

Para toda mujer

Volumen 5, Número 2

Enero 8, 2019

Una vida equilibrada

Por Kerry Clarensau

“No hagas mucho mal, ni seas insensato; ¿por qué habrás de morir antes de tu tiempo? Bueno es que tomes esto, y también de aquello no apartes tu mano; porque aquel que a Dios teme, saldrá bien en todo” (Ec 7:17,18).

Es interesante que el libro de Eclesiastés siga al de Proverbios. Ambos han sido escritos por el hombre más sabio que jamás ha vivido: Salomón. A primera vista, estos libros parecen contradecirse. En Proverbios 4:7, Salomón dice: “Sabiduría ante todo; adquiere sabiduría; y sobre todas tus posesiones adquiere inteligencia.” Todo el libro nos enseña cómo adquirir sabiduría y llevar una vida disciplinada.

No obstante, en el segundo versículo de Eclesiastés, Salomón dice: “Vanidad de vanidades; vanidad de vanidades, todo es vanidad.” Luego, en el capítulo dos: “Miré yo luego todas las obras que habían hecho mis manos, y el trabajo que tomé para hacerlas; y he aquí, todo era vanidad y aflicción de espíritu, y sin provecho debajo del sol.”

Salomón escribió Eclesiastés al final de su vida. Había llevado una vida de grandes extremos: si le complacía tener una esposa, era mucho mejor tener centenares; si era magnífico tener un palacio, era mejor tener muchos; si el conocimiento de la vida vegetal es útil, entonces el conocimiento de *todo* es mejor. Pero conforme Salomón fue envejeciendo, vio lo inútil de los extremos y comprendió que sin Dios la vida no tiene valor (12:13).

Salomón nos dice que todo tiene su tiempo (3:1-8), y nos anima con estas palabras: “[Dios] todo lo hizo hermoso en su tiempo; y ha puesto eternidad en el corazón de ellos, sin que alcance el hombre a entender la obra que ha hecho Dios desde el principio hasta el fin. Yo he conocido que no hay para ellos cosa mejor que alegrarse, y hacer bien en su vida; y también que es don de Dios que todo hombre coma y beba, y goce el bien de toda su labor.”

En el capítulo cuatro, Salomón dice: “El necio cruza sus manos y come su misma carne. Más vale un puño lleno con descanso, que ambos puños llenos con trabajo y aflicción de espíritu.” Creo que allí describe los extremos entre el perezoso y el adicto al trabajo. El perezoso ve la inutilidad de buscar riquezas; desempeña poco y desilusiona a quienes confían en él. Al adicto al trabajo lo impulsa la avaricia; tiene llenas las manos pero vacío el corazón.

Creo que Salomón quiere que comprendamos la importancia de llevar una vida disciplinada y equilibrada: trabajar y descansar; llorar y reír; estar de luto y bailar; intentar y desistir. Algunos líderes tienden a trabajar, llorar, estar de luto, e intentar, y no aprovechan las

oportunidades de descanso y refrigerio. En el otro extremo están los líderes que descuidan el trabajo para solamente descansar, reír, bailar, y desistir.

He aquí algunas maneras prácticas para llevar una vida equilibrada:

- Trabaje cuando sea tiempo de trabajar.
- Duerma sus horas y trate de hacerlo por lo menos siete horas por noche.
- Juegue más; especialmente con quienes ama.
- Ore cada día, e incluya tiempo de silencio para escuchar la voz de Dios.
- Dedique tiempo a expresar agradecimiento y alabanza.
- Celebre lo bueno; todo lo bueno viene de Dios.
- Lea más libros y dedique menos tiempo a la televisión.
- Llame a menudo por teléfono a sus familiares.
- Coma alimento saludable, tome mucha agua, y salga a caminar diariamente.
- No pierda el tiempo quejándose; sonría más.
- No exagere los compromisos; usted conoce sus límites.

Pregunta de reflexión: ¿Tiene usted problema con los “extremos” en su vida? ¿Cómo puede volverse más equilibrada? Lea Eclesiastés y anote las maneras de evitar los extremos.

Este boletín ha sido tomado del curso de capacitación para líderes “Six Disciplines of an Effective Ministry Leader” [Seis disciplinas de una efectiva líder de ministerio] por Kerry Clarensau. El curso completo (en inglés) estará disponible en la primavera del 2010. Esté a la expectativa de información que ofreceremos en este boletín y la invitación para que se haga miembro, en www.women.ag.org, y participe en la capacitación que ofreceremos por la Internet.

KERRY CLARENSAU es mentora, conferencista, y autora de *Secrets: Transforming Your Life and Marriage* [Secretos: transforme su vida y su matrimonio]. Durante más de veinte años ella y su esposo, Mike, han servido al Señor en varios cargos en el Distrito de Kansas y en las oficinas nacionales de las Asambleas de Dios. Actualmente ella y Mike son pastores de Maranatha Worship Center en Wichita, Kansas, donde ella enseña una clase de escuela dominical para adultos y supervisa el ministerio femenino. Kerry también es coordinadora de liderazgo del Departamento Nacional de Ministerios Femeniles. Visite su página en Internet: www.kerryclarensau.com