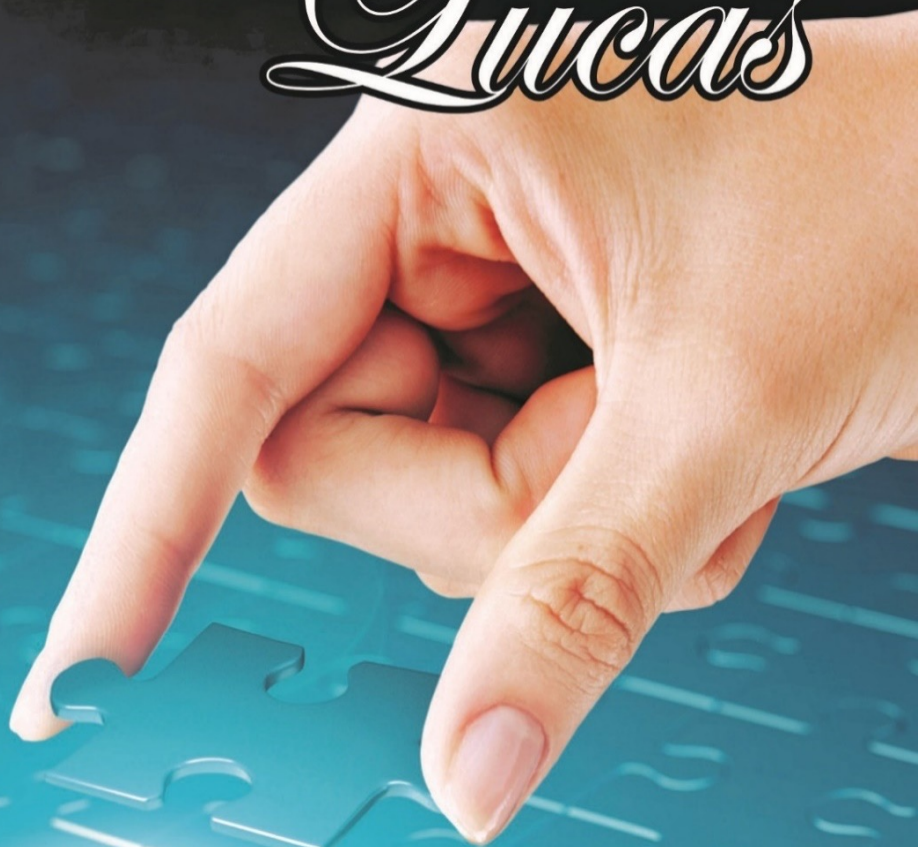


Ediciones Lucas



“LA LIBERACION EMOCIONAL PARA LA COMUNION CON LA PERSONA DE JESUS.”

EI-011125-113

“LA LIBERACION
EMOCIONAL PARA
LA COMUNION CON
LA PERSONA DE
JESUS”

© 2025 EDICIONES LUCAS

Todos los derechos reservados. Ninguna parte de esta obra puede ser reproducida ni transmitida por ningún medio – gráfico, electrónico o mecánico, lo cual incluye fotocopiado, grabación y sistemas informáticos –sin el consentimiento escrito del editor.

Todas las citas bíblicas escritas y referencias han sido tomadas de la Versión Reina-Valera 1960. En cuanto a otras citas aclaramos la Versión de la Biblia de donde han sido tomadas.

Primera edición: noviembre 2025

Escrito y editado por: Josué Galán y Roxana de Abarca

Cualquier pedido o comentario hágalo a la siguiente dirección:

josuegalan@hotmail.com
www.vidadeiglesia.org
vidadeiglesiaorg.blogspot.com
asesalegal@gmail.com

EI-011125-113

LA LIBERACION EMOCIONAL PARA LA COMUNION CON LA PERSONA DE JESUS

S E M A N A — 1 —
La comunión con la persona del Señor Jesús es muy limitada, y gran parte de ello se debe a los conflictos que fuimos adquiriendo a lo largo de nuestro desarrollo emocional. Estos conflictos suelen originarse desde nuestra concepción hasta los doce años de edad. Durante ese período, muchas veces las circunstancias de la vida no nos favorecieron para establecer un contacto y una relación viva y personal con la persona de Jesús.

