Arraigados

Cómo empezar a seguir a Jesús



PAUL LINTOTT

Dedicatoria

A cada nuevo creyente que da sus primeros pasos de fe:
este libro es para ti.

Y a los fieles santos, amigos e iglesias
que me animaron a seguir a Jesús y a no rendirme:
gracias.

Versión 1.3

Prólogo

Durante mucho tiempo he querido escribir un libro que ayude a quienes acaban de empezar a seguir a Jesús a entender en qué se han embarcado. Cuando me convertí, la gente me recomendó varios libros útiles, pero no encontré ninguno que lo reuniera todo en un solo lugar. Eso es lo que me propuse escribir.

Quizá sea demasiado ambicioso para un librito como este; al fin y al cabo, si quiero que sea breve, ¿cómo voy a abarcarlo todo? Por supuesto, no puedo. Sin embargo, sí puedo intentar tratar cuatro cosas que creo que son realmente importantes en este camino de seguir a Jesús.

Este es el «menú»: un capítulo sobre qué es un cristiano (para aclarar cualquier confusión), un capítulo sobre la Biblia, un capítulo sobre la iglesia, un capítulo sobre la comida y, por último, un capítulo sobre la oración. Se han escrito muchas cosas excelentes sobre cada uno de estos temas, pero la idea es ofrecértelos de forma sencilla y en un solo lugar.

¿Por qué esos cuatro?

Cuando la iglesia comenzó a crecer en el libro de los Hechos, una de las descripciones clave de lo que hacían se encuentra en Hechos 2:42:

> *Se mantenían firmes en la enseñanza de los apóstoles, en la comunión, en el partimiento del pan y en la oración.*
> (Hechos 2:42, NVI)

No es todo lo que hacían, pero parece recoger lo esencial de su vida en común. Ese resumen me ha servido de guía a lo largo de los años, tanto en lo personal como en las iglesias a las que he tenido el privilegio de servir. También es la base de los capítulos de este libro, y espero que te

sean de bendición mientras lees.

Paul Lintott

Haworth, 2025

Capítulo 1 – ¿Qué es un cristiano?

Hace poco, un amigo mío predicó un sermón e hizo un comentario que parecía casi de pasada. Dijo que Romanos 10:9 es una gran definición de lo que significa ser cristiano:

> *Que si confiesas con tu boca que Jesús es el Señor y crees en tu corazón que Dios lo levantó de entre los muertos, serás salvo.*
> (Romanos 10:9, NVI)

En esta breve frase, el apóstol Pablo nos dice que hay dos cosas necesarias para la salvación:

1. Debemos decir que Jesús es el Señor,
2. Y debemos creer que Dios lo levantó de entre los muertos.

Por supuesto, esto es un resumen, y cada una de esas palabras (Jesús, Señor, creer, corazón, Dios y levantó) necesita explicación. Pero el mensaje básico es maravillosamente sencillo. Hacerse cristiano significa declarar públicamente que Jesús es el Señor: que él hizo el universo y que es ante quien ahora doblamos la rodilla. Y significa creer que su resurrección realmente ocurrió: que venció a la muerte y que su muerte para pagar por nuestro pecado tuvo éxito.

Como dice un rapero cristiano:
«*En la resurrección todos celebramos, ¡porque significaba que el cheque tenía fondos!*»

¿Quién es Jesús?

Él es el Señor.

¿Por qué vino?

Vino a morir por nuestros pecados y a resucitar.

El Evangelio de Marcos me parece un libro entero dedicado a esos dos temas: quién es Jesús y por qué vino. Marcos nos muestra que Jesús es el Señor y que vino a morir y a resucitar. Declarar esto y creerlo en nuestro corazón es lo que hace que alguien sea cristiano.

No se trata de la familia de la que vengo, del país donde nací ni del edificio al que voy cada semana. Se trata de arrepentimiento y fe. Se trata de decir «Jesús es el Señor» y creer en él. Para mí, ese siempre ha sido el corazón del cristianismo:
¿Es Jesús Dios?
¿Murió y resucitó por el pecado?
Y si es así, ¿qué voy a hacer yo con eso personalmente?

Eso es lo esencial. Así que aquí tienes un pequeño autodiagnóstico:

- ¿Estoy dispuesto a decir «Jesús es el Señor»?
- ¿Creo que él es el Salvador resucitado?

Esa es la versión ultracorta de las buenas noticias. Pero el evangelio (esta buena noticia acerca de Jesús) forma parte de una historia mucho más grande que se remonta a lo largo del tiempo y de la historia.

Soy bastante aficionado a los escritos de J. R. R. Tolkien. Quizá lo conozcas por *El Señor de los Anillos* y *El hobbit*. Una de las cosas que aprecio de sus libros es cómo sitúa los acontecimientos dramáticos dentro de una historia mucho más amplia. Las historias de Frodo o de Bilbo tienen sentido por sí solas, pero cobran vida cuando entiendes de dónde vienen y cuánto más grande es la lucha que la parte que les toca a

ellos.

