

Mi Nombre: _____

Fecha: _____

Escuela de Consejería y Sanidad Cristiana

Nivel 05A – Enfoque *Immanuel*¹

I. INTRODUCCIÓN

¿Qué significa *Immanuel*?

Emmanuel o **Imanu'el** (en hebreo עִמָּנוּאֵל '*El está con nosotros*' se compone de dos palabras hebreas אל El, que significa '*Dios*' y נוֹעַם Immānū, que significa '*con nosotros*'). Se trata de un nombre usado en la Biblia en el libro de Isaías 7:14 y 8:8, y en el Nuevo Testamento cuando Mateo cita Isaías 7:14 en el 1:23.²

Immanuel es la forma inglesa que usamos para referimos a una herramienta (o 'enfoque') de consejería específica.

¿En qué consiste?

Jesús dijo:

³³*Estas cosas os he hablado para que en mí tengáis paz. En el mundo tenéis tribulación; pero confiad, yo he vencido al mundo. (Juan 16:33 -LBLA)*

Es decir, aunque pasamos por experiencias muy difíciles en nuestras vidas por causas variadas (pecados propios o de otros, enfermedades, accidentes, influencias del diablo, etc.), siempre podemos gozar de paz en Jesús. Está a nuestro alcance.

No obstante y si somos un poco sinceros, no siempre vivimos llenos de esta paz Suya.

Es más, quizás se podría incluso decir que muchos cristianos *raras* veces experimentan Su paz de forma real o que ninguno de nosotros vivimos gozando de *toda* la paz y sanidad que Jesús tiene para nosotros.

El Enfoque *Immanuel* es una herramienta para ayudarnos a recibir lo que Jesús nos quiere hablar o mostrar y así experimentar Su paz y sanidad en medio de cualquier tribulación presente, pasada o futura.

Es una manera de encontrarse con Jesús y recibir la transformación a Su imagen que Él quiere obrar en nosotros ese día.

II. RESUMEN DEL PROCESO IMMANUEL

El proceso *Immanuel* básicamente consiste en dos partes, con una oración inicial y otra al final:

Oración inicial

1. Conectar con Jesús
 - a) Recuerdo positivo con Jesús
 - b) Expresar aprecio
 - c) Localizarlo en la sala/habitación
 - d) "Jesús, ¿qué quieres que yo sepa?"

¹ Basado en el libro *Immanuel en la Práctica* por Patricia A. Velotta; This Joy! Books, Libertyville, Illinois, USA; ©2016, ISBN 978-0-692-78337-3.

² Traducido de [https://ca.wikipedia.org/wiki/Emmanuel_\(Biblia\)](https://ca.wikipedia.org/wiki/Emmanuel_(Biblia)) el 26.10.2016.

2. Procesar los recuerdos negativos con Él
 - a) Ir al origen: "Jesús, llévame al origen de estos malos sentimientos"
O, "¿qué quieres procesar conmigo hoy?"
 - b) Localizar a Jesús en el recuerdo
 - c) Abrir circuitos cognitivos y emocionales
 - d) Recibir la sintonía y sanidad de Jesús

Oración final

En el *Immanuel* participan tres personas:

- el Coach: el entrenador o mentor quien guía la sesión y ayuda al Receptor a encontrarse con Jesús, a responder a lo que Jesús dice o hace y a recibir la paz y sanidad que Él le ofrece.
- el Receptor: la persona que busca conectarse con Jesús y recibir Su paz y transformación.
- Jesús: el director principal de la sesión.

En otras palabras, el deber principal del Coach es ayudar al Receptor a conectarse con Jesús, y una vez conectado con Jesús, el Coach apoya la dirección de Jesús preguntando al Receptor algo como, "¿Qué dice Jesús que hagamos ahora?".

En este sentido es muy similar a la herramienta del Lugar Seguro³.

III. ¿QUIÉN LO NECESITA?

Como *Immanuel* es una forma de encontrarse con Jesús e interactuar con Él de una manera muy real y viva, es en realidad una disciplina espiritual que nos ayuda a experimentar y desarrollar intimidad con Jesús. En este sentido, *Immanuel* es útil y recomendable para todos los cristianos.

Incluso se puede practicar con no-creyentes para ayudarlos a tener una experiencia propia con Jesús.