Los traumas, los conflictos, las programaciones emocionales y muchas otras cargas se convirtieron en un peso difícil de llevar, que nos condicionaron para no abrírnos plenamente a la comunión con el Señor. Ante esto, lo único que Él puede hacer es quebrantarnos para dismantelar nuestro falso yo, de modo que podamos encontrarnos verdaderamente con Dios.

La Biblia nos muestra que a la carne, es decir, a nuestra naturaleza caída no le es posible buscar a Dios ni tampoco quiere. De modo que al llegar a nuestros doce años, en lugar de estar preparados para la comunión con Dios, hacemos todo lo opuesto, nos alejamos de Él.

Si somos observadores, podemos notar cómo muchos niños, entre los 4 y los 9 años de edad, manifiestan un profundo deseo de buscar a Dios. Son niños que oran, que son tocados por el Señor en las reuniones de la iglesia e, incluso, algunos asisten por iniciativa propia. En fin, muestran una gran apertura para encontrarse con Dios. Sin embargo, también podemos ver cómo muchos de esos mismos niños, al crecer, pierden el amor por el Señor y se alejan de Él.

Cuando finalmente, ya en la adultez, comenzamos a vivir la vida cristiana después de haber tenido un encuentro genuino con la persona de Jesús, nos damos cuenta de que nuestra relación con el Señor es muy limitada, al punto de que el Evangelio llega a convertirse, para nosotros, en un simple concepto.

Uno de los errores más grandes de los cristianos es, precisamente, reducir al Señor a un conjunto de conceptos y doctrinas, completamente alejados de lo que debería ser una relación personal y viva con la persona de Jesús.

El desarrollo emocional del ser humano, como ya mencionamos, se da desde el momento de su concepción hasta aproximadamente los doce años de edad. Los estudiosos de la psicología y la antropología afirman que, durante este período, la

persona atraviesa al menos cuatro etapas fundamentales hasta alcanzar su madurez. A continuación haremos una mención breve de estas etapas:

- 1.- LA ETAPA SENSORIAL COGNITIVA
- 2.- LA ETAPA DEL DESPERTAR DE LA CONCIENCIA INTERIOR
- 3.- LA ETAPA DEL DESPERTAR DE LA CONCIENCIA SOCIAL
- 4.- LA ETAPA DEL DESPERTAR DE LA MENTE REFLEXIVA

Estas son las cuatro etapas que atravesamos normalmente hasta llegar a los doce años de edad. En esta ocasión, nos enfocaremos en analizar al menos dos de estas etapas y su correspondiente proceso de liberación emocional, con el propósito de alcanzar una comunión genuina con la persona de Jesús.

Dice 1 Corintios 1:9

“Fiel es Dios, por el cual fuisteis llamados a la comunión con su Hijo Jesucristo nuestro Señor”.

Según este pasaje, fuimos llamados a estar en comunión con el Hijo, el Señor Jesucristo; es decir, a tener al Hijo viviendo en nosotros, con nosotros y caminando a nuestro lado. Si esta es la vida que

deberíamos experimentar de manera natural, veamos entonces cuáles son los conflictos que lo impiden y la liberación que el Señor nos ofrece para poder vivir en plena comunión con Él.

Todo lo que vivimos de manera adversa desde el momento en que fuimos engendrados hasta los doce años de edad se convirtió en una influencia, positiva o negativa, para nuestro desarrollo emocional. Para comenzar, es necesario conocer nuestra historia: saber si nuestros padres realmente deseaban engendrarnos o si fuimos el resultado de un descuido. De una u otra manera, todo este tipo de acontecimientos y las circunstancias que nos rodearon contribuyeron significativamente a la formación de nuestro mundo emocional.

