

«El Señor es mi pastor»

Notas del programa y transcripciones

Descripción general del podcast:

FollowHIM: Un podcast *de «Ven y sígueme»* con Hank Smith y John Bytheway

¿Alguna vez sientes que tu preparación para la lección semanal *de «Ven, sígueme»* se queda corta? Únete a los presentadores Hank Smith y John Bytheway mientras entrevistan a expertos para que tu estudio del curso *«Ven, sígueme» de* La Iglesia de Jesucristo de los Santos de los Últimos Días no solo sea agradable, sino también original y educativo. Si buscas recursos para que tu estudio sea novedoso, fiel y divertido —sin importar tu edad—, únete a nosotros.

Descripciones de los episodios del podcast

Parte 1:

¿El Señor realmente escucha o solo toma nota de tus quejas? Steven Sharp Nelson se une a Hank y John para examinar los Salmos como el antiguo «himnario del pueblo», mostrando cómo las oraciones de alabanza y lamento pueden sanar el agotamiento, acallar la voz crítica interior y convertir la creatividad cotidiana en adoración.

Parte 2:

Steven Sharp Nelson sigue explorando el Libro de los Salmos, mostrando cómo las oraciones de alabanza y lamento pueden sanar el agotamiento, acallar la voz crítica interior y convertir la creatividad cotidiana en adoración.

Códigos de tiempo:

Parte 1 -

- 0:00 - Parte 1 - Hermano Steven Sharp Nelson
- 0:33 Bienvenida
- 3:39 La historia de Víctor Borga
- 6:30 Plan de hoy
- 8:06 La «traducción» de John de la biografía de Steven
- 11:33 Los padres de Steven y su infancia musical
- 12:45 *El manual «Ven y sígueme»*
- 13:39 Por qué amar los Salmos: El himnario del pueblo
- 16:34 Los Salmos, la alegría y el Equipo Jesús
- 19:25 «Rehash browns»
- 22:41 Luchando contra el adversario
- 25:29 Las últimas palabras de Jesús fueron salmos
- 28:32 Convertirnos en salmistas
- 33:46 La creatividad se abre paso hasta sus secretos
- 36:29 La naturaleza divina es naturaleza creativa
- 39:28 Por qué Steven sonríe mientras juega
- 42:09 Toca para el único
- 45:12 ¿Soy yo o es el Adversario?
- 48:10 El origen de The Piano Guys y el agotamiento
- 51:54 La revelación del musical de Broadway
- 55:02 Busca los «paquetes»
- 58:40 «Quédate quieto y conoce»
- 1:01:46 El hermano Dallas Jenkins y *The Chosen*
- 1:05:04 El salmo de protección del 911
- 1:07:25 El templo como lugar de conexión
- 1:09:57 Historia de la misión en Corea: «árboles, no hermanas»
- 1:12:52 Fin de la primera parte — El hermano Steven Sharp Nelson

Parte 2 -

- 0:00 Segunda parte: el hermano Steven Sharp Nelson
- 2:10 La historia del temperamento y una hija
- 5:52 Una colina, dos ojos, un Salvador
- 6:57 Giras, agotamiento y «no depende de ti»
- 10:48 La historia del capitán Ray como prisionero de guerra
- 15:00 Habla con el pastor, no con las ovejas
- 17:37 La mentira favorita de Satanás: «Esto no va a mejorar»
- 18:47 El cuadro «El pastor y sus ovejas», malinterpretado
- 23:28 ¿Dónde fue la primera vez que la música hizo llorar a alguien?
- 28:40 La historia de Hank sobre los Beach Boys y la bendición patriarcal
- 31:22 Ser el DJ de tu propia alma

- 33:04 Usar la reproducción automática para recibir revelación
- 36:14 Rezar pidiendo la ayuda de ángeles concretos
- 38:54 El recuerdo de John sobre «Green Hill Far Away»
- 41:01 Replantearse la «crisis de fe» como un camino de fe
- 42:20 La parábola de la cola para conocer a los famosos
- 47:22 Selah: la pausa entre las notas
- 50:19 No hay oraciones sin respuesta, solo oraciones inconclusas
- 53:34 Cómo entregar realmente tu vida a Dios
- 59:26 Testimonio final sobre Jesucristo y el Salmo 119
- 1:03:02 Fin de la parte 2 – Hermano Steven Sharp Nelson

Referencias:

The Piano Guys. «Steven Sharp Nelson». https://thepianoguys.com/pages/steven-sharp-nelson

«17-23 de agosto. “El Señor es mi pastor”: Salmos 1-2; 8; 19-33; 40; 46». Ven, sígueme —Para el hogar y la Iglesia: Antiguo Testamento 2026. https://www.churchofjesuschrist.org/study/manual/come-follow-me-for-home-and-church-old-testament-2026/34?lang=eng

Hopkin, Shon D. y J. Arden Hopkin. «Los salmos cantados: el poder de la música en el culto sagrado». En Approaching Holiness. https://rsc.byu.edu/approaching-holiness/psalms-sung

Hilton, John, III. «Los salmos del Antiguo Testamento en el Libro de Mormón». En *Ascending the Mountain of the Lord*. https://rsc.byu.edu/ascending-mountain-lord/old-testament-psalms-book-mormon

Hilton, John, III. «Clase 33: El himnario del cielo — Encontrar a Cristo en los Salmos». Encontrar a Cristo. https://johnhiltoniii.com/findingchrist/class-33-heavens-hymnbook-meeting-christ-in-the-psalms/

