida? Cuanto más te llenes del amor de Jesús, más repostado estarás.

Con Amor cristiano 

Sobre el autor: Anthony Dady es un ministro en la Comunión Internacional de la Gracia y es pastor regional para Gales, las Midlands y el norte de Inglaterra.



por Anthony Dady

¿habéis sido afectados por la reciente "crisis del petróleo", como consecuencia de la guerra de Putin contra

Ucrania?

Uno de los efectos secundarios de esta crisis es un aumento en el interés por los vehículos eléctricos. La compra de un coche eléctrico, sin embargo, requiere de un cambio de vida. Los automóviles de gasolina o de diésel pueden hacer, sin repostar, alrededor de mil kilómetros, y pueden seguir circulando has-

no se puede planificar así sin evaluar lo que tenemos a mano. Una evaluación precisa de los recursos, o de la ausencia de los mismos, se vuelve crucial. Nehemías es un buen ejemplo de esta realidad. Cuando se acercó al rey, era consciente de lo que se necesitaría para comenzar a ejecutar la misión. Pidió al rey cartas para los gobernadores de las diferentes provincias para poder tener acceso, también consiguió madera para los muros y las puertas. Nehemías había evaluado el costo del logro de la misión.

El liderazgo visionario, orientado por la misión y estrategia de Nehemías, se puede resumir de la siguiente forma: Fue impulsado por el Espíritu a participar en la misión de Dios (**Nehemías 1:1-3**).

Buscó a Dios en oración con humildad y arrepentimiento (**1:4-11**).

Recibió una visión clara y concisa de Dios (**2:1-6**). Consiguió recursos para la ejecución de la misión (**2:7-8**).

Reclutó y movilizó a líderes (**2:16-18**).

Enfrentó la oposición y las dificultades dependiendo de Dios y conociendo su misión (**2:19; 4:7-9**).

Se adaptó y perseveró con fe, esperanza y amor.


El ministerio de Nehemías me recuerda al de Jesucristo. Al igual que Nehemías, Jesús también reclutó, inspiró y movilizó a otros para que le ayudaran a llevar a cabo la misión que recibió del Padre. Era un líder visionario y bastante estratégico en su forma de comportarse. Su visión para su comunidad era que la misma se uniera a él y, por el Espíritu, participara con él en la misión del Padre.

Dado que Jesús nos ha invitado a

participar en su ministerio al mundo, al igual que Nehemías y Jesús debemos liderar estratégicamente. Por el Espíritu, también necesitamos reclutar, inspirar y movilizar al cuerpo de Cristo para alcanzar la visión de Dios para nuestras congregaciones. Creo que nuestro modelo basado en equipos dirigidos por pastores nos brinda la estructura para facilitar esto. Como pastores, debemos emplear un liderazgo visionario y estratégico para guiar a nuestros equipos a través del ministerio saludable Caminos de fe, esperanza y amor. Nehemías no pudo lograr la misión sin formar un equipo. Reclutó varios equipos y los organizó de manera que pudieran desplegarse eficazmente en el campo.

Dios no sólo llamó a Nehemías a reconstruir los muros de la ciudad sino también a lograr un propósito mayor. La construcción de los muros restableció la moral de las personas, que había sido destruida, e inspirarlas a reconstruir sus vidas y su comunidad. El llamado de Dios siempre incluye restablecer relaciones rotas y llevar a las personas a buscar a Dios, restaurando las expresiones de la adoración. Fue verdaderamente un ministerio de fe, esperanza y amor.

Compañeros y colaboradores, pido a Dios que, como Nehemías, nuestros corazones se conmuevan y nuestras mentes se llenen de claridad en la visión y en la misión. Que el Señor despierte en nosotros los dones de liderazgo con los que ya nos ha equipado, y que su Espíritu nos dé su poder para que nuestra participación en la misión de Dios resulte en el gozo de hacer discípulos con Jesús.


Sobre el autor: Heber Ticas es superintendente en la **GCI** para América Latina. 

nosos, siguiendo nuestra propia voluntad... Pero Dios, que es rico en misericordia, por su gran amor por nosotros, nos dio vida con Cristo, aun cuando estábamos muertos en pecados. ¡Por gracia habéis sido salvados! Y en unión con Cristo Jesús, Dios nos resucitó y nos hizo sentar con él en las regiones celestiales”.