Eso me recuerda las buenas noticias acerca de Jesús. No se trata solo de los 33 años que van desde su nacimiento hasta su resurrección. Es el clímax de una larga historia: una lucha cósmica que llega a su punto culminante en la cruz. Y el protagonista, Jesús, es eterno, infinitamente profundo y más maravilloso de lo que al principio imaginábamos.

Hacerse cristiano significa entrar en una historia mucho más antigua y mucho más grande de lo que nos damos cuenta. Hay más en juego, y las recompensas son mayores que solo mi propia salvación personal. Es algo personal, pero también forma parte de un inmenso cuadro, de un plan que abarca todo el tiempo y la eternidad.

Entonces, ¿qué es un cristiano?

> Alguien que ha sido rescatado de la muerte y del infierno por el Hijo de Dios y llevado a seguirlo por la fe.
>
> Es parte del gran plan de Dios para mostrar su poder y su gracia. Hacerse cristiano es algo monumental.

Así que te has hecho la pregunta: «¿Soy cristiano?».

> Has dicho: *Sí, creo que Jesús es quien afirmó ser. Estoy dispuesto a hacerlo público y declararlo. Me he arrepentido de mi pecado y confío en él.*

¿Y ahora qué?

Resumen:

- ¿Soy cristiano?
- ¿Le he pedido a Cristo que me perdone, y lo sigo como Señor?
- ¿Creo en su muerte y resurrección?

Capítulo 2 – Leer la Biblia

Jean-Claude Van Damme se hizo famoso en los ochenta por sus películas de acción. «Los músculos de Bruselas», como lo llamaban, se mantenía en plena forma gracias a una exigente rutina física que seguía cada día. Recuerdo haber visto una entrevista en la que hablaba de mantener la posición de sentadilla como forma de ganar fuerza y quemar grasa. ¡Parecía más una tortura que un ejercicio! Pero se conservaba muy bien para su edad, y su físico era impresionante.

Uno de mis hijos se alistó hace poco en la Marina Real británica. Cuando volvió del entrenamiento, se le veía en forma, delgado y fuerte. Esa transformación llegó gracias a una rutina diaria de disciplina física.

Probablemente ya adivinas adónde quiero llegar. Según mi experiencia, a muchas personas que se hacen cristianas les cuesta crecer en su fe. Se quedan en la primera etapa de la vida espiritual y, sin alimento ni ejercicio constantes, su fe puede debilitarse y quedarse sin desarrollar. Entonces, ¿cuáles son los «ejercicios» que nos ayudan a crecer? ¿Qué debemos hacer?

Desde el principio, las palabras de Dios han sido centrales para la fe. En la historia de la Biblia, es la forma en que las personas responden a las palabras de Dios la que muestra si creen o no. Adán y Eva las ignoraron. Noé y Abraham confiaron en ellas. Jesús, en una de sus parábolas más famosas, dice que quien edifica su vida sobre la arena es como alguien que oye sus palabras pero no las pone en práctica. Quien edifica sobre la roca es el que oye y hace lo que él dice.

Así que oír la palabra de Dios y responder a ella es crucial para vivir una vida cristiana sana.

¿Cómo oigo la palabra de Dios?

Hoy en día algunas personas están obsesionadas con los sueños y las profecías, como si esas fueran las principales maneras en que Dios habla. Pero aunque Dios sin duda puede hablar de formas extraordinarias, los creyentes fieles a lo largo de la historia han sabido lo importante que es oír a Dios por medio de la Biblia. Por eso se dedicaban a leerla, a meditar en ella y a recibir su enseñanza.

Exponernos con regularidad a la palabra de Dios es lo que nos mantiene en forma espiritualmente, y también lo que nos protege de las ideas falsas y disparatadas que circulan bajo la etiqueta de «profecía cristiana».

¿Cómo puedo saber qué debo creer y cómo debo vivir?
Leyendo mi Biblia y recibiendo su enseñanza fiel.

El ejemplo de la iglesia primitiva

En la introducción vimos Hechos 2:42. La iglesia primitiva se mantenía firme en la enseñanza de los apóstoles. Eso significa que escuchaban con atención lo que los apóstoles enseñaban acerca de Jesús. Estos hombres habían sido apartados por Dios para ser los mensajeros autorizados de Cristo. Se les prometió la ayuda del Espíritu Santo para recordar y dejar por escrito lo que Jesús enseñó, de modo que pudiéramos tener un registro escrito fiel y capaz de transformar vidas.

Pedro lo expresa así:

> *Cuando les dimos a conocer la venida de nuestro Señor Jesucristo en todo su poder, no estábamos siguiendo sutiles cuentos supersticiosos sino dando testimonio de su grandeza, que vimos con nuestros propios ojos.*
> (2 Pedro 1:16, NVI)

En otras palabras: «No nos lo inventamos». Esto no es un mito religioso: es el testimonio de testigos presenciales. Y los autores del Antiguo Testamento también fueron inspirados por el Espíritu Santo para escribir. Así que lo que tenemos en la Biblia es a Dios hablando por medio de personas, dándonos una sabiduría que no pasa de moda.