La primer cosa negativa que nos sucedió es que nos configuraron para ver a Dios como algo ajeno. Cada uno de nosotros tenemos inyectado, por la vivencia, ser ajenos a Dios. Dice **1 Pedro 1:18**

“sabiendo que fuisteis rescatados de vuestra vana manera de vivir, la cual recibisteis de vuestros padres”.

También fuimos programados por los múltiples refugios y programas emocionales que nosotros mismos elaboramos para intentar superar nuestros conflictos internos. Estas programaciones se manifiestan de diversas formas: algunas personas

se vuelven calladas o introvertidas; otras, por el contrario, son dinámicas y extrovertidas; algunas se refugian en el deporte, mientras que otras desarrollan hábitos que pueden conducir incluso a la obesidad. En fin, existen muchas maneras de crear refugios y programas emocionales. Estas programaciones no las buscamos conscientemente, sino que se formaron de manera automática como una respuesta para apaciguar los conflictos interiores y exteriores que fueron surgiendo a lo largo de la vida. De manera que nuestra vida adulta viene a ser todo ese cúmulo de programaciones que vamos adquiriendo a lo largo de los años.

Para todos los seres humanos es un conflicto creer que Jesús quiere vivir adentro de nosotros y que quiere caminar con nosotros. ¿Por qué nos cuesta creerlo? Porque lo que hemos vivido no nos permite creer tal afirmación. Dios es tan bueno y misericordioso que cuando creemos en Su Hijo, empieza a liberarnos de todas las programaciones adquiridas en esas etapas.

El Señor sabe quiénes somos realmente; Él conoce las aflicciones que vive cada ser humano desde el momento en que se forma en el vientre de su madre. Dios conoce el sufrimiento que experimentan muchos embriones no deseados. Aunque en esa etapa embrionaria la mente aún no funciona como tal, sensorialmente se perciben los

estados de ánimo de la madre. El embrión siente la angustia de una madre soltera que no tiene quien la ayude a criar al hijo o hija que lleva en su vientre. Percibe los reclamos del hombre que no deseaba ser padre y el dolor de una madre embarazada a causa de una violación, entre muchas otras circunstancias.

Dios conoce todas estas cosas. Él nos entiende profundamente y se ha propuesto restaurarnos desde lo más hondo, incluso en aquellas áreas de nuestro ser que desconocemos. Desea enderezar todo aquello que la vida configuró negativamente en nosotros, aun lo que Satanás marcó con derrota. Dios, por medio de Su gracia y Su Espíritu, tiene el poder de llegar a las profundidades de nuestro ser y provocar desde allí una liberación de esas programaciones emocionales que nos atan.

LA ETAPA SENSORIAL COGNITIVA

Esta etapa de la vida inicia desde antes de nacer, es decir, la etapa embrionaria. Dice el Salmo 139:16 “Mi embrión vieron tus ojos, y en tu libro estaban escritas todas aquellas cosas que fueron luego formadas, sin faltar una de ellas”.

S
E
M
A
N
A

La etapa sensorial-cognitiva es el período de la vida en el que aprendemos a través de los estímulos. Es fascinante cómo Dios nos crea. Desde el momento en que la vida humana comienza a formarse, Dios nos permite recibir información, no de manera mental, sino emocional. Esta información se graba no en la razón, sino en todo el sistema nervioso. Allí quedan registrados todos los estímulos externos, que normalmente se traducen en sentimientos básicos de seguridad y supervivencia.