Tenemos que reconocer con qué necesidades nos creó Dios y actuar en consecuencia. Dios nos ha creado para que no dependamos de las cosas, sino del Creador y de los demás seres humanos, para que tengamos relación personal con él. El gran pensador y creyente, Blaise Pascal afirmó: “En el corazón de todo ser humano existe un vacío que tiene la forma de Dios. Este vacío no puede ser llenado por ninguna cosa creada, sino solo únicamente por Dios”. Podemos decir que el ser humano, en su ignorancia o distanciamiento de su Creador, llena ese vacío con cualquier sucedáneo y los medios modernos de conexión, que no de relación, están demostrando ser uno muy atractivo para tratar de llenar ese vacío.

En la plenitud del reino de Dios, después de la venida de Jesús en gloria, Dios mismo hará morada con los seres humanos y viviremos en unión, comunión y relación en paz, gozo y armonía, con él y los unos con los otros, como él había pretendido que fuera desde el principio: “...Vi un cielo nuevo y una tierra nueva... Oí una potente voz que provenía del trono y decía: «¡Aquí, entre los seres humanos, está la morada de Dios! Él acampará en medio de ellos, y ellos serán su pueblo; Dios mismo estará con ellos y será su Dios... Ya no habrá muerte, ni llanto, ni lamento ni dolor, porque las primeras cosas han dejado de existir” (**Apocalipsis 20:1-4**).

A diferencia del móvil, Dios siempre tiene cobertura, nos ha conectado a todos

con él por medio del Espíritu Santo, pero ¿quieres moverte de tu posición para sintonizar su emisión sin ninguna interferencia? La relación personal con tu Creador está a tan solo una oración de ti, y es tan segura e íntima que no se puede comparar a la que puedas tener con los contactos en tu móvil, aunque sean miles de ellos. Sintoniza con él y nunca estarás solo. 

1.Perrin M, Atske S. (2021). Pew Research Center: <https://www.pewresearch.org/short-reads/2021/03/26/about-three-in-ten-u-s-adults-say-they-are-almost-constantly-online/>.

2.Vogel E, Gelles-Watnick R, Massarat N. (2022). Los adolescentes, los medios sociales y la tecnología 2022. Pew Research Center. : <https://www.pewresearch.org/internet/2022/08/10/teens-social-media-and-technology-2022/>.

3.Departamento de Salud y Servicios Humanos de Estados Unidos. (2023). <https://www.hhs.gov/sites/default/files/surgeon-general-social-connection-advisory.pdf>

4.Shovestul B, Han J, Germine L. Factores de riesgo de soledad: La alta importancia relativa de la edad comparada con otros factores. *PLoS One* 2020; 15 (2): e0229087.

5.Holt-Lunstad J, Smith TB, Baker MI. Un repaso meta-analítico. *Perspectivas Psicosociales* 2015;10(2), Págs 227–237.

6.Valtorta NK, Kanaan M, Gilbody SI: Revisión sistemática y meta-análisis de estudios de observación longitudinal. *Heart* 2016;102(13):10091016. <https://heart.bmj.com/content/102/13/1009?ref=magazine.circledna.com>

7.Cohen S. De las vulnerabilidades psicosociales a las enfermedades infecciosas del aparato respiratorio superior: (COVID-19). *Perspect Psychol Sci* 2021; 16 (1), Págs.161–174.

8.Mann F, Wang J, Pearce E. La Soledad y la aparición de nuevos problemas de salud mental. *Soc Psychiatry Epidemiol* 2022; 57 (11):2161–2178;

9.Lazzari C, Rabottini M. COVID-19, La soledad, el aislamiento social y el riesgo de demencia en personas mayores: *Int J Psychiatry Clin Pract* 2022;26(2), Págs. 196–207.

