



Recopilación

Publicado en Abril 2020

Desarrollo de Competencias Espirituales – La Resiliencia Atalaya

Este es el Tiempo del Señor!

<https://www.youtube.com/watch?v=IDeeGvx7oZQ>

Resiliencia?



Video Resiliencia

<https://www.youtube.com/watch?v=dKx7FimruH4>

Qué es Resiliencia?

Resiliencia

Capacidad del ser humano
para hacer frente
a las adversidades de la vida,
superarse e inclusive,
ser transformados por ellas.

www.fundacioncadah.org

El mundo nos rompe, esas grietas hablan de fragilidad y una vez reparadas y fuertes en el plano humano resuenan a **resiliencia que es nuestra “capacidad de recuperación”**.

¿Cómo reparamos las fracturas, grietas de tu ser querido, amado?

¿O de ese amigo/a íntimo/a, o ese compañero/a de trabajo?

¿Qué ingredientes forman ese **polvo de oro** para reparar **“un corazón roto”** ?

Kintsugi o Kinsukuroi



Kintsugi, es una técnica de origen japonés para arreglar fracturas de la cerámica con barniz de resina espolvoreado o mezclado con **polvo de oro, plata o platino**.

Su filosofía es que las **roturas y reparaciones** forman parte de la historia de un objeto y deben mostrarse en lugar de ocultarse, incorporarse y además hacerlo para embellecer el objeto, poniendo de manifiesto su transformación e historia.

De esta forma la reparación transforma la pieza, dándole un nuevo valor que en la mayoría de las ocasiones **cobran más valor que anterior a su rotura**.

Kintsugi o Kinsukuroi

<https://www.youtube.com/watch?v=8XpeYHmhGog>

Kintsugi: Salmos 51:17, 2da Corintios 12:9, 1ra Corintios 1:25

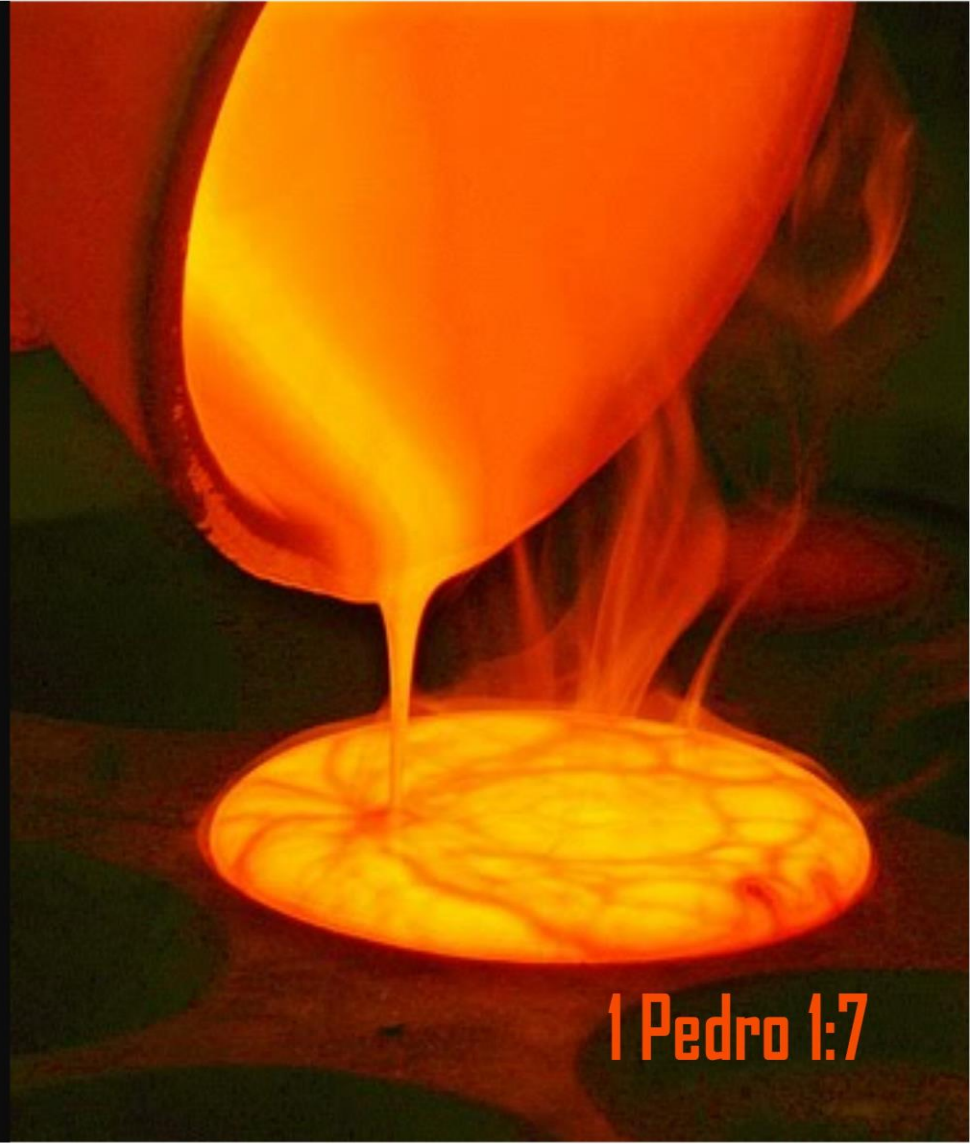
Salmos 51:17 Los sacrificios de Dios son el **espíritu quebrantado; al corazón contrito y humillado** no despreciarás Tú, oh Dios.

2da Corintios 12:9 Y me ha dicho: Bástate Mi gracia; porque **Mi poder se perfecciona en la debilidad**. Por tanto, de buena gana me gloriaré más bien en mis debilidades, para que repose sobre mí el poder de Cristo.

1ra Corintios 1:25 Porque lo **insensato de Dios es más sabio que los hombres**, y lo **débil de Dios es más fuerte que los hombres**. ... sino que lo **necio del mundo** escogió Dios, **para avergonzar a los sabios**; y lo **débil del mundo** escogió Dios, **para avergonzar a lo fuerte**; y lo **vil del mundo y lo menospreciado** escogió Dios, y **lo que no es, para deshacer lo que es**, a fin de que nadie se jacte en Su presencia.

Kintsugi: 1 Pedro 1:7

"PARA QUE SOMETIDA A PRUEBA
VUESTRA FE, mucho más
preciosa que el oro, el cual
aunque perecedero se prueba
con fuego, SEA HALLADA EN
ALABANZA, GLORIA Y HONRA
cuando sea manifestado
Jesucristo."



1 Pedro 1:7

Resiliencia en tres niveles

1 Tesalonicences 5:23

Y el mismo Dios de paz os santifique por completo; y **todo vuestro ser, espíritu, alma y cuerpo**, sea guardado irrepreensible para la venida de nuestro Señor Jesucristo.



Elige?

Dureza de Corazón

Vs.

El elixir de Amor



¡Huellas en la arena!