Después de estar charlando y debatiendo sobre la Biblia en casa de Claudio⁴ junto con su familia, todos aparentemente aún no-cristianos, uno de los pocos creyentes presentes canta una canción de alabanza, y enseguida se nota el cambio en la atmósfera.

Me dirijo a Claudio y le invito a hacer un ejercicio conmigo. Le pido que cerrara los ojos y que yo oraría para que viera a Jesús.

Al principio dijo medio en broma que sabía dónde estaba Jesús: en el taburete vacío cerca del balcón. Pero, accede a probar el ejercicio, cierra los ojos y deja que yo orara por él.

Luego dice que Jesús está de pie justo delante de él, que lleva una túnica, una barba y sandalias y que ve a mucho amor en Su rostro.

Le pido preguntarle a Jesús, "Jesús, ¿qué quieres que yo sepa?"

Claudio contesta rápidamente, "Me dice que no soy digno y que hay muchas cosas que tengo que hacer mejor."

Como me costó creer que esa voz fuese Jesús, le pregunto a Claudio, "¿Quién está diciendo esto, tú o Jesús?"

El hijo de Claudio exclama al instante, "¡Eso es él! No es Jesús."

Oro otra vez por Claudio y le vuelvo a insistir en que preguntara a Jesús, "¿Qué quieres que yo sepa?"

Después de unos segundos Claudio contesta, "Me dice, 'Claudio, tienes que negarte a ti mismo, tomar tu cruz y seguirme a mí.'"

³ Ver http://www.vinyacastelldefels.com/Miembros/ConsejeriaSanidad/ECS_03B_LugarSeguro.pdf y http://www.vinyacastelldefels.com/Miembros/ConsejeriaSanidad/ECS_03B_Anexo_Que_Es_El_Hombre.pdf

⁴ Nombre cambiado.

No solamente Claudio, sino toda la familia queda muy impactado, y hasta el día de hoy siguen el camino poco a poco hacia Jesús.

Por otra parte, el Enfoque *Immanuel* es especialmente eficaz para tratar experiencias difíciles, miedos y complejos desde su raíz al dejarle a Jesús servirnos como nuestro terapeuta o *consejero admirable*⁵.

IV. SIMILITUDES CON HERRAMIENTAS ANTERIORES

Como ya hemos visto, el Enfoque *Immanuel* es muy similar al Lugar Seguro. No obstante, tiene dos diferencias notables:

1. El Lugar Seguro consiste en buscar un lugar y un momento tranquilo, cómodo y privado y luego encontrarse con Jesús en ese lugar real o imaginario donde te sientes completamente seguro y tranquilo.

El Enfoque *Immanuel*, en cambio, entrena la habilidad de ver a Jesús y recibir de Él en cualquier lugar y momento de la vida diaria: en la cama, en la ducha, en el metro, en la clase, en el despacho del jefe, etc.

En ese sentido, es más sencillo y global.

2. El Lugar Seguro se centra simplemente en ese encuentro con Jesús y en recibir Su paz y sanidad por medio de todo lo que Él nos dice, nos muestra o hace.

El Enfoque *Immanuel* incluye lo anterior per añade una segunda parte: somos más proactivos en animar al Receptor a tratar sus heridas, complejos o malos sentimientos desde sus raíces juntamente con Jesús.

En este último sentido, el Enfoque *Immanuel* tiene mucho que ver con 'Los 4 Pasos Para Procesar Las Heridas Con Jesús'⁶.

No obstante, en vez de pensar en términos de 4 Pasos (aunque los podamos tener en mente), estamos más pendientes de cómo Jesús quiere tratar estas heridas con la persona. Jesús podría seguir nuestro esquema de 4 Pasos o podría hacerlo diferente. Quizás el hecho de ver a Jesús de manera tan viva en ese recuerdo negativo le ayuda a soltar su amargura y perdonar sin pasar expresamente por los 4 Pasos.

¿Se entiende lo que intentamos expresar?

V. LA ORACIÓN INICIAL

Dr. Karl Lehman, el fundador del Enfoque *Immanuel* ha escrito una Oración Inicial que recomienda simplemente leer al principio de la sesión.

Esta oración se encuentra en el Anexo 1⁷ de este estudio.