—
2
—

Cuando un niño es recién nacido, percibe y acepta todo estímulo positivo dirigido hacia él, ya que lo que necesita es sentirse a salvo y tener la seguridad de que su supervivencia está garantizada. Estos estímulos promueven salud emocional y mental para el futuro. En cambio, si el bebé comienza a percibir conflictos entre sus padres, problemas financieros, el abandono de uno de ellos u otras situaciones similares, empieza a desarrollar traumas y conflictos, porque lo que percibe

sensorialmente amenaza su seguridad y supervivencia. Una experiencia se vuelve negativa cuando las emociones que surgen en el infante le generan conflictos internos y traumas. Cuando esta persona llega a la adultez, a menudo enfrenta un conflicto fundamental: se niega a experimentar una vida emocionalmente plena, porque fue marcada por estas experiencias en su infancia.

Cuando llegamos a los pies de Cristo, suele ocurrirnos algo similar: tendemos a resistirnos al estímulo emocional que implica vivir en comunión con el Señor. Por eso necesitamos ser liberados de esas programaciones internas. Tal liberación llega con la llenura del Espíritu Santo, quien produce en nosotros una profunda sanidad emocional al provocar sensaciones de satisfacción, gozo y alegría. Los hijos de Dios no deben privarse de vivir con felicidad.

El apóstol Pablo, incluso desde la cárcel, escribió a los hermanos diciéndoles: “Regocijaos en el Señor siempre. Otra vez digo: ¡Regocijaos!” No negamos que el sufrimiento forma parte de la vida cristiana: debemos llevar nuestra cruz y ser quebrantados por el Señor a través de diversas tribulaciones. Sin embargo, el mismo apóstol Pablo nos enseña a estar gozosos en medio de la aflicción. En la vida cristiana, aunque haya dolor y quebranto, no tiene por qué desaparecer la alegría. Una vida

emocionalmente plena y gozosa en Dios debe ser una característica distintiva de todo creyente. No es normal que un cristiano no pueda manifestar gozo y alegría. Aun en medio del quebranto y el dolor, el gozo del Señor puede ser nuestra fortaleza.

Los creyentes de hoy, sin embargo, muchas veces no estamos experimentando verdadera liberación. Basta con que ocurra una situación adversa para que entremos en ruina interior, perdiendo de inmediato el gozo del Señor. Llegamos incluso a pensar que ser cristiano es sinónimo de vivir tristes. Pero el salmista David declaraba: “Yo me alegré con los que me decían: A la casa de Jehová iremos”.

¿Permaneceremos en el lamento que nos provocan nuestras programaciones emocionales, o decidiremos buscar la llenura del Espíritu Santo que nos trae verdadera libertad y gozo?

En Hechos 2:12 se nos dice que la gente pensaba que quienes acababan de ser llenos del Espíritu Santo estaban ebrios. Seguramente ellos se alegraron en gran manera, tanto que los demás creyeron que se habían excedido en bebida. ¿Cómo son nuestras reuniones hoy? En la mayoría de los casos, nos comportamos con demasiada seriedad. Nos hace falta la llenura del Espíritu Santo para disfrutar verdaderamente la vida cristiana, en lugar

de sentirla como una carga pesada. Necesitamos llegar al punto en que anhelemos estar en la casa del Señor, compartiendo con gozo junto a nuestros hermanos.

Debe ser destruida toda programación emocional que nos impida disfrutar plenamente lo que tenemos en Cristo. Por un lado, el pentecostalismo afectó a muchos al enseñarles que la presencia de Dios se reducía únicamente a “sentir”. Pero, por otro lado, huir de esa experiencia también nos dañó, porque muchos llegamos a creer que la vida cristiana no tiene relación alguna con las emociones. Si al administrar las cosas de Dios no experimentamos ninguna emoción, debemos preocuparnos, pues eso no es un buen indicador de nuestra salud espiritual. Ser emocionalmente insípidos es una señal de que existen conflictos no resueltos en el alma.

El Señor Jesús nos comparó con la sal de la tierra. En **Mateo 5:13** dice:

“Vosotros sois la sal de la tierra; pero si la sal se desvaneciere, ¿con qué será salada? No sirve más para nada, sino para ser echada fuera y hollada por los hombres”.