https://www.youtube.com/watch?v=_ruugP7wMYQ

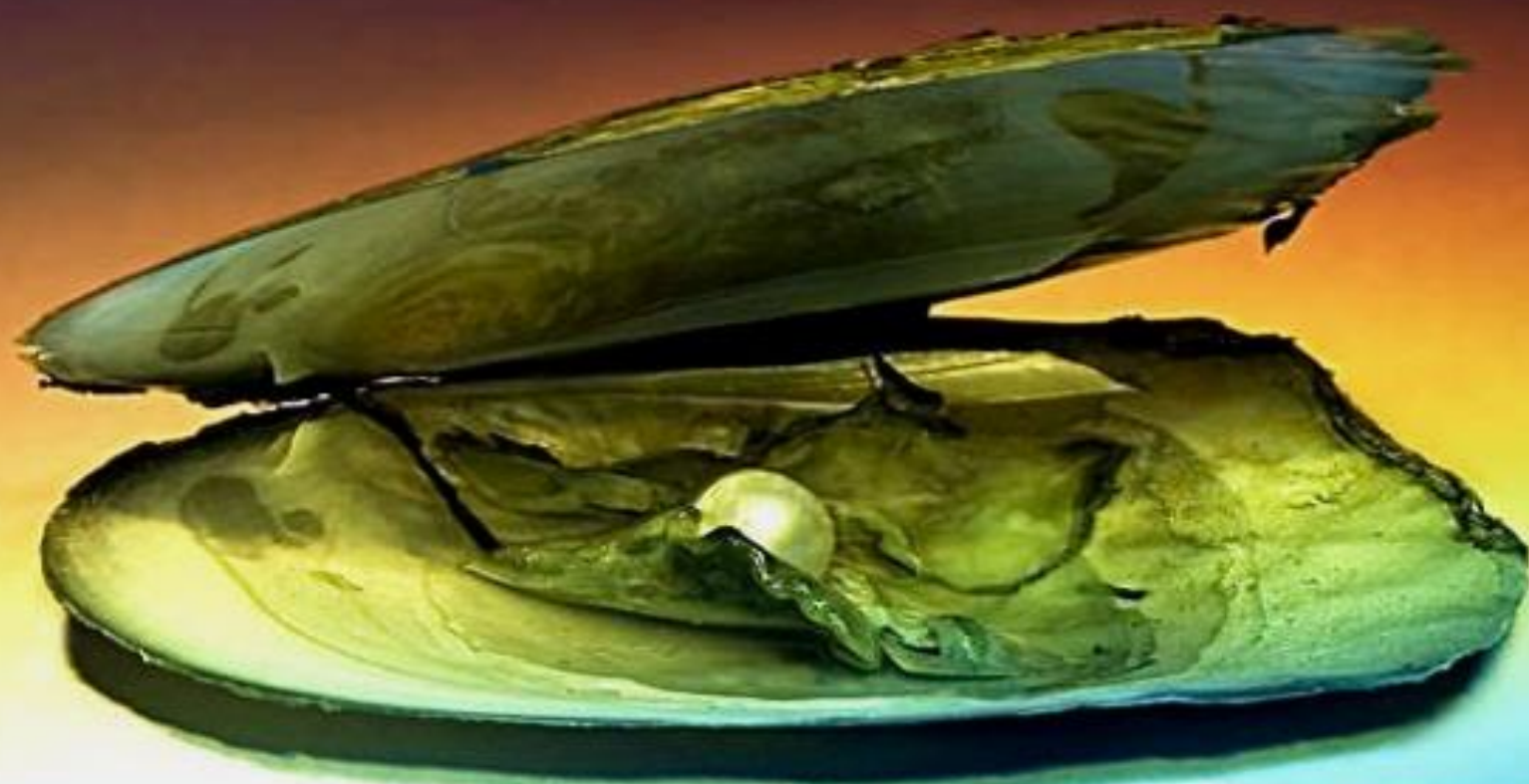
Todo el mundo es una obra en construcción!

- ✓ Algunas de las carreteras más modernas, mientras están en construcción ocasionan algunos de los atascos, inconvenientes, desvíos y contrariedades más exasperantes, en muchos casos durante años.
- ✓ Pero una vez que se terminan uno se da cuenta de que valió la pena.
- ✓ Lo que durante algún tiempo casi acaba por desquiciarlo, se convirtió en una vía por la que se llega de forma más rápida y eficiente que antes.
- ✓ Por eso, ten paciencia con las obras humanas del Señor en construcción.

Todo el mundo es una obra en construcción!

- ✓ Si sientes la tentación de enfadarte por los defectos de los demás que te molestan y exasperan, piensa en el desastre que parecerías si los demás fueran perfectos.
- ✓ Los errores y fracasos de los demás no son lo peor de la vida.
- ✓ Lo que es verdaderamente lamentable es ser tan miope que solo se vean esos errores, cuando se han puesto ante ti oportunidades de crecer y aprender por medio de la paciencia, el perdón, la fe y el amor.

**Sin los ásperos e irritantes granos de arena
no habría perlas de gran precio.**



La próxima vez que te iriten las molestas faltas y errores de los demás, alégrate por las perlas en que a la larga se convertirán en tu vida si las cubres con verdad, amor, perdón y fe.

Como si fuera mi último día – Tercer Cielo

https://www.youtube.com/watch?v=MWd4ojzjFJk&list=RDMWd4ojzjFJk&start_radio=1&t=60



Mateo 18:4

"Así que, cualquiera que se humille como este niño, ése es el mayor en el reino de los cielos"...

(S.Mateo 18:4)



22.04.2012 21:31

Mateo 11:28-30 - ... aprended de Mí, que soy manso y humilde de corazón!

Venid a Mí todos los que estáis trabajados y cargados, y Yo os haré descansar.

Llevad Mi yugo sobre vosotros, y aprended de Mí, que soy manso y humilde de corazón; y hallaréis descanso para vuestras almas; porque Mi yugo es fácil, y ligera Mi carga.



Alguien rezó y se hizo fácil mi carga!