Cómo leer la Biblia: lo básico

Aquí tienes un enfoque sencillo para empezar:

1. Busca una traducción fiable que puedas entender

Aunque damos gracias por las versiones clásicas como la Reina-Valera Antigua, su lenguaje puede resultar difícil de entender hoy. Una traducción moderna hace las cosas más claras. Aquí tienes algunas que recomiendo:

- **Nueva Traducción Viviente (NTV)**: ideal para empezar. Muy fácil de leer.
- **Nueva Versión Internacional (NVI)**: clara y muy utilizada. En nuestra iglesia usamos su equivalente en inglés.
- **La Biblia de las Américas (LBLA)**: más literal. Algo más difícil de leer, pero buena para el estudio.

Personalmente, uso la NIV (la versión inglesa de la NVI) para la lectura general y la ESV (una traducción inglesa más literal) cuando preparo sermones o estudio más a fondo.

2. Busca un lugar a solas

Jesús dijo que entráramos en nuestro cuarto, cerráramos la puerta y oráramos a nuestro Padre en secreto. Creo que es un buen consejo también para leer la Biblia. Ve a algún lugar tranquilo y aparta las distracciones. Por eso prefiero una Biblia impresa antes que leer en el teléfono o la tableta. Los teléfonos están llenos de distracciones: suenan las notificaciones y de repente estamos haciendo cualquier cosa menos leer la Biblia. Si usas el teléfono, prueba a activar el modo No molestar.

Algunas personas leen en el autobús o en el tren porque es el espacio más privado que tienen. ¡Está bien! Simplemente busca un lugar donde sea menos probable que te interrumpan.

3. Ora antes de leer

Sé que hablaremos de la oración en un capítulo posterior, pero aquí va una idea rápida: este es el libro de Dios, y él es su autor original. Por eso necesitamos su ayuda para entenderlo y obedecerlo. Prueba con una oración sencilla como esta:
«Padre que estás en el cielo, gracias por darme tus palabras. Ayúdame a leer, entender y obedecer. Amén».

4. Sigue un plan

Empieza poco a poco. Aprende a caminar antes de correr. Siempre he pensado que dos minutos de lectura bíblica son mejor que nada. Algunas personas apuntan demasiado alto y acaban frustradas. Otras leen sin entender, como con una especie de piloto automático espiritual.

Un pastor contaba que leía la Biblia de principio a fin, pero se detenía cada vez que algo le llamaba la atención. Algunos días eran tres capítulos. Otros días, solo un versículo o dos.

Quizá te resulten útiles unas notas de lectura diaria. Prueba algo como *Nuestro Pan Diario*. Mi esposa y yo hemos usado *Morning and Evening* de Spurgeon (en español, *Lecturas matutinas* y *Lecturas vespertinas*) y *Unto the Hills* de Billy Graham; los dos son buenos. Pero no te vuelvas dependiente de las notas. La Biblia misma es lo principal.

Quizá puedas empezar con un Evangelio (Mateo, Marcos, Lucas o Juan) y leer un capítulo al día. Después prueba con una carta breve como Filipenses o Efesios. En algún momento, proponte leer la Biblia entera. Lo he hecho muchas veces y siempre me ha resultado útil. El plan para leer la Biblia en un año de Robert Murray M'Cheyne (adaptado a una versión de dos años por D. A. Carson) se incluye en el Apéndice B.

La idea clave es esta:
Acostúmbrate a alimentarte con regularidad de la palabra de Dios, y crecerás.

> *Una Biblia que se cae a pedazos suele pertenecer a alguien que no.*
> —Charles H. Spurgeon

¿Qué más puede ayudar?

Comentarios

Son libros que ayudan a explicar la Biblia. No son infalibles, pero muchos son útiles. Por ejemplo (en inglés):

- **The New Bible Commentary (IVP)**: un buen panorama en un solo volumen.
- **The Bible Speaks Today** o la **Welwyn Commentary Series**: útiles para profundizar.

Sermones

Esto puede parecer fuera de lugar en un capítulo sobre leer la Biblia, pero la mayoría de los cristianos de los últimos 2000 años no tenían una Biblia, y muchos no sabían leer. Dios usó la predicación para llevar su palabra al corazón de las personas.

Sigue habiendo algo poderoso en la predicación fiel y llena del Espíritu, y vale la pena buscar una iglesia donde la Biblia se predique, se explique y se aplique.

Resumen:

- Consigue una Biblia
- Léela cada día
- Encuentra la manera de que forme parte de tu rutina espiritual

Capítulo 3 – La iglesia

Cuando las personas están orgullosas de algo que han creado, quieren mostrarlo. Entra en una escuela y verás dibujos y proyectos colgados para exhibir lo que han hecho los niños. Ve a una galería de arte o a un concierto, y estás allí para disfrutar de la obra de alguien: algo que está deseando compartir.

En Efesios 2, el apóstol Pablo da una descripción inesperada de la iglesia:

> *Porque somos hechura de Dios, creados en Cristo Jesús para buenas obras, las cuales Dios dispuso de antemano a fin de que las pongamos en práctica.*
> (Efesios 2:10, NVI)

Pablo no está hablando de un edificio: está hablando de personas. El «somos» se refiere a los cristianos, y la palabra traducida como «hechura» significa algo así como *obra maestra*. La palabra griega es *poima*, de la que viene la palabra *poema*. En otras palabras, la iglesia es el poema de Dios, su obra de arte, la muestra de su gracia y su poder ante el mundo.

Dios ama a la iglesia. Envió a su Hijo a morir por la iglesia. Así que no es solo una idea humana que podemos tomar o dejar: es una expresión de su profundo amor y de su propósito eterno.

Quizá ya estés pensando: «Pero las iglesias no son tan maravillosas. Están llenas de gente con problemas». Es cierto. Las iglesias están llenas de personas quebrantadas, y en eso precisamente consiste.

Por eso algunos describen la iglesia como un bote salvavidas o como un hospital de campaña. Me gustan las dos metáforas. Un bote salvavidas

sirve para rescatar a personas en apuros. Un hospital de campaña existe porque hay personas heridas que necesitan atención. En ambos lugares esperas encontrar personas que sufren, y la iglesia no es diferente.

Pero la iglesia no se trata solo de rescate y recuperación. Cuando nos reunimos, celebramos, adoramos, nos alimentamos y somos equipados para las buenas obras que Dios ha preparado para nosotros.

Encontrar una iglesia

Hoy hay muchísimas iglesias: distintos estilos, distintas denominaciones, distintos énfasis. Entonces, ¿cómo encontrar la adecuada? ¿Es solo cuestión de preferencias? ¿Y es realmente una iglesia todo lugar que se llama a sí mismo iglesia?

Permíteme ofrecer una respuesta sencilla y probada por el tiempo.

Hace unos 400 años, durante la Reforma, muchos cristianos estaban profundamente preocupados porque la iglesia había perdido el rumbo. Se había convertido en una cuestión de poder, dinero y organización, en lugar de girar en torno a Jesús y a su pueblo. Así que intentaron volver a lo básico.

Definieron una iglesia verdadera como:

> Un grupo de creyentes reunidos, donde se predica la palabra de Dios y donde el bautismo, la comunión y la disciplina de la iglesia se practican con fidelidad.

Eso me ha resultado muy útil. Cuando estoy de vacaciones o quiero visitar un lugar nuevo, me pregunto:

- ¿Se ama a Jesús aquí?
- ¿Se enseña la Biblia con fidelidad?
- ¿Se toman en serio hacer lo que Jesús dice?

A grandes rasgos, eso es una iglesia evangélica. La palabra *evangélica* puede describir una variedad de iglesias: anglicanas, bautistas, metodistas y otras. La etiqueta no es lo más importante, pero esto es lo que suele significar.

Las iglesias evangélicas normalmente sostienen:

- **Una alta consideración de las Escrituras**: la Biblia está plenamente inspirada por Dios y es la autoridad final en cuanto a la fe y la práctica.
- **La salvación por gracia mediante la fe**: somos salvos únicamente confiando en la muerte y resurrección de Jesús.
- **La necesidad de la conversión personal**: cada persona debe volverse a Cristo con arrepentimiento y fe. (A esto a menudo se le llama «nacer de nuevo»).
- **Un énfasis en la muerte y resurrección de Cristo**: su muerte pagó por el pecado, y su resurrección confirmó su victoria.
- **La obra continua del Espíritu Santo**: en la salvación, la santificación y los dones.
- **Un compromiso con la evangelización**: compartir las buenas noticias y llamar a las personas a seguir a Jesús.

En la práctica, esto significa hacer un poco de investigación. Lee la declaración de fe de una iglesia. Habla con un amigo cristiano o un pastor de confianza. Haz preguntas.

Permanecer en una iglesia

Una vez que has encontrado una buena iglesia, el siguiente desafío es mantenerte comprometido con ella. En el Nuevo Testamento, la carta a los Hebreos se escribió a cristianos que estaban bajo presión para abandonar. Este es el ánimo que recibieron:

> *No dejemos de congregarnos, como acostumbran hacerlo algunos, sino animémonos unos a otros, y con mayor razón ahora que vemos que aquel día se acerca.*
> (Hebreos 10:25, NVI)

He conocido a muchas personas que han abandonado la iglesia. Algunas se han apartado de la fe. Otras fueron profundamente heridas por luchas de poder, un mal liderazgo o incluso abusos. Algunas todavía creen, pero van saltando de una iglesia a otra sin asentarse nunca. Hay muchas razones por las que la gente se va.

Pero también he experimentado la alegría de estar en una iglesia donde las personas aman a Jesús, quieren crecer en él y se sirven unas a otras. Y puedo decirlo por experiencia: no hay nada mejor.

Ninguna iglesia es perfecta. Pero si amamos a Dios, amaremos a su pueblo. Y si amamos a su pueblo, perseveraremos. Perdonaremos. Nos quedaremos. A menos que una iglesia se esté alejando seriamente de la Biblia, irnos no debería ser nuestro primer impulso.

Involúcrate

El Nuevo Testamento enseña que cada cristiano ha recibido dones de Dios para el bien de los demás. Has recibido dones (habilidades, talentos, capacidades espirituales) no para ti mismo, sino para la edificación de la iglesia.

> *Dios les ha dado un don de su gran variedad de dones espirituales. Úsenlos bien para servirse los unos a los otros.*
> (1 Pedro 4:10, NTV)

Esta verdad fue un gran descubrimiento para mí. Darme cuenta de que Dios da dones para el bien de los demás cambió mi perspectiva. Significaba que servir en la iglesia no dependía de cómo me sintiera yo, sino de cómo otros podían ser bendecidos a través de mí.

No todos los dones espirituales son públicos o espectaculares. La mayoría no lo son. Las Escrituras mencionan dones como:

- Profecía
- Servicio
- Enseñanza
- Ánimo
- Dar
- Liderazgo
- Misericordia
- Sabiduría
- Conocimiento
- Fe
- Sanidad
- Discernimiento
- Hablar otras lenguas
- Interpretación
- Ayudas
- Administración

Parte de la alegría de pertenecer a una iglesia es descubrir cómo Dios te ha dotado y usar esos dones para edificar a otros.

Uno de mis amigos tiene el don del ánimo. Le encanta acompañar a las personas, levantarlas y fortalecerlas. Cada vez que lo veo hacerlo, doy gracias a Dios y me alegro de que su don se use para bendecir a la iglesia.

Resumen:

- Encuentra una iglesia que crea en la Biblia
- Permanece en ella, incluso cuando sea difícil
- Sirve a los demás con los dones que Dios te ha dado

Capítulo 4 – La comida

Quizá te sorprenda que haya incluido un capítulo sobre la comida. Si me conoces, no te sorprenderá, por dos razones.

Primero, me encanta la comida. De verdad. ¡Qué regalo! La comida es un recordatorio diario de que dependo de Dios. Necesito comer para vivir, y eso me lleva de vuelta a mi Creador. Pero es más que sobrevivir: también es una forma generosa de disfrutar de la variedad de sabores, texturas y placeres que Dios ha puesto en el mundo.

Segundo, los primeros cristianos hicieron de la comida una parte muy importante de su vida en común.

La Comunión: la comida espiritual

Jesús dijo a sus seguidores que compartieran una comida juntos. La llamamos la Comunión, o la Cena del Señor. Algunos cristianos la celebran cada semana, otros una vez al mes y otros solo unas cuantas veces al año. La frecuencia no es lo más importante. Lo que importa es que dediquemos tiempo juntos a recordar que Jesús murió por nosotros.

Pero es más que un simple recordatorio. Cuando partimos el pan y bebemos de la copa, no solo recordamos a Jesús: nos acercamos a él. De una manera misteriosa y espiritual, quedamos unidos a Cristo y unos a otros por la fe. No es solo una ceremonia ni un requisito para ser miembro. Es un momento íntimo en el que los símbolos físicos nos recuerdan verdades espirituales profundas: su cuerpo, partido por nosotros. Su sangre, derramada por nosotros.

Ese versículo de Hechos que vimos antes dice:

> *Se mantenían firmes [...] en el partimiento del pan...*
> (Hechos 2:42, NVI)

Creo que eso se refiere en primer lugar a la Comunión. Pero también creo que significa algo más.

La hospitalidad: la comida compartida

Solo unos versículos después, Lucas escribe:

> *No dejaban de reunirse en el templo ni un solo día. De casa en casa partían el pan y compartían la comida con alegría y generosidad.*
> (Hechos 2:46, NVI)

Así que no era solo algo de los cultos de la iglesia. También comían en las casas unos de otros. Ofrecían hospitalidad, y también la recibían.

Cuando cortejaba a mi esposa, a veces íbamos a cenar a casa de mi cuñado Steve. Tenía un don para la hospitalidad. Llenaba la velada de buena comida, buena música y conversaciones estupendas. Su táctica, según me contó más tarde, era invitar siempre a unas cuantas personas que ayudaran a que la conversación fluyera. Creaba un ambiente en el que la gente se sentía bienvenida, y eso me causó una gran impresión.

La iglesia primitiva sabía que las comidas no eran solo cuestión de comer. Eran cuestión de comunión. Compartir la comida significaba compartir la vida.

Resumen:

- Forma parte de una familia de la iglesia y participa en la Comunión
- Abre tu casa y tu mesa a otros, y recibe también su hospitalidad

Capítulo 5 – La oración

Como mencioné antes, hay muchos buenos libros sobre la oración; tantos, de hecho, que podría parecer innecesario escribir más. Pero mi objetivo aquí es sencillo: darte algunas pautas prácticas que de verdad te ayuden a empezar a orar.

A veces el problema no es que no sepamos lo suficiente sobre la oración, sino que simplemente no oramos.

Ayuda práctica para orar

1. Busca estar a solas

Empecemos con las palabras de Jesús:

> *Pero tú, cuando te pongas a orar, entra en tu cuarto, cierra la puerta y ora a tu Padre, que está en lo secreto…*
> (Mateo 6:6, NVI)

Mi vida está llena de distracciones: unas buenas y otras no tanto. Y esas distracciones a menudo desplazan lo esencial. Puede costar dar prioridad a la oración. Siempre hay algo más reclamando nuestra atención: el aviso del teléfono, las responsabilidades familiares, las fechas de entrega, la presión.

Pero, curiosamente, cuando Jesús nos dice que entremos en nuestro cuarto y cerremos la puerta, su idea principal no es evitar las distracciones, sino evitar el orgullo.

En su época, a algunas personas religiosas les gustaba orar en público, para que todos oyeran lo «espirituales» que eran. Querían ser vistas.

Oraban buscando el aplauso de los demás.

Jesús dice: *No hagas eso. Ve a un lugar privado, donde solo tu Padre celestial te ve.*

En otras palabras, la oración está pensada para ser real y personal. No es una actuación. Es comunión con Dios cuando nadie está mirando.

> *Lo que somos a los ojos de Dios, eso somos y nada más.*
> —Juan Calvino

Es un pensamiento que nos hace reflexionar. Pero aquí está el ánimo: cuando estamos a solas y clamamos a Dios, lo hacemos de la manera más íntima posible.

Pablo escribe en Gálatas que, como ahora somos hijos de Dios, podemos clamar: «¡Abba, Padre!». Ese es el lenguaje de una relación. La clase de cercanía que esperarías entre un hijo y su padre amoroso.

Así que busca estar a solas. Ponte a solas con tu Padre. Y habla con él.

2. Ten una forma o estructura

Justo después de decirnos que vayamos a orar en privado, Jesús nos da un modelo a seguir. Es uno de los pasajes más conocidos de la Biblia:

Ustedes deben orar así:
Padre nuestro que estás en el cielo,
santificado sea tu nombre,
venga tu reino,
hágase tu voluntad
en la tierra como en el cielo.
Danos hoy nuestro pan cotidiano.
Perdónanos nuestras deudas,
como también nosotros hemos perdonado a nuestros deudores.
Y no nos dejes caer en tentación,
sino líbranos del maligno.
(Mateo 6:9–13, NVI)

A menudo se la llama *el Padre Nuestro*, aunque quizá sería mejor llamarla *la oración de los discípulos*, ya que se nos dio a nosotros, los seguidores de Jesús.

Hay buenas razones por las que esta oración es tan conocida:

- **Tiene estructura**: nos evita oraciones vagas o repetitivas.
- **Tiene temas**: nos guía por la adoración, la entrega, las necesidades diarias, el perdón y la protección espiritual.
- **Se puede ampliar**: puedes orar cada línea y detenerte para añadir tus propios pensamientos.
- **Es personal**: venimos a nuestro Padre, no a una deidad distante.
- **Y es más grande de lo que solemos orar**: eleva nuestra mirada más allá de nosotros mismos, hacia la voluntad de Dios, el reino de Dios y las necesidades de los demás.

A veces, cuando me siento decaído o no encuentro las palabras, simplemente la oro palabra por palabra, y me aferro a la verdad que me

enseña.

No es la única forma de orar, pero es un lugar maravilloso para empezar.

Algunas personas también usan:

- **Listas de oración**: para recordar por quién o por qué orar.
- **Leccionarios**: oraciones y lecturas estructuradas para cada día.
- **Diarios**: para reflexionar o llevar un registro de las respuestas a la oración.

Otro patrón sencillo: G. P. P.

Si buscas otra manera muy fácil de orar, aquí tienes una que me ha resultado útil y que he enseñado tanto a niños como a adultos. Es lo bastante sencilla como para recordarla, pero lo bastante rica como para crecer contigo.

G – Gracias

Empieza dándole gracias a Dios por algo, ¡por lo que sea! Puede ser algo grande, como la salvación, o algo pequeño, como un día de sol o una buena comida. La gratitud cambia nuestra perspectiva.

P – Perdón

Tómate un tiempo para pedirle perdón a Dios por lo que has hecho mal. La confesión no consiste en castigarnos, sino en ser sinceros, recibir el perdón y recibir la gracia de Dios.

P – Por favor

Por último, pídele a Dios lo que necesitas, para ti y para los demás. Puede ser ayuda, fuerzas, sanidad, dirección o cualquier otra cosa que tengas en el corazón.

No es una fórmula mágica. Pero da forma a tus oraciones y te ayuda a mantenerte auténtico y equilibrado. Incluso decir solo una o dos frases en cada área es una gran manera de empezar.

La clave es encontrar algo que te ayude a orar de verdad.

3. Sé auténtico

Una de las mejores herramientas para una oración auténtica y sincera es el libro de los Salmos. Judíos, cristianos, e incluso algunos ateos, han apreciado los Salmos por su profundidad, su honestidad y su belleza.

David, que escribió muchos de los salmos, fue pastor, guerrero, rey y poeta. Su relación con Dios se desbordaba en cantos y oraciones en cada etapa de la vida.

Hay muchos tipos de salmos; incluyo la lista para ayudarte a encontrar algo que encaje con tu situación actual:

- **Lamentos**: dolor, tristeza, angustia (Salmos 3, 22, 51, 130)
- **Acción de gracias**: alegría y alabanza (Salmos 8, 30, 100, 118)
- **Salmos históricos**: los grandes hechos de Dios (Salmos 78, 105, 106)
- **Celebración**: adoración, coronaciones, cosechas (Salmos 24, 75, 121)
- **Peregrinación**: cantos de viaje (Salmos 120–134)
- **Salmos reales**: Dios y el rey (Salmos 2, 18, 20)

- **Sabiduría**: reflexiones y enseñanza (Salmos 1, 37, 73)
- **Imprecatorios**: denuncia de la injusticia y el mal (Salmos 35, 55, 137)
- **Confianza**: seguridad en Dios (Salmos 11, 16, 23, 62)
- **Penitenciales**: confesión y arrepentimiento (Salmos 6, 32, 51, 130)

Los Salmos nos enseñan que la oración puede ser alegre o desesperada, ordenada o caótica, poética o directa. Nos dan permiso para sentir, para ser sinceros, para alegrarnos, para llorar y para adorar, todo en la presencia de Dios.

Prueba a orar con un salmo. Deja que sus palabras guíen las tuyas.

4. Ora con otros

Aunque la oración en privado es vital, orar con otros también es bíblico, y poderoso.

En el libro de los Hechos, los creyentes oraban juntos: en las casas, en público y como iglesia reunida. Oraban antes de tomar decisiones, en medio de las crisis y en la adoración.

Me ha animado mucho orar con otros: de uno a uno, en grupos pequeños o con toda la iglesia.

Orar con otros profundiza nuestra comunión y nos une en un mismo propósito. También nos ayuda a seguir adelante cuando nuestras propias fuerzas flaquean.

Resumen:

- Ponte a solas con tu Padre celestial
- Usa la oración de Jesús como estructura
- Ora con los Salmos para ser auténtico y sincero
- Ora con otros para ser fortalecido y unido

Capítulo 6 – Sigue adelante

La vida cristiana no es una carrera de velocidad: es una larga caminata con Jesús. A veces es cuesta arriba, a veces el camino es llano, a veces cuesta ver adónde va el sendero. Pero lo importante es esto: sigue adelante.

Cuando te haces cristiano, todo puede parecer nuevo y emocionante. Pero es normal que ese entusiasmo suba y baje. Habrá días en que la oración se sienta seca, en que la Biblia parezca difícil de entender, en que la iglesia se haga cuesta arriba. No te alarmes. Eso no significa que algo haya ido mal. Significa que estás creciendo.

La fe no consiste en no luchar nunca. Consiste en mantener la mirada en Jesús en medio de la lucha.

> *Corramos con perseverancia la carrera que tenemos por delante. Fijemos la mirada en Jesús, el iniciador y perfeccionador de nuestra fe.*
> (Hebreos 12:1–2, NVI)

Mantente arraigado en Cristo

El título de este libro, *Arraigados*, proviene de una verdad profunda. En Cristo, tus raíces están seguras. A medida que creces en él, tu vida empieza a dar fruto: no todo de una vez, sino con el tiempo. Te vuelves más parecido a Jesús. Amas lo que él ama. Aborreces lo que él aborrece. Te apoyas en su fuerza y confías en sus promesas.

Sigue escuchando su voz en las Escrituras.
Sigue hablando con tu Padre en oración.
Sigue yendo a la iglesia, incluso cuando cueste.

Sigue amando a los demás. Sigue sirviendo. Sigue arrepintiéndote. Sigue creyendo.

No estás solo

Jesús dijo que nunca nos dejaría, y no lo ha hecho. Ahora formas parte de una familia mundial que abarca todas las épocas y culturas. Le perteneces. Y te ha dado su Espíritu para que viva en ti, te fortalezca y te guíe.

Cuando tropieces (y tropezarás), recuerda esto: su gracia es mayor que tus fracasos.

Cuando estés cansado, recuerda esto: él es fuerte cuando tú eres débil.

Cuando dudes, recuerda esto: él es fiel, incluso cuando tú no lo eres.

Así que, venga lo que venga, sigue adelante.

Perteneces a Jesús.

Y él nunca te soltará.

> *¡Al único Dios, nuestro Salvador, que puede guardarlos para que no caigan, y establecerlos sin tacha y con gran alegría ante su gloriosa presencia, sea la gloria, la majestad, el dominio y la autoridad, por medio de Jesucristo nuestro Señor, antes de todos los siglos, ahora y para siempre! Amén.*
> (Judas 24–25, NVI)

Conclusión

Está claro que este librito no ha abarcado todo lo que se puede decir sobre ser cristiano.

Para eso tenemos la Biblia, la palabra viva y eficaz de Dios. Es el libro al que volverás una y otra vez mientras caminas con Jesús. Todo en la vida cristiana fluye de él: su amor, su gracia, su llamado a seguirlo.

Mi esperanza es que lo que has leído aquí te dé un punto de partida claro y alentador:

- Saber quién eres en Cristo
- Empezar a escuchar la voz de Dios en las Escrituras
- Aprender a vivir tu fe en comunidad
- Recordar a Jesús cuando comes y te reúnes
- Y caminar con tu Padre en oración

No estás solo en este camino. Jesús ha prometido estar contigo siempre, y también te ha dado una familia en la iglesia para ayudarte a crecer.

Así que sigue adelante. Sigue confiando. Sigue siguiéndolo.

Apéndice A – Próximos pasos

Has comenzado el viaje más importante de tu vida. Seguir a Jesús no siempre es fácil, pero siempre vale la pena.