Sin embargo, no será imprescindible si solamente estamos practicando la primera parte (conectar a Jesús sin pasar a procesar recuerdos negativos).

VI. CONECTAR CON JESÚS

Como hemos dicho anteriormente, la primera parte, Conectar Con Jesús, también se puede practicar a solas como una disciplina espiritual.

⁵ Isaías 9:6.

⁶ Ver <http://www.vinyacastelldefels.com/Miembros/ConsejeriaSanidad/ECS 02A 4 Pasos Procesar Heridas.pdf>

⁷ Ver <http://www.vinyacastelldefels.com/Miembros/ConsejeriaSanidad/ECS 05A Immanuel Anexo 1 OracionInicial.pdf>

Esta parte tiene cuatro pasos:

a) Recuerdo positivo con Jesús

En la Oración Inicial ya le pedimos al Espíritu Santo traerle a la memoria del Receptor un recuerdo positivo con Jesús.

Ahora le preguntamos qué fue lo que le recordó el Espíritu.

O, si no hubiéramos hecho la Oración Inicial (por no tratarse de una sesión *Immanuel* formal), le sugerimos al Receptor pedirle al Espíritu Santo un recuerdo positivo con Jesús ahora mismo.

Por otra parte, si la persona no es creyente le podríamos decir, "Cuéntame de un momento en que te sentías muy bien y con mucha paz."

Si la persona tiene dificultades, le podríamos ayudar con palabras como:

- "No se trata de tu esfuerzo. Simplemente deja al Espíritu traértelo a la memoria."
- "El recuerdo puede ser algo muy natural y sencillo - simplemente una impresión o incluso un sentimiento de sentirte conectado con Jesús."
- "Pídele ayuda a Jesús: 'Jesús, necesito ayuda.' "
- "Pregúntale a Jesús, 'Jesús, ¿qué me está estorbando?' "

Sobre todo, tener paciencia. A veces es simplemente cuestión de esperar algunos minutos más.

b) Expresar aprecio

La acción de gracias es muy sano y puede ser un buen punto de partida, pero al fin y al cabo mantiene algo de egocentrismo: "Doy gracias por lo que has hecho por *mí*."

Expresar aprecio es centrarse más íntegramente en las virtudes de la otra persona: "Aprecio de ti que eres tan valiente, honesto, paciente, compasivo, etc."

Por lo tanto, ahora animamos al Receptor a expresar aprecio por Jesús por algo relacionado con el recuerdo positivo que el Espíritu le trajo a la mente. Eso le ayuda a centrarse todavía más en Jesús y recibir de Él.

Es más, el Dr. Lehman, que también es psiquiatra clínico, comenta los siguientes ventajas científicamente demostradas de expresar aprecio⁸:

- Activa los circuitos neurológicos del cerebro que nos conectan con los recuerdos y la persona que estamos apreciando.
- En muchos casos libera oxitocina, una hormona considerada clave en la construcción de vínculos. Por ejemplo, cuando una madre amamanta a su bebé, se libera oxitocina tanto en la madre como en el bebé para fortalecer el vínculo emocional y social entre ambos.
- Los circuitos neurológicos de relación afectiva son activados, tal y como lo han demostrado en la Universidad del Sur de California mediante PET (tomografía por emisión de positrones).

En otras palabras, expresar aprecio por Jesús nos conecta mejor con Él, fortalece nuestro vínculo con Él y nos facilita amarle y recibir su amor.⁹

c) Localizarlo en la sala/habitación

A continuación guiamos al Receptor a intentar localizar a Jesús en la sala donde estamos.

⁸Video en YouTube: [Dr Karl Lehman on the Latest Brain Science of Appreciation - Immanuel Approach / ImmanuelPrayer](#) visto el 27.10.2016.

⁹ Y por supuesto, lo mismo vale con cualquier otra persona por quien expresamos aprecio: nuestro cónyuge, los hijos, hermanos de la iglesia, compañeros de trabajo o estudio, etc.

Si la persona tiene dificultades, podemos nuevamente sugerirle que le pida ayuda directamente a Jesús: "Jesús, ayúdame a verte," o a preguntar, "Jesús, ¿qué está estorbando?"

O, le podríamos simplemente preguntar, "¿Dónde crees que Jesús podría estar?" y seguir con cualquier impresión que tenga por muy tenue que sea.

Cuando la persona comienza a tener una impresión de dónde está Jesús, podemos ayudarle a conectar mejor con Él con preguntas como:

- ¿Cuál es su postura corporal? (de pie, sentado, acostado, etc.)
- ¿Cómo va vestido?
- ¿Lleva barba?
- ¿Qué expresa su cara? (enojo, gozo, paz, amor, etc.)

Ahora, no te sorprendas si la persona tiene una visión muy extraña de Jesús, "Tiene un sombrero mejicano y patines y está nadando en el aire", por ejemplo. Todo tendrá un sentido al llegar al final de la sesión. Toda la creatividad y diversidad del universo tiene su origen en Él¹⁰, y a menudo expresa parte de esa gran creatividad en Sus encuentros con nosotros.

Pero, si tienes alguna duda sobre si es el verdadero Jesús o no, simplemente puedes pedir al Receptor a hacerle esa pregunta directamente.

d) "Jesús, ¿qué quieres que yo sepa?"

Una vez la persona está conectada con Jesús, le guiamos a preguntar a Jesús, "¿Qué quieres que yo sepa?" O, "¿qué quieres decirme, mostrarme o transmitirme?"

Luego le pedimos a la persona contarnos lo que Jesús dice o hace.

Ahora, si se trata de una sesión informal, o todo esto es muy nuevo para la persona, quizás podemos acabar aquí. Hemos logrado ayudar a la persona a conectar con Jesús y a recibir de Él, y ¡eso no es poca cosa!

No obstante, si tenemos la oportunidad de seguir con la segunda parte, aprovechémosla.

VII. PROCESAR LOS RECUERDO NEGATIVOS

Una vez que el Receptor haya conectado bien con Jesús queremos ayudarle a procesar sus dificultades, malos sentimientos o recuerdos con Él.

Esta parte igualmente consiste en cuatro pasos:

a) Ir al origen.

Si el Receptor ya está presentando sentimientos negativos que quiere trabajar (vino con problemas de depresión o ansiedad, ira descontrolada, etc.), le guiamos a preguntarle a Jesús, "Llévame al origen de estos malos sentimientos."

O, si Jesús ya le mostrado algunos estorbos en la vida del Receptor en el proceso de conectar con Él, le guiamos a preguntar, "Jesús, Llévame al origen de ese estorbo."

O, si el Receptor no ha sido consciente de ninguna problemática específica, simplemente le guiamos a preguntar, "Jesús, ¿qué quieres procesar conmigo hoy?"

b) Localizar a Jesús en el recuerdo

Tan pronto le venga al Receptor algún recuerdo, inmediatamente le guiamos a encontrar a Jesús en ese recuerdo. Hacemos lo mismo que en la primera parte.

¹⁰ Juan 1:3.

Le preguntamos, "¿Dónde está Jesús? ¿Cuál es su postura corporal? ¿Cómo va vestido? ¿Lleva barba? ¿Cuál es la expresión de su cara? ¿Hacia dónde está mirando?"

Luego, cuando la presencia de Jesús haya quedado establecido en ambos lugares, en la sala y en el recuerdo, le guiamos al Receptor a preguntar nuevamente, "Jesús, ¿qué quieres que yo sepa?"

Guiamos a la persona a simplemente contar lo que el Espíritu les ha traído a la mente, tanto del recuerdo como de lo que Jesús hace y dice.

Si el recuerdo resulta aún demasiado doloroso, podemos ayudar al Receptor a volver a conectar con Jesús en la sala y en el ahora: "¿Jesús aún está sentado a tu lado en la silla?"

Así la conexión con Jesús en la sala de la primera parte del *Immanuel* sirve como red de seguridad: un lugar seguro donde el Receptor siempre puede encontrar refugio si revivir el recuerdo se vuelve excesivamente angustioso.

c) Abrir circuitos cognitivos y emocionales

A veces hablan los neurólogos de circuitos cognitivos del cerebro y de circuitos emocionales.

Los circuitos cognitivos de nuestros recuerdos contienen la información de qué ocurrió.

Los circuitos emocionales contienen las emociones que sentimos durante la experiencia.

Si una persona cuenta lo que ocurrió, pero no siente lo que sintió, es porque sus circuitos emocionales están bloqueados y podemos guiarle a pedir a Jesús, "Por favor ayúdame a abrir mis circuitos emocionales."

Si la persona siente las emociones, pero no sabe bien ni qué ocurrió, ni cuándo, ni dónde, ni por qué, podría orar, "Jesús, por favor ayúdame a abrir mis circuitos cognitivos."

Por supuesto, en todo este proceso queremos estar continuamente expresando ánimo y aprecio por los esfuerzos de la persona.

Además, podemos volver a pedir ayuda a Jesús o a preguntarle qué estorba todas las veces necesarias.

d) Recibir la sintonía y sanidad de Jesús

El Dr. Lehman define sintonía en este contexto así:

La sintonía es una forma especialmente importante de la conexión emocional interpersonal. Ofrezco sintonía con éxito si te veo, te escucho, entiendo correctamente tu experiencia interna, me uno a ti en las emociones que sientes, me preocupo por ti de forma legítima, y estoy contento de estar contigo. Tú has recibido mi sintonía con éxito si sientes que te veo, te escucho, y te entiendo, si sientes que estoy contigo en tu experiencia, y si sientes que me preocupo por ti y estoy contento de estar contigo.¹¹

Patricia Velotta explica la sintonía y sanidad de Jesús así:

Al estar en sintonía se siente que Jesús conecta y entiende. Cuando la Receptora tiene sus circuitos emocionales en marcha y siente la sintonía de Jesús, ella es consciente de que Jesús entiende y se interesa a la perfección. Él es Immanuel. ¡Dios con nosotros! De repente, nada más parece importar. Incluso las ramificaciones negativas de un recuerdo desaparecen cuando

¹¹ Velotta, *Immanuel*, p.45.

*Jesús llena todo. Él ha vencido el mundo en el Receptor al capturar toda su atención.*¹²

Un ejemplo bíblico de la sanidad mediante esta sintonía de Jesús en medio de circunstancias extremadamente dolorosas e injustas es el apedreamiento de Esteban en Hechos 7:54-60.

Esteban ve a Jesús y recibe Su sintonía. Y, en esta sintonía e intimidad con Él, deja de quedar limitado por sus circunstancias (el sufrir un apedreamiento hasta la muerte), y es transformado a la semejanza de Jesús. Incluso extiende perdón a sus asesinos como si fuera una cosa natural.

VIII. LA ORACIÓN FINAL

También hay una Oración Final propuesta por el Dr. Lehman para leer al final de la sesión.

Esta oración se encuentra en el Anexo 2¹³ de este estudio.

IX. CONCLUSIÓN

En Isaías 7 dice Dios con referencia a Jesús:

¹⁴Por tanto, el Señor mismo os dará una señal: He aquí, una virgen concebirá y dará a luz un hijo, y le pondrá por nombre Emmanuel. (Isaías 7:14 -LBLA)

Jesús es 'Emmanuel', Dios Con Nosotros, o, como se escribe en inglés, *Immanuel*. El Enfoque *Immanuel* consiste en ayudar a las personas a ver y conectar con Jesús para recibir Su paz y sanidad.

Tiene dos partes principales y una oración inicial y otra al final:

Oración inicial

1. Conectar con Jesús
 - a) Recuerdo positivo con Jesús
 - b) Expresar aprecio
 - c) Localizarlo en la sala/habitación
 - d) "Jesús, ¿qué quieres que yo sepa?"
2. Procesar los recuerdo negativos con Él
 - a) Ir al origen: "Jesús, llévame al origen de estos malos sentimientos"
O, "¿qué quieres procesar conmigo hoy?"
 - b) Localizar a Jesús en el recuerdo
 - c) Abrir circuitos cognitivos y emocionales
 - d) Recibir la sintonía y sanidad de Jesús

Oración final

El Anexo 3¹⁴ tiene el Mapa *Immanuel*, una representación gráfica de este proceso.

¹² Vellota, p. 45-46.

¹³ Ver http://www.vinacastelldefels.com/Miembros/ConsejeriaSanidad/ECS_05A_Immanuel_Anexo_2_OracionFinal.pdf

¹⁴ Ver http://www.vinacastelldefels.com/Miembros/ConsejeriaSanidad/ECS_05A_Immanuel_Anexo_3_Mapa.pdf