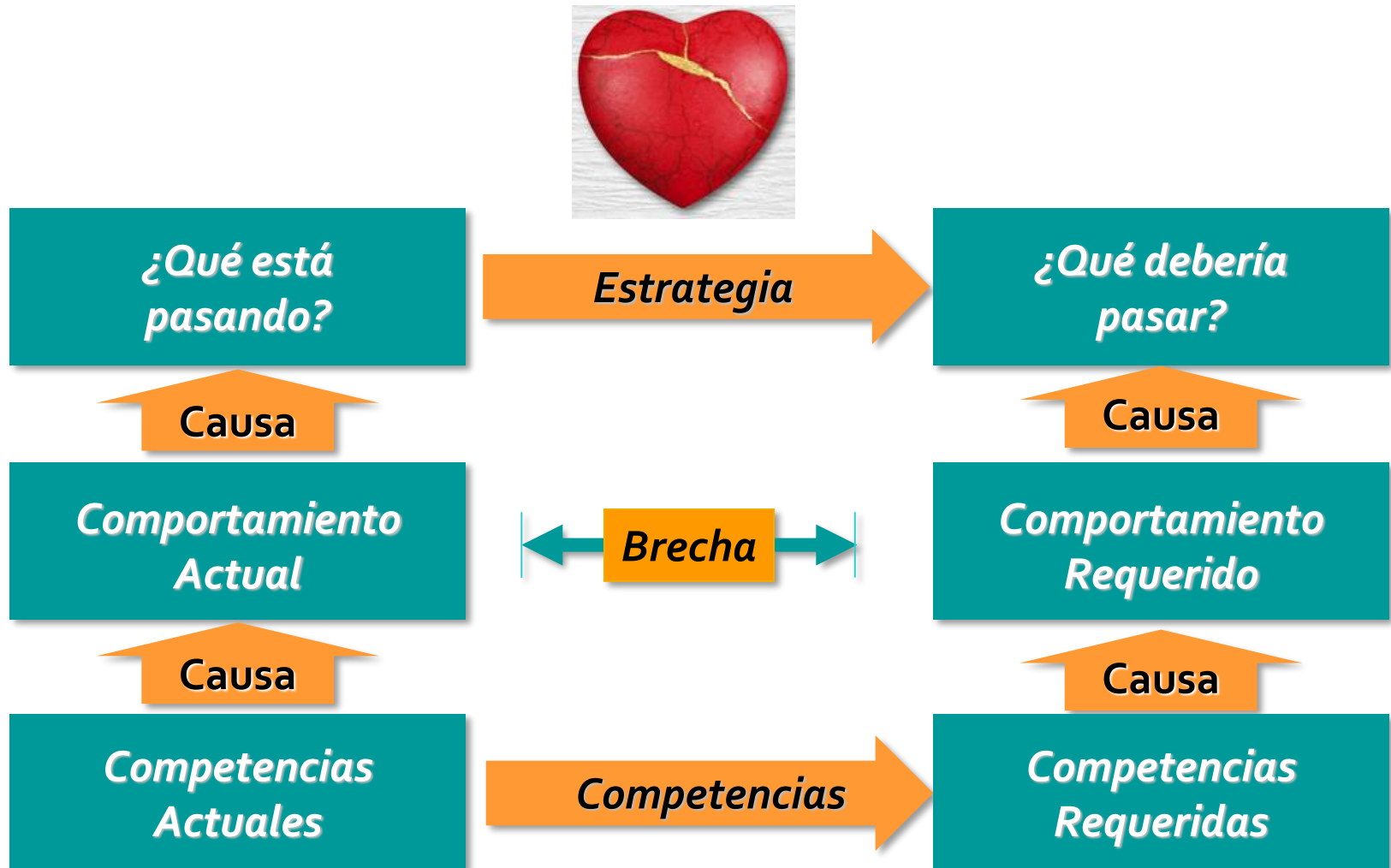
<https://www.youtube.com/watch?v=33yb-lZy6ko>



7 Enemigos que hay en tu vida que son una carga, te impiden remontarte y ser resiliente



Para alcanzar nuestros objetivos tenemos que cambiar !!!



Enemigo número 1 - Quejas y Actitudes Negativas

- ✓ **Primer enemigo: Quejas y actitudes negativas.**
- ✓ Esfuérzate por adoptar en toda ocasión y a cada momento en que pases por una prueba la actitud de pensar: «He aprendido a contentarme, cualquiera que sea mi situación». Vístete del espíritu de fe y confianza, sabiendo que he enviado esa situación o ese pequeño obstáculo a tu vida para ver cómo reaccionas.
- ✓ Haz una lista de todas tus circunstancias difíciles.
- ✓ Ora para tener una actitud de contentamiento en todos los aspectos de tu vida.
- ✓ Eso marcará una diferencia inmensa en tu nivel de fe, ¡y no digamos de la expresión facial que tendrá tu nuevo ser!

Enemigo número 2 - Actitud Crítica

- ✓ **Segundo enemigo: Actitud crítica.**
- ✓ Combate la tendencia interna a sentirte satisfecho de ti mismo y asentarte espiritualmente, a pensar: «Yo estoy bien, pero mira a ese».
- ✓ Lucha por ver a los demás únicamente con fe y con ojos llenos de Mi amor total e incondicional.
- ✓ Guárdate de criticar, aunque sea en pequeñeces.
- ✓ Confía en Mí, en que estoy obrando en la vida de cada uno de la forma que me parece más conveniente y cuando lo veo más oportuno.

Enemigo número 3 - Rigidez y el Dogmatismo

- ✓ **Tercer enemigo: La rigidez y el dogmatismo.**
- ✓ Es natural que a medida que vas avanzando en edad empieces a estancarte en rutinas, ya se trate de tu conducta, reacciones, costumbres personales, cosas que te gustan y te disgustan, e incluso en tu forma de ver la vida y a los demás.
- ✓ Son rutinas de las que las personas a veces no quieren salir, pues las ven como parte de lo que el Señor no puede cambiar, sobre todo a medida que se hacen mayores.

Enemigo número 4 - El impulso de decir: «¡No puedo!», y: «¡Es imposible!»

- ✓ **Cuarto enemigo: El impulso de decir: «¡No puedo!», y: «¡Es imposible!»**
- ✓ Resiste la tendencia a exclamar: «¡Imposible!»
- ✓ Recuerda que Jesús es quien obra por medio de ti, y que el poder para cambiar no proviene de ti. Todo lo que hace falta es que te entregues a el, diciendo: «Jesús, deseo cambiar, tengo que cambiar, y estoy dispuesto a hacer los sacrificios que hagan falta para que se opere ese cambio».
- ✓ Al decir: «**No puedo**», demuestras que tienes los pensamientos enfocados en ti mismo y en tus circunstancias en vez del Señor. Así ya estás derrotado antes de empezar siquiera.
- ✓ ¡Empuña el arma de la fe contra este enemigo!

Enemigo número 5 - La tendencia a descuidar el nivel de conducta, a buscar la salida más fácil, la más cómoda

- ✓ Quinto enemigo: La tendencia a descuidar el nivel de conducta, a buscar la salida más fácil y más cómoda, a no espolearte y aplicar la Palabra a cada faceta de tu vida, deseando que el cambio continúe.
- ✓ El arma para combatirlo es que vivas más inmerso en el Señor y en su Palabra, que lo ames con todo tu corazón y con toda tu alma, que lo busques con pasión después de esos momentos que pasas junto a él. Aspira en todo momento a amarlo más y parecerte más a él en todo lo que digas y hagas.

Enemigo número 6 - Embotamiento y Pesimismo

- ✓ **Sexto enemigo: Embotamiento y Pesimismo.**
- ✓ ¿Es que ya no esperas milagros? ¿Ha pasado mucho tiempo desde la última vez en que sentiste una emoción inmensa ante alguna nueva verdad, o desde que hiciste algo poco usual o poco convencional, de pura alegría por Jesús y de felicidad por contarte entre sus escogidos?
- ✓ Si ha pasado mucho tiempo, rompe la rutina y deja que te sorprenda y estremezca y que manifieste su capacidad y poder para regenerarte y transformarte, para darte todavía más pasión y fervor por la vida y por vivir que en tu juventud! Esfuérzate por ser alegre. Llénate de entusiasmo y optimismo y abandona tu tendencia natural a ser *realista*.

Enemigo número 7 - Mirar Atrás

- ✓ **Séptimo enemigo: Mirar atrás.**
- ✓ Jesús siempre se rige por el principio de que el vino de la última cosecha es el mejor, y con el siempre hay renovación, crecimiento, cambio y desafíos. Olvida lo que quedó atrás (tus costumbres y tu personalidad natural) y extiéndete a lo que está delante (tu nueva personalidad que se remonta).
- ✓ ¡Cuenta con milagros! Aguarda con ilusión todo lo que va a obrar por ti y a través de ti, pues ya está hecho. ¡Ten una perspectiva amplia, ilimitada, El va a obrar por medio de ti!
- ✓ En el eterno presente, ese poder para remontarte sobre ti mismo y tus circunstancias ya se te ha dado; lo que falta ahora es que te extiendas con plena fe y lo hagas tuyo.

