

La Importancia de la Salud Holística en el Ministerio

Rev. Esther Sanchez Colon

Distrito Multicultural de Florida

Red de Mujeres Ministros

- ¿Desde qué marco te miras?
- ¿De qué lado del espejo estás?



Romanos 8:28

Y sabemos que Dios dispone todas las cosas para el bien de los que le aman, los que han sido llamados conforme a su propósito.

Perspectivas de la vida de David

- Construye tu caja de herramientas
 - Valore las circunstancias actuales
 - Valore su tiempo a solas en el campo
 - Ensucie tus manos
 - Manténgase enfocado
 - Valore la experiencia de vidas pasadas
 - El autocuidado debe ser una prioridad

Perspectivas de la vida de David

- Sea consciente de su tarea y prepárese para ella.
 - Conocer su vocación no significa que esté preparado
 - Conságrese al Señor
 - Administre sabiamente el poder y la influencia

Prepárese para los planes de Dios

- Espíritu
 - Tiempo a solas- proteja su tiempo con el Señor
- Alma
 - Confíe en sus habilidades
 - Haga provisión para usted y los demás

¿Cómo lo hacemos?

- Descanse tu mente
- Sea organizada
- Limite las distracciones
- Invierta su tiempo sabiamente

¿Cómo lo hacemos?

- Mentoría
- Regocíjese
- Hónrese a usted mismo y a los demás
- Entrene

¿Cómo lo hacemos? Pathfinders

- Yo sirvo

- Encuentre su propósito
- Nuevos voluntarios
- Nuevos ministros

- Yo crezco

- Líderes con experiencia
- Recursos de educación continua
- Ascensión de credenciales

Prepárese para los planes de Dios

- Cuerpo

- Descanso físico y mental
- Dieta: coma y disfrute la comida en moderación
- Disciplina física: mecanismos de defensa saludables
- Atención médica: la ciencia también es parte de la creación de Dios.

Recuerda

- Busca a Dios: un hombre conforme al corazón de Dios (1 Sam. 13:14)
- Dios es fiel: Él usará todo para Su gloria (Rom. 8:28)
- Confía en Dios: Él está de tu lado (Sal. 37:5)

The Importance of Holistic Health in Ministry

Rev. Esther Sanchez Colon
Florida Multicultural District
Network of Women Ministers

- What framework are you looking at yourself from?
- What side of the mirror are you on?



Romans 8:28

And we know that in all things
God works for the good of those
who love him, who have been
called according to his purpose.

Insights from David's life

- **Build your toolbox**
 - Value current circumstances
 - Value your time alone in the field
 - Get your hands dirty
 - Remain Focused
 - Value past life experience
 - Keep self-care as a priority

Insights from David's life

- **Be aware of your assignment and prepare for it**
 - Knowing your calling doesn't mean that you're ready
 - Consecrate yourself to the Lord
 - Steward power and influence wisely

Preparing for God's plans

- Spirit
 - Solitude- protect your time with the Lord
- Soul
 - Trust your abilities
 - Make provision for yourself and others

How do we do this?

- Rest your mind
- Organize yourself
- Limit distractions
- Invest your time wisely

How do we do this?

- Mentoring
- Rejoice
- Honor yourself and others
- Train

How do we do this? Pathfinders

- I serve
 - Finding purpose
 - New volunteers
 - New to ministry
- I grow
 - Experienced leaders
 - Continued education resources
 - Credential ascension

Preparing for God's plans

- **Body**

- Rest- physically and mentally
- Diet- eat and enjoy food in moderation.
- Physical Discipline- healthy coping mechanisms
- Medical care- Science is also part of God's creation.

Remember

- Seek God- A man after God's heart (1 Sam. 13:14)
- God is faithful- He will use everything for His glory (Rom. 8:28)
- Trust God- He is on your side (Psa. 37:5)