«Islamo-Biblica II: Los Salmos, el Zabur y escritos islámicos posteriores al Corán relacionados». Hurqalya Publications, UC Merced. https://hurqalya.ucmerced.edu/node/1591/

Hopkin, Shon D. «"Dios mío, Dios mío, ¿por qué me has abandonado?": El Salmo 22 y la misión de Cristo». BYU Studies Quarterly. https://scholarsarchive.byu.edu/byusq/vol52/iss4/6/

«Dios ama tu TDAH: Una conversación con Steven Sharp Nelson». Podcast Faith Matters. https://www.faithmatters.org/p/steven-sharp-nelson-god-loves-your

«Origen de la cita: “Todo niño es un artista. El problema es cómo seguir siendo un artista una vez que crece”». Quote Investigator. https://quoteinvestigator.com/2015/03/07/child-art/

«Ludwig van Beethoven». Wikiquote. https://en.wikiquote.org/wiki/Ludwig_van_Beethoven

Lewis, C. S. Reflexiones sobre los Salmos. https://archive.org/details/reflectionsonps00lewi

Bednar, David A. «Vivir en la revelación». All In, LDS Living. https://www.ldsliving.com/how-do-i-know-if-its-me-or-the-spirit-advice-from-elder-bednar/s/10515

Eubank, Sharon. «Hacer pequeñas cosas con gran amor». https://www.deseretbook.com/product/PR00001103.html

The Piano Guys. «Vídeos musicales». https://thepianoguys.com/pages/videos

«Jared Halverson: Demostrando polaridades y paradojas». Podcast Faith Matters. https://www.faithmatters.org/p/jared-halverson-proving-polarities

Brooks, Arthur C. «De fuerza en fuerza». https://www.amazon.com/Strength-Finding-Success-Happiness-Purpose/dp/059323907X

Scott, Richard G. «Tomar las decisiones correctas». Devocional de la BYU. https://speeches.byu.edu/talks/richard-g-scott/making-right-choices/

Dew, Sheri. «Adelante con fe: La biografía de Gordon B. Hinckley». https://www.deseretbook.com/p/go-forward-with-faith-the-biography-of-gordon-b-hinckley

Smith, Hank, John Bytheway y Dallas Jenkins. «Antiguo Testamento: Episodio 14 (2026) — Pascua». Podcast followHIM. https://followhim.co/show-note/old-testament-episode-14-2026-easter/

Silbar, Jeff y Larry Henley. «Wind Beneath My Wings». Interpretada por Bette Midler. Banda sonora de *Beaches*. https://www.imdb.com/title/tt0096808/soundtrack/

Autoridad de Naturaleza y Parques de Israel. «Parque Nacional de Masada». https://en.parks.org.il/reserve-park/masada-national-park/

Nelson, Russell M. «Centrémonos en el templo». Conferencia General, octubre de 2022. https://www.churchofjesuschrist.org/study/general-conference/2022/10/58nelson?lang=eng

Nelson, Russell M. «El poder del impulso espiritual». Conferencia General, abril de 2022. https://www.churchofjesuschrist.org/study/general-conference/2022/04/47nelson?lang=eng

Holland, Jeffrey R. «Como un recipiente roto». Conferencia General, octubre de 2013. https://www.churchofjesuschrist.org/study/general-conference/2013/10/like-a-broken-vessel?lang=eng

Okazaki, Chieko N. ¡Anímate! Encontrar la verdadera alegría en la vida. https://archive.org/details/lightenup00okaz

«Vídeo: Steven Sharp Nelson pregunta: “¿Y si la música pudiera ayudarte a encontrar a alguien a quien has perdido?”». LDS Living. https://www.ldsliving.com/watch-steven-sharp-nelson-asks-what-if-music-could-find-someone-youve-lost/s/93865

Wilson, Brian y Mike Love. «The Warmth of the Sun». Interpretada por The Beach Boys. Shut Down, volumen 2, 1964.

Centro de Estudios del Cercano Oriente de la BYU en Jerusalén. https://jerusalemcenter.ce.byu.edu/home

Holland, Jeffrey R. «Mensaje de Año Nuevo». Devocional mundial para jóvenes adultos, 8 de enero de 2023. https://newsroom.churchofjesuschrist.org/article/elder-sister-holland-new-year-message-hope-christ

Benson, Ezra Taft. «Jesucristo: dones y expectativas». Discurso devocional de la BYU, 10 de diciembre de 1974. https://speeches.byu.edu/talks/ezra-taft-benson/jesus-christ-gifts-expectations/

Oaks, Dallin H. «Bueno, mejor, óptimo». Conferencia General, octubre de 2007. https://www.churchofjesuschrist.org/study/general-conference/2007/10/good-better-best?lang=eng

Scott, Richard G. «Cómo obtener guía espiritual». Conferencia General, octubre de 2009. https://www.churchofjesuschrist.org/study/general-conference/2009/10/to-acquire-spiritual-guidance?lang=eng

«Claude Debussy». Wikiquote. https://en.wikiquote.org/wiki/Claude_Debussy

Koomey, Jonathan G. Convertir los números en conocimiento: dominar el arte de resolver problemas. Analytics Press, 2001.

Información biográfica:



Steven Sharp Nelson es un galardonado violonchelista, que ha aparecido en las listas de Billboard y es toda una estrella de YouTube (en el ámbito del violonchelo). Su pasión por la música es palpable. Su

música atrae a personas de todos los ámbitos de la vida y gustos. Ha inspirado a millones de personas a través de su música, despertando un nuