

# Una Buena Persona - Parte 1

“Cuida bien tu alma”

## Intro

Hoy damos inicio a la última parte de nuestras 4 series del año “**Una Buena Persona**”, y lo hacemos con un subtítulo que resume lo único que nos puede llevar a eso: “**Descubriendo nuestra verdadera identidad en Jesús**”. Después de hablar de Un Dios Bueno, una Vida Buena, Una Buena Comunidad llegamos al corazón mismo del discipulado: **quiénes somos realmente**. No somos definidos por logros, fracasos ni apariencias; somos definidos por el amor de Dios que nos llama hijos e hijas suyos. En esta última serie, aprenderemos a vivir desde esa **identidad verdadera**, libres del peso de tener que demostrar o aparentar, y firmes en la gracia que nos sostiene.

Comencemos con una de las preguntas más penetrantes que hizo Jesús:

*“¿De qué le sirve a un hombre ganar el mundo entero, **si pierde su alma?**” (Mateo 16:26)*

- En una sola frase, Jesús nos recuerda la fragilidad de los logros humanos y el valor incalculable de nuestra alma.
- **No es una amenaza, es un lamento.** Es el gemido del amigo que sabe que podemos pasar la vida entera acumulando medallas, títulos, casas, seguidores... y aún así terminar vacíos por dentro.
- Puedes ganar todo lo que el mundo aplaude y perder lo que realmente importa: **tu alma**.
- “Tu alma es un regalo de Dios. **Puede ser descuidada** para tu propio mal, o **puede ser nutrida y alimentada** para tu salvación. Tu alma puede ser salvada, pero también puede perderse: *¿De qué le sirve a un hombre ganar el mundo entero, si pierde su alma?*” (Mateo 16:26).
- El alma es el lugar que **no puedes maquillar con éxito ni esconder con religión**.
- **“No puedes pesar tu alma en una balanza, pero es lo más valioso que posees” - JO**
- **El problema** es que: el alma es algo en lo que rara vez pensamos. **Podemos ignorar que la tenemos y vivir como si no existiera, persiguiendo solo nuestro “falso yo”**.

- Eso nos llevará a **“perder el alma” = vacío, falta de propósito, desconexión con Dios**. Cuántas veces hemos cambiado el cuidado del alma por la ilusión del aplauso. Hemos corrido detrás del “mundo entero” y nos hemos quedado exhaustos, hambrientos, con un corazón hueco. **(Breve historia)**

En el 2017 pasé de ser el pastor de una pequeña iglesia local, a dirigir un movimiento nivel isla con un número creciente de empleados. Recibimos recursos financieros más allá de nuestras expectativas e hicimos todo lo posible por aumentar nuestro impacto para el reino de Dios. Se abrieron puertas y oportunidades que jamás había soñado. Trabajamos alrededor de todo Puerto Rico, y era evidente que Dios estaba haciendo mucho bien a través de nuestro trabajo.

Con el tiempo en el 2019 me encontré sintiendo dos cosas a la vez: entusiasmo por la obra y una enorme presión por la magnitud del trabajo.

Hice lo que muchos hacen: **ignoré las necesidades de mi alma por completo y trabajé más duro que nunca**. El “éxito” de nuestro trabajo seguía llegando: más personas alcanzadas, más influencia, más recursos. Pero lo disfrutaba cada vez menos.

En el 2021 No tuve una caída moral, pero estaba quemado, no estaba atrapado en una adicción —aunque sospecho que, de no buscar ayuda, podría haber llegado allí—. Lo que descubrí verdad es que había mucho dolor y traumas no sanados que había reprimido. Como resultado, simplemente perdí el gozo y sufría en silencio. Cometí el error común de pensar **que hacer la obra de Dios era más importante que cuidar mi alma. Y ahora estaba pagando el precio, porque mi alma se negaba a ser descuidada.**

- **Lo mismo te puede estar sucediendo a ti, pero en una relación profunda con Jesús, el alma encuentra vida, perdón, propósito y gloria eterna.** El milagro es que incluso ahí, en medio de nuestras debilidades y fracasos, Jesús no nos desecha. Al contrario, nos abraza en nuestra pobreza y nos dice: **“Es en mí que tu alma encuentra todo lo que está buscando.”**

**Mateo 11:28–30 (NVI)**

**28 »Vengan a mí todos ustedes que están cansados y agobiados, y yo les daré descanso. 29 Carguen con mi yugo y aprendan de mí, pues yo soy apacible y humilde de corazón, y encontrarán descanso para su alma.**

**30 Porque mi yugo es suave y mi carga es liviana».**

**Trans** - Así que habla con mi esposa mis hijos y mi equipo de líderes y pastores para comenzar mi sabática de tres meses: El primer día junto a mi consejero confesé mis mayores dolores, errores y fracasos; saqué a la luz todos los esqueletos de mi closet; expuse mis peores

pecados, mis miedos más oscuros y los pensamientos, palabras y acciones de los que más me avergonzaba. **Necesitaba que mi alma fuera restaurada, necesitaba cuidar mi alma.**”

# 1. El cuidado del alma es un viaje hacia adentro

Es normal que cuando escuchamos la frase “*una persona buena*”, pensemos en las acciones externas de una persona (en lo que hace). Pero Jesús siempre que habla de algo externo primero hace un viaje a lo interno miren:

“Así, todo buen árbol da buenos frutos, pero el árbol malo da frutos malos.” (Mateo 7:17)

- Este verso se encuentra en el **Sermón del Monte** (Mateo 5–7), específicamente en la sección donde Jesús advierte contra los **falsos profetas** (Mateo 7:15–20).
- Jesús utiliza una **metáfora agrícola** fácil de entender para resaltar la relación inseparable entre la **naturaleza interior (el árbol)** y la **conducta exterior (el fruto)**.
- La bondad, según Jesús, Dios no la mide por lo público, la verdadera bondad nace en lo secreto: en el alma. **Y lo más honesto que puedo decirte es que muchas veces yo mismo he tratado de aparentar frutos sin dejar que Dios toque mis raíces.**
- Jesús enseña que **las acciones visibles son el reflejo del estado interno del corazón**. No se trata de actuar bien sino de ser transformado desde la raíz.
- Un árbol no se esfuerza artificialmente por dar fruto; produce lo que es coherente con su naturaleza. Igual, una vida renovada en Cristo produce El Fruto del Espíritu (Gálatas 5:22–23).
- Jesús aplica esto a los falsos profetas y a nosotros hoy: podemos hablar con elocuencia, pero nuestros frutos privados (vida, relaciones, carácter) revelan lo que realmente somos.
- La esperanza es que en Cristo, lo que está “**Malo**” (**sapron**): “podrido, corrupto, enfermo” puede ser regenerado. **El Espíritu Santo cambia la naturaleza del “árbol” y lo hace fructífero.**
- Ser una persona buena no es subir más alto, es atreverte a bajar más hondo. Es entrar en ese lugar donde duele, donde hay heridas y miedos, y dejar que Jesús lo llene de descanso y ternura.
- La cultura grita: “Sube más, logra más, demuestra más.” Jesús susurra: Cuidar el alma no es escalar una montaña de logros, es abrir una puerta interior.

**Trans** - “Espíritu Santo, abre nuestros ojos para ver más allá de la superficie. Enséñanos a reconocer los verdaderos deseos de nuestra alma y a encontrarlos satisfechos en ti.”

## 2. Descubre los verdaderos deseos de tu alma

Nuestra **alma** es real, somos realmente almas con cuerpo y así como el cuerpo tiene necesidades físicas el alma tiene necesidades espirituales que si no son atendidas, el alma se marchita; pero si son cuidadas el alma florece.

### 1. El alma necesita que veamos nuestro cuerpo como algo sagrado

- El alma y el cuerpo no están separados: forman una unidad. Cuando tratamos el cuerpo como objeto de explotación, vanidad o descuido, el alma también sufre. Tu cuerpo es templo del Espíritu Santo

1 Corintios 6:19

“¿Acaso no saben que su cuerpo es templo del Espíritu Santo, quien está en ustedes y al que han recibido de parte de Dios? Ustedes no son sus propios dueños;”

- Cuidar tu cuerpo con dignidad es cuidar tu alma. Esto hasta los que no lo saben lo saben.