Da tus pensamientos a Jesús!

<https://www.youtube.com/watch?v=zfYUbj8Cok>



Taller - Enemigos, Cambios y Prioridades!

ENEMIGOS	CAMBIOS	PRIORIDADES (1, 2, 3)
Quejas y actitudes negativas		
Actitud crítica		
La rigidez y el dogmatismo		
El impulso de decir: «¡No puedo!», «¡Es imposible!		
La tendencia a descuidar el nivel de conducta, a buscar la salida más fácil y más cómoda		
Embotamiento y Pesimismo		
Mirar atrás		

Ejemplo - Enemigos, Cambios y Prioridades!

ENEMIGOS	CAMBIOS
Quejas y actitudes negativas	Filipenses 2:14 Haced todo sin murmuraciones y contiendas.
Actitud crítica	Filipenses 2:3 Nada hagáis por contienda o por vanagloria; antes bien con humildad, estimando cada uno a los demás como superiores a él mismo;
La rigidez y el dogmatismo	Romanos 12:3 Digo, pues, por la gracia que me es dada, a cada cual que está entre vosotros, que no tenga más alto concepto de sí que el que debe tener, sino que piense de sí con cordura, conforme a la medida de fe que Dios repartió a cada uno.
El impulso de decir: «¡No puedo!», «¡Es imposible!	Lucas 1:37 porque nada hay imposible para Dios.
La tendencia a descuidar el nivel de conducta, a buscar la salida más fácil y más cómoda	Santiago 1:8 El hombre de doble ánimo es inconstante en todos sus caminos.
Embotamiento y Pesimismo	Filipenses 4:8 Por lo demás, hermanos, todo lo que es verdadero, todo lo honesto, todo lo justo, todo lo puro, todo lo amable, todo lo que es de buen nombre; si hay virtud alguna, si algo digno de alabanza, en esto pensad.
Mirar atrás	Filipenses 3:13-14 Hermanos, yo mismo no pretendo haberlo ya alcanzado; pero una cosa hago: olvidando ciertamente lo que queda atrás, y extendiéndome a lo que está delante, prosigo a la meta, al premio del supremo llamamiento de Dios en Cristo Jesús.

Corramos con paciencia la carrera que tenemos por delante! Hebreos 12:1

- Por tanto, nosotros también, teniendo en derredor nuestro tan grande nube de testigos, **despojémonos de todo peso y del pecado que nos asedia**, y corramos con paciencia la carrera que tenemos por delante,



Entusiasmo es el arco iris que corona el cielo de la fe!