10.Jones JM. (2021). La membresía de la iglesia en EE.UU. cae por debajo de la mayoría por primera vez. Gallup News: <https://news.gallup.com/poll/341963/church-membership-falls-below-majority-first-time.aspx>

11.<https://www.lopezibor.com/como-detectar-adiccion-movil>



Nehemías: un Líder visionario, misionero y estratega

Un líder visionario articula y aplica el pensamiento futuro de manera que involucre y motive a otros



por Heber Ticas

Quizás recuerdes el llamado de Dios en la vida de Nehemías. Nehemías fue llamado de la vida pacífica, de ser copero del rey Artajerjes, a su turbulenta ciudad de ascendencia, Jerusalén. Su misión era reconstruir los muros de Jerusalén que estaban en ruinas. La misión era tal que exigía un líder que poseyera múltiples dotes de liderazgo.

Nehemías era un líder visionario, misionero y estratega, que ejecutaría fielmente la misión. En medio de dificulta-

des abrumadoras y desafíos constantes, nunca vaciló y vivió la misión que Dios le había encomendado con gran eficiencia. Reclutó, inspiró y movilizó a multitud de personas para llevar a cabo la misión de reconstruir los muros, y en sólo cincuenta y dos días, los muros de Jerusalén fueron reconstruidos.

Nehemías poseía una gran habilidad para armonizar su misión divina con los ritmos cotidianos de la vida y sus desafíos.

Para llevar a cabo la misión de Dios, Nehemías necesitaba emplear un liderazgo tanto visionario como estratega.

Un líder visionario es aquel que, por el Espíritu, define una imagen clara del futuro preferido. En el caso de Nehemías, una vez que Dios conmovió su corazón con respecto a la condición de los muros y las puertas de Jerusalén, puso en marcha, rápidamente, un plan para comenzar a avanzar hacia esa visión. Es importante notar que el enfoque de Nehemías estuvo bañado en oración constante ante el Señor.

Un líder visionario también es capaz de articular y aplicar el pensamiento futuro de manera que involucre y motive a otros con ese futuro en mente. Esto fue evidente en la conversación de Nehemías con el rey Artajerjes: “Un día, en el mes de *nisán* del año veinte del reinado de Artajerjes, al ofrecerle vino al rey, como él nunca antes me había visto triste, me preguntó: —¿Por qué estás triste? No me parece que estés enfermo, así que debe de haber algo que te está causando dolor. Yo sentí mucho miedo y le respondí: —¿Que viva el rey para siempre! ¿Cómo no he de estar triste, si la ciudad donde están los sepulcros de mis padres se halla en ruinas, con sus puertas consumidas por el fuego? —¿Qué quieres que haga? —replicó el rey. Encomendándome al Dios del cielo, le respondí: —Si al rey le parece bien, y si este tu siervo es digno de tu favor, te ruego que me envíes a Judá para reedificar la ciudad donde están los sepulcros de mis padres. —¿Cuánto durará tu viaje? ¿Cuándo regresarás? —me preguntó el

rey, que tenía a la reina sentada a su lado. En cuanto le propuse un plazo, el rey aceptó enviarme. Entonces añadí: —Si al rey le parece bien, te ruego que envíes cartas a los gobernadores del oeste del río Éufrates para que me den vía libre y yo pueda llegar a Judá; y por favor ordena a tu guardabosques Asaf que me dé madera para reparar las puertas de la ciudadela del templo, la muralla de la ciudad y la casa donde he de vivir. El rey accedió a mi petición, porque Dios estaba actuando a mi favor” (**Nehemías 2:1-8**).

Entró a la corte del rey con una comprensión clara de lo que se necesitaría para cumplir la misión. Como el futuro deseado estaba claro en su mente, pudo articular el pensamiento futuro de tal manera que obtuvo del rey todo lo que se necesitaba para reconstruir los muros y las puertas de Jerusalén.

Una visión sin pensamiento estratégico no llegará muy lejos y una estrategia sin planificación también fracasará. Proyectar y sostener una visión requiere ser consciente de la misión y ejercer un liderazgo estratégico. Un líder estratégico expone claramente donde se quiere llegar, y es consciente constantemente de los obstáculos que los pueden desviar de alcanzar el futuro deseado. Este tipo de líderes refuerzan constantemente la visión y celebran los avances graduales hacia la visión deseada.

Liderar estratégicamente requiere planificar con la estrategia en mente, pero