Aquí tienes algunos pasos sencillos para ayudarte a seguir creciendo:

1. Cuéntaselo a alguien

Jesús dijo que no debemos mantener nuestra fe en secreto. Si has puesto tu confianza en él, cuéntaselo a alguien. Quizá a un amigo cristiano, a un líder de la iglesia o a alguien que te haya ayudado en el camino. Hablar de tu fe la fortalece.

> *Que si confiesas con tu boca que Jesús es el Señor y crees en tu corazón que Dios lo levantó de entre los muertos, serás salvo.*
> (Romanos 10:9, NVI)

2. Bautízate

Si todavía no te has bautizado, habla con tu iglesia sobre ello. El bautismo no te salva, pero es una señal poderosa de tu compromiso de seguir a Jesús, y es algo que Jesús manda a todo creyente.

3. Lee un Evangelio

Si te preguntas por dónde empezar en la Biblia, prueba con el Evangelio de Marcos o el de Juan. Lee un poco cada día y piensa en lo que te muestra acerca de Jesús.

4. Únete a una iglesia

Nunca fuiste hecho para seguir a Jesús solo. Busca una iglesia local que ame la Biblia y te ayude a crecer. Conoce a la gente. Haz preguntas. Escucha. Adora. Sirve. Permanece.

5. Sigue orando

La oración no tiene que ser elaborada. Simplemente habla con Dios. Ahora él es tu Padre. Llévale tus preocupaciones, tu gratitud, tus dudas, tus alegrías. Él escucha, y le importas.

6. Espera dificultades, y confía en Dios

La vida cristiana no siempre es fácil. Seguirás enfrentándote a la tentación, la duda y las dificultades. Pero Dios es fiel. Nunca te dejará. Y promete terminar la buena obra que ha comenzado en ti.

> *Estoy convencido de esto: el que comenzó tan buena obra en ustedes la irá perfeccionando hasta el día de Cristo Jesús.*
> (Filipenses 1:6, NVI)

Sigue adelante. No estás solo. Jesús camina contigo, y también su iglesia.

Apéndice B – Planes de lectura bíblica

Si buscas ayuda para empezar a leer la Biblia con regularidad, aquí tienes algunas sugerencias.

Herramientas devocionales diarias:

- **Nuestro Pan Diario**: reflexiones fáciles de leer y pasajes breves
  nuestropandiario.org
- **Lecturas matutinas y vespertinas, de C. H. Spurgeon** (*Morning and Evening*): devocionales clásicos, todavía muy relevantes. En inglés:
  https://www.crosswalk.com/devotionals/morningandevening/

Plan de lectura bíblica de M'Cheyne (adaptado)

Creado originalmente por Robert Murray M'Cheyne, este plan te ayuda a leer toda la Biblia en un año. D. A. Carson lo ha adaptado a una versión de dos años, con un ritmo más llevadero. Cada día leerás de cuatro partes distintas de la Biblia, lo que te dará variedad y profundidad.

- Descárgalo aquí (PDF, en inglés):
  http://www.edginet.org/mcheyne/year_carson_a4.pdf

Plan de lectura de 12 meses por libros completos

Mes 1 – Comienzos

- Génesis
- Éxodo
- Salmos 1–10
- Mateo

Mes 2 – Desierto y Evangelio

- Levítico
- Números
- Salmos 11–20
- Marcos

Mes 3 – Pacto y Reino

- Deuteronomio
- Josué
- Jueces
- Rut
- Salmos 21–30
- Lucas

Mes 4 – Reyes y Reino

- 1 Samuel
- 2 Samuel
- Salmos 31–40
- Hechos

Mes 5 – Gloria y división

- 1 Reyes
- 2 Reyes
- Salmos 41–50
- Romanos
- 1 Corintios
- 2 Corintios
- Gálatas

Mes 6 – Exilio y regreso

- 1 Crónicas
- 2 Crónicas
- Esdras
- Nehemías
- Ester
- Salmos 51–60
- Efesios
- Filipenses
- Colosenses

Mes 7 – Sabiduría y adoración

- Job
- Salmos 61–80
- Proverbios
- Eclesiastés
- Cantares
- Santiago

Mes 8 – Profetas mayores y Evangelio

- Isaías
- Salmos 81–90
- Juan

Mes 9 – Profetas (continuación)

- Jeremías
- Lamentaciones
- Ezequiel
- Salmos 91–100

Mes 10 – Esperanza y juicio

- Daniel
- Oseas
- Joel
- Amós
- Abdías
- Jonás
- Miqueas
- Nahúm
- Habacuc
- Sofonías
- Salmos 101–110
- Hebreos

Mes 11 – Restauración y renovación

- Hageo
- Zacarías
- Malaquías
- Salmos 111–120
- 1 Tesalonicenses
- 2 Tesalonicenses
- 1 Timoteo
- 2 Timoteo
- Tito
- Filemón
- 1 Pedro
- 2 Pedro

Mes 12 – Cumplimiento y eternidad

- Salmos 121–150
- 1 Juan
- 2 Juan
- 3 Juan
- Judas
- Apocalipsis