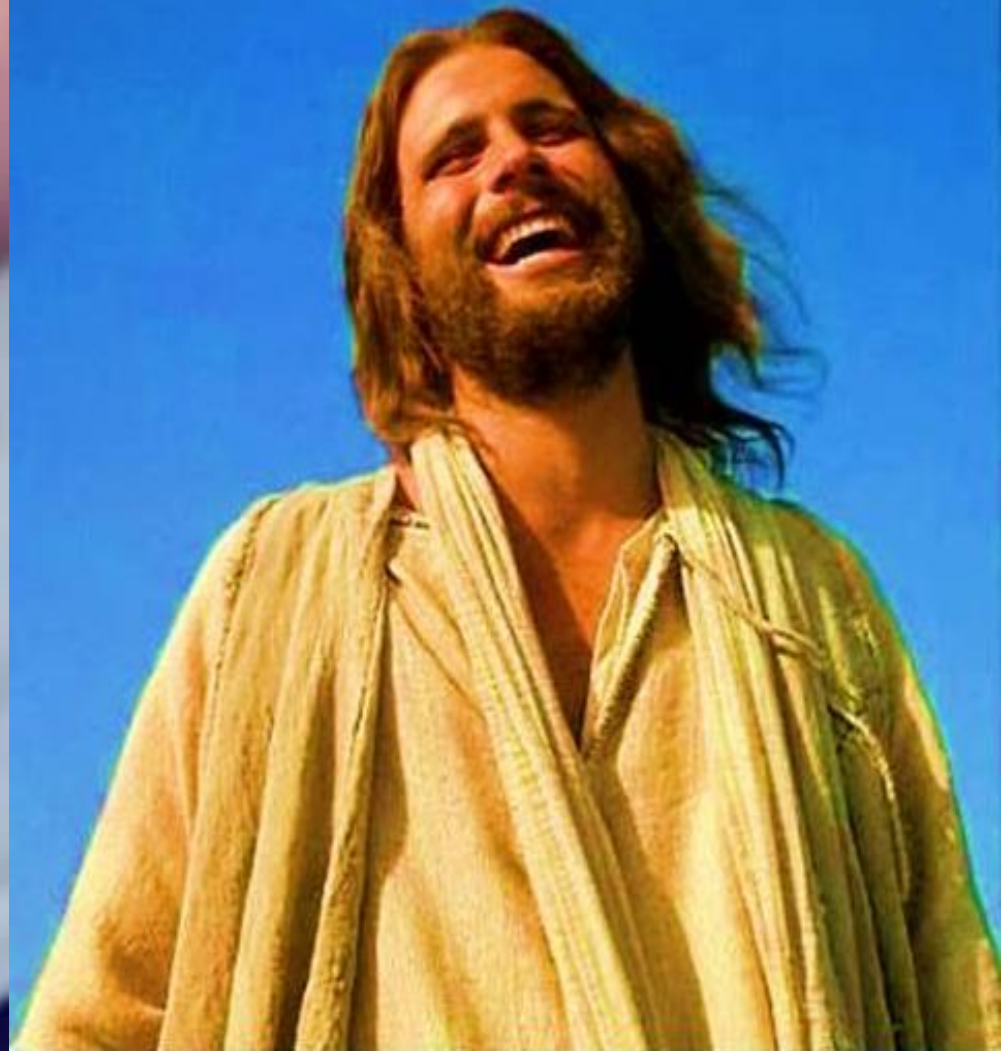
El entusiasmo por la vida y por todo lo que estoy haciendo proviene de vivir más en Mí. El entusiasmo es el arco iris que corona el cielo de la fe; pone una luz positiva y diferente a las cosas. Esfuérzate por tener una actitud entusiasta. Eso no significa que a veces no vayas a tropezar o caer, pero el entusiasta, hasta cuando cae, saca provecho a la caída.

La profecía de alegría de Jesús en Salmo 45:7 y el cumplimiento en Hebreos 1:9

Salmo 45: 7

Has amado la
justicia y aborrecido
la injusticia; por eso te
ha ungido Dios, el Dios
tuyo, con aceite de gozo,
mas que a tus
compañeros.

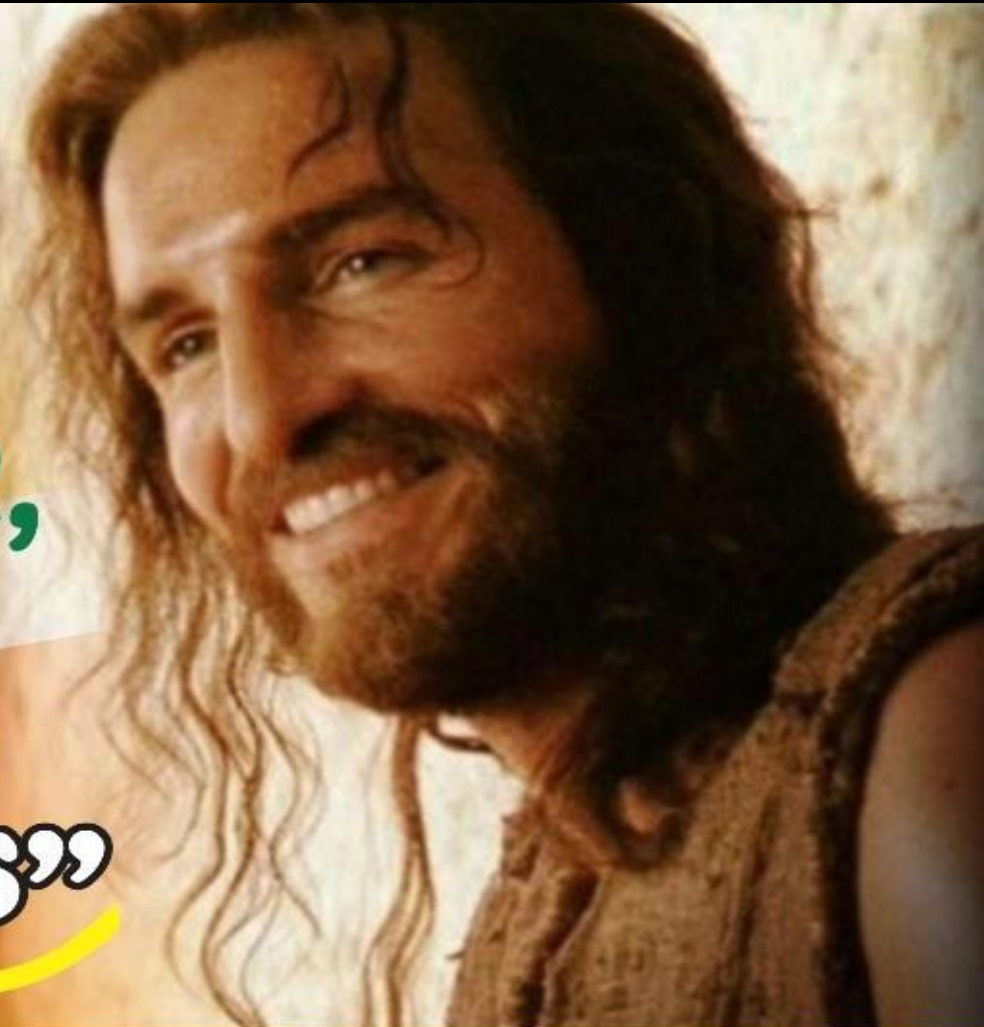
Hebreos 1:9



Filipenses 4:4

“Estén
siempre
alegres en
el **SEÑOR**,
les repito,
estén
ALEGRES”

Filipenses 4, 4



Jesús nos cambia el Infeliz por Feliz!



Mas como tu Jesús

<https://www.youtube.com/watch?v=gaARxAhNvbQ>

Mateo 11:28-30 - ... porque Mi yugo es fácil, y ligera Mi carga.!



**DIOS QUIERE LIBERARTE
DE LAS PESADAS CARGAS QUE ARRASTRAS**

Algunos consejos para aprender a remontarte en tu vida personal

- ✓ Cuando empieces a sentir la tensión y el agotamiento del trabajo o de las dificultades personales, detente. No sigas como antes tratando de rendir aunque sabes que no tienes las fuerzas. Déjalo todo a un lado por un tiempo, aunque no sea más de quince minutos, y acude al Señor para que te llene de su Espíritu.
- ✓ No te sobrecargues analizando mentalmente las cosas ni considerándote en la obligación de resolver el problema de esa manera. Plántele directamente a el, y encuentra así la solución.
- ✓ Renuncia a tu propia capacidad y aférrate a la suya presentándole cada problema y pidiéndole la solución.

Algunos consejos para aprender a remontarte en tu vida personal

- ✓ Empieza con el corazón limpio.
- ✓ Toma la resolución de remontarte.
- ✓ Sé consciente de tu debilidad y apóyate en su misericordia.
- ✓ Empieza la jornada acudiendo a Jesús.
- ✓ Evita toda actitud mala e impía, sométete esa es la clave.
- ✓ Depende del Señor, deja que su naturaleza divina more en ti.
- ✓ Ve en cada dificultad una oportunidad de remontarte.
- ✓ Deja que su Espíritu habite plenamente en ti.
- ✓ Vive inmerso en su Palabra.
- ✓ Pon por obra lo que dice el Señor.
- ✓ Consúltale todo.
- ✓ No des lugar al Diablo.

Mateo 16:19 Las llaves del Reino de los Cielos

¿Quién nos da la autoridad?

- Mateo 16:19

Y a ti te daré las llaves del reino de los cielos; y todo lo que atares en la tierra será atado en los cielos; y todo lo que desatares en la tierra será desatado en los cielos.



Borra la impaciencia!

**“Porque nada hay
imposible para Dios”
Lucas 1:37**



impossible

Las promesas del Señor!

<https://www.youtube.com/watch?v=kn8vIN1cVTU>

Poema: Las llaves de Resiliencia!

Invoca hoy el poder de las llaves de la resiliencia!
Situaciones adversas las resuelves con paciencia!
En conflictos manifiesta Su divina benevolencia!
Acude en crisis a remontarte de la impaciencia!
Con humildad aprende ya de todas las roturas!
Adornan nuestra historia las hermosas fracturas!
Reflejando vivencias de nuestras épocas duras!
Cuán valiosas son las heridas cuando maduras!
Con polvo de oro celestial inicia la restauración!
Del corazón roto emerge nuestra transformación!
El Espíritu Santo nos unge y otorga la bendición!
Jesús nos fortalece y responde a nuestra oración!



Fe -> Felicidad!