¿Qué nos quiere decir este pasaje? Que no debemos ser simples, insípidos, parcos, sin sabor ni emoción. Una vida ahogada por las programaciones

emocionales nos impide ser verdaderamente felices. Pero, en el nombre del Señor, no continuemos viviendo de esa manera. Vengamos a Jesús, porque solo Él puede liberarnos de todas esas programaciones que se implantaron en nuestro ser desde la infancia, especialmente durante la etapa sensorial-cognitiva.

Hoy en día, muchas iglesias están llenas de personas amargadas, serias y aburridas. No tiene sentido vivir así dentro del Evangelio; en realidad, quienes viven de esa manera no están experimentando el verdadero Evangelio.

Romanos 14:17 nos recuerda:

“...el reino de Dios no es comida ni bebida, sino justicia, paz y gozo en el Espíritu Santo”.

Conocer al Señor debe ser sinónimo de gozo, de plenitud y de una vida verdaderamente feliz.

También dice **Lucas 6:23**:

“Regocijaos en aquel día y saltad de gozo...”.

El Señor Jesús les dijo a sus discípulos que saltaran como una manifestación del gozo interior. Nosotros, como creyentes, deberíamos expresar ese mismo gozo en nuestras reuniones. Por supuesto, si vamos a saltar sin alegría genuina, es mejor no

hacerlo; pero si realmente tenemos gozo, manifestémoslo con libertad. ¿Qué es lo que nos hará saltar como becerros de la manada? Estar llenos del Espíritu Santo. La llenura del Espíritu Santo es la que rompe los traumas y las programaciones internas que nos llevan a vivir sin emociones.

El día en que podamos expresar libremente el gozo del Señor será evidencia de que tenemos una experiencia personal, profunda y viva con Jesús. Dejemos de venir a la casa del Señor con semblantes de aburrimiento o molestia. Entremos a Su casa con alegría y con acción de gracias. En lo natural, disfrutamos estar en compañía de personas alegres, con quienes podemos reír y conversar de todo; pero ¡qué difícil es estar con quienes apenas se les puede sacar una palabra!

Permitámosle al Señor quebrar los muros internos que nos han configurado para ser rígidos, serios o incluso amargados. Jóvenes, gócense y alégrense en su juventud, porque si en esta etapa no pueden ser felices, ¡ay de ustedes en su vejez!

Busquemos con anhelo la llenura del Espíritu Santo; pidámosle al Señor que nos llene de tal manera que nuestra copa rebose de gozo. Que podamos experimentar lo mismo que los discípulos reunidos en el aposento alto, quienes, después de ser

lentos del Espíritu, comenzaron a reír y a saltar de alegría, al punto de que muchos pensaron que estaban ebrios. Todos los que los observaron pudieron darse cuenta de que ellos eran verdaderamente felices con Jesús.

LA ETAPA DEL DESPERTAR DE LA CONCIENCIA INTERIOR

Esta es la etapa en la que comenzamos a darnos cuenta de quiénes somos. Suele ocurrir alrededor de los dos años de edad, cuando los niños empiezan a distinguirse a sí mismos de los demás. Es entonces cuando iniciamos el contacto con nuestro propio “yo”. Tal vez en esa etapa aún no tengamos muchas palabras, pero ya comenzamos a identificar que somos un individuo único. A este proceso se le conoce como el despertar de la conciencia interior.

Cuando existen conflictos en esta etapa —y todos, en mayor o menor medida, los tenemos—, al llegar a la adultez suelen manifestarse como inseguridad personal. Muchos, aparentemente, no presentan este problema porque lo ocultan bajo su falso yo; sin embargo, en lo profundo son personas muy inseguras.

Esta misma inseguridad se traslada a la vida espiritual. Muchos creyentes viven con dudas en su fe debido a las heridas emocionales que sufrieron en su infancia. No están plenamente seguros de su salvación ni pueden declarar con convicción que son hijos de Dios. Dudan si realmente han sido engendrados por el Espíritu de Dios.