### 2. El alma necesita encontrarse amada y deseada

- El alma no puede vivir sin amor. Más allá de logros o apariencia, necesitamos encontrarnos amados. En Jesús escuchamos la voz del Padre: *“Tú eres mi hijo amado; en ti me complazco”* (Mateo 3:17).

### 3. El alma necesita conexión con Dios

- El alma fue diseñada para comunión con su Creador. Sin esa conexión, vivimos desconectados de nuestra fuente de vida.  
Como el **ciervo brama** por las aguas, **así clama nuestra alma por Dios** (Salmo 42:1).

### 4. El alma necesita perdón eterno

- El alma no puede cargar con la culpa para siempre. Necesita el alivio del perdón. En la cruz, Jesús declaró: *“Consumado es”* (Juan 19:30). El perdón ya está asegurado, eterno, completo.

### 5. El alma necesita aventura y vida abundante

- El alma no fue creada para aburrimiento ni monotonía. Anhela ser parte de una historia grande, llena de propósito.  
Jesús lo prometió: *“Yo he venido para que tengan vida, y la tengan en abundancia”* (Juan 10:10).

## 6. El alma necesita santidad

- El alma rechaza la corrupción del pecado y anhela pureza. No por legalismo, sino porque fue hecha para la belleza de la santidad.  
*“Sed santos, porque yo soy santo”* (1 Pedro 1:16). La santidad no reprime, libera.

## 7. El alma necesita propósito

- Todos cargamos la pregunta: “¿Para qué estoy aquí?” El alma necesita saberse creada para algo más trascendente que llenarse de placeres y vivir solo para nosotros.  
*“Porque somos hechura de Dios, creados en Cristo Jesús para buenas obras”* (Efesios 2:10).

## 8. El alma necesita gloria eterna

- El alma no se conforma con lo pasajero. Anhela trascendencia, vida eterna, gloria que no se acaba.  
*“Y esta es la promesa que él nos hizo: la vida eterna”* (1 Juan 2:25).

**Trans** - Y esto conecta con lo que Dios está haciendo en nosotros como comunidad: hemos hablado de un Dios bueno, de una vida buena, de una buena comunidad... y ahora descubrimos que ser una buena persona no es producir más, sino cuidar el alma en la presencia de Jesús.

## 3. Lo que tu alma necesita ya está disponible

- En caso de que no lo explique bien o que todavía no sea muy claro para ti, cada necesidad del alma tiene cumplimiento en Jesús:
  - En Jesús, soy un miembro sagrado de su cuerpo.
  - En Jesús, soy querido, amado y perdonado.
  - En Jesús, estoy conectado con Dios y lleno de vida.
  - En Jesús, transformó mi historia y tengo propósito.
  - En Jesús, seré glorificado y viviré eternamente.

Pero debo decirte algo importante: esto no se trata solo de **creerlo con la mente** como quien aprende una teoría bonita. Si nos quedamos ahí, **este mensaje se convierte en simple inspiración pasajera**.

- El alma no se cuida con discursos los domingos; el alma se cuida en una **relación íntima con Jesús**. Para que esta verdad sea una realidad en ti, necesitas entrar en el **gimnasio de las disciplinas espirituales**: la oración en silencio, la meditación en la Palabra, la adoración sincera, la confesión, la vida contemplativa y debes hacerlo en comunidad.
- El llamado es claro: **no te quedes con un alma inspirada, busca un alma entrenada en la presencia de Jesús**. Porque solo en esa intimidad diaria, tu alma florecerá y dirás con verdad: *“Mi alma está bien”*

## Conclusión / Llamado

- La invitación hoy es simple y profunda: **ven a Cristo con tu alma desnuda**. No escondas tu vergüenza, no maquilles tus heridas, no finjas estar fuerte. Acércate como eres y escucha a Jesús decirte
- *“¿De qué te sirve ganar el mundo y **perder tu alma**?”*
- *“Ven a mí, yo te daré descanso.”* en Él está todo lo que tu alma necesita.