S

E

M

A

N

A

—

3

—

Si no le permitimos al Señor restaurarnos en esta área, Satanás aprovechará siempre la duda para detenernos. De esta manera, nunca tendremos certeza de nuestra salvación, ni seguridad en nuestro servicio al Señor; tampoco sabremos con claridad si tenemos un llamado o un ministerio. Así, la duda se convierte en un obstáculo constante del cual solo el enemigo saca ventaja.

Apocalipsis 1:5-6 dice:

“Al que nos amó, y nos lavó de nuestros pecados con su sangre, y nos hizo reyes y sacerdotes para Dios, su Padre...”.

Este pasaje nos enseña que todos y cada uno de nosotros somos sacerdotes para Dios.

Muchos hermanos no sirven en la iglesia debido a la inseguridad que aún arrastran. Sin embargo, nadie debería sentirse incapaz de servirle al Señor, pues Él mismo ya nos constituyó sacerdotes para Dios. Un sacerdote es alguien que sirve, que ministra, que administra lo sagrado. Todos hemos recibido al menos un don o carisma espiritual con el cual podemos servir al Señor y también bendecir a los demás.

Si hoy nos hemos convertido al Señor, desde hoy mismo podemos comenzar a servir. Por supuesto, no todos podremos ser predicadores de

un día para otro, pero existen muchas áreas en las que podemos participar y poner nuestros dones al servicio del Reino.

El conflicto principal del creyente, como resultado de los traumas recibidos durante la etapa del despertar de la conciencia interior, es la inseguridad. La buena noticia es que Dios desea restaurarnos de este mal que tanto nos afecta.

En la Biblia encontramos hombres y mujeres de fe que tuvieron la plena certeza de que caminaban con Dios. En el libro de los Hechos vemos cómo los discípulos presenciaron la ascensión del Señor a los cielos; sin embargo, creyeron firmemente que Él mismo estaría con ellos como el Parákleto (el Consolador). Para ellos no fue ningún problema no verlo físicamente, porque estaban convencidos de que Él permanecía a su lado en todo momento.

Esta es la gran diferencia entre la Iglesia primitiva y gran parte de la Iglesia actual. Nosotros, hoy en día, muchas veces nos hemos quedado solo con la doctrina, mientras que la Iglesia del principio vivió una experiencia real y constante con Jesús: con el que ascendió al cielo y con el que, por medio del Espíritu Santo, se quedó con ellos.

El Señor nos propone dos cosas para que podamos ser sanados de nuestros conflictos adquiridos en la etapa del despertar de la conciencia interior.

1.- LA FE

Nada puede suceder si no nos atrevemos a creer. Lo que nos convierte en Hijos de Dios es la fe, creer en Jesús. Leamos los siguientes pasajes que remarcan la importancia de tener fe y creer.

Juan 1:12

“Mas a todos los que le recibieron, a los que creen en su nombre, les dio potestad de ser hechos hijos de Dios”.

Hechos 16:31

“Ellos dijeron: Cree en el Señor Jesucristo, y serás salvo, tú y tu casa”.

Romanos 1:16

“Porque no me avergüenzo del evangelio, porque es poder de Dios para salvación a todo aquel que cree; al judío primeramente, y también al griego. v:17 Porque en el evangelio la justicia de Dios se revela por fe y para fe, como está escrito: Mas el justo por la fe vivirá”.

La vida cristiana comienza cuando creemos en Jesús, pero continúa mientras sigamos confiando en Él. Es decir, existe una fe inicial y una fe progresiva, en la que debemos permanecer constantemente. Para mantenernos activos como

S

E

M

A

N

A

—

4

—

creyentes, necesitamos ejercer nuestra fe. Solo creyendo podremos generar una verdadera comunión con la Persona de Jesús.

Efesios 2:8 nos dice:

“Porque por gracia sois salvos por medio de la fe; y esto no de vosotros, pues es don de Dios”.

La fe ya nos ha sido dada como un regalo; lo único que debemos hacer es ejercitarla, creyendo. No necesitamos pedir más fe, sino aprender a poner en práctica la que ya tenemos, aunque sea tan pequeña como un grano de mostaza.

Cuando ejercemos la fe, se manifiestan en nuestra vida dos realidades poderosas: certeza y convicción. **Hebreos 11:1** dice:

“Es, pues, la fe la certeza de lo que se espera, la convicción de lo que no se ve”.

La fe es, por tanto, el antídoto contra la inseguridad que se originó en la etapa del despertar de la conciencia interior. Al ponerla en práctica, surge la certeza y la convicción, y con ello desaparece toda incertidumbre.

No existen “superhombres” en Cristo; solo hay quienes creen en Dios y quienes dudan de Él. La fe

nos libera de los traumas y condicionamientos que alguna persona o circunstancia sembró en nuestra vida durante la infancia, afectando nuestra vida adulta.

En medio de nuestras crisis de inseguridad, debemos echar mano de la Palabra de Dios, acudir a las Escrituras y creer en lo que allí se nos revela.

Romanos 10:17 dice:

“Así que la fe es por el oír, y el oír, por la palabra de Dios”.

No dudemos de lo que leemos en la Biblia; creamos firmemente en lo que somos en Dios. Si la Biblia lo declara, es Dios quien lo dice, y Él nunca miente.

2.- EL AMOR

La otra virtud que el Señor nos da para ser sanados de los conflictos adquiridos en la etapa del despertar de la conciencia interior es el amor.

Juan 14:23 dice:

“... El que me ama, mi palabra guardará; y mi Padre le amará, y vendremos a él, y haremos morada con él”.

Si incrementamos nuestro amor por el Señor, practicando el ejercicio de invitarlo a morar en nuestra vida, seguramente Él tocará a la puerta de nuestro corazón y entrará a habitar en nuestro ser.

Como dice **1 Juan 4:18**

“En el amor no hay temor, sino que el perfecto amor echa fuera el temor...”

Si permitimos que el Señor more en nosotros y cultivamos esa relación de amor, no habrá espacio para el miedo, la inseguridad ni el temor.

CONCLUSION:

Desde la infancia, nuestras experiencias, traumas y programaciones emocionales pueden afectar nuestro desarrollo emocional y espiritual, generando inseguridad y limitando nuestra comunión con Dios. Sin embargo, Dios nos ofrece herramientas poderosas para restaurarnos y vivir plenamente en Él.

La liberación para las programaciones emocionales adquiridas en la etapa sensorial cognitiva se logra mediante la llenura del Espíritu Santo, que produce alegría, satisfacción y gozo genuino en la vida cristiana. Ser emocionalmente insípidos refleja conflictos no resueltos en el alma.

El verdadero cristiano debe vivir con alegría, expresando su gozo en comunión con Dios y los demás, reflejando una experiencia profunda y viva con Jesús.

La liberación para las programaciones emocionales adquiridas en la etapa del despertar de la conciencia social son la fe y el amor.

La fe nos da certeza y convicción, disipando la duda y la inseguridad que a menudo heredamos de nuestra infancia. Nos permite confiar en lo que la Biblia declara sobre nosotros, sabiendo que Dios nunca miente.

Por su parte, el amor nos da seguridad y libertad interior; cuando invitamos al Señor a morar en nuestro corazón, el perfecto amor echa fuera el temor, eliminando la inseguridad y el miedo que nos paralizan.

Ejercitar la fe y cultivar el amor nos libera de traumas pasados y nos permite experimentar una comunión viva y personal con Jesús. Así, nuestra vida cristiana deja de ser solo doctrina y conceptos, y se convierte en una relación profunda, gozosa y transformadora con el Señor, donde la certeza, la convicción y la alegría son evidencias de Su obra en nuestro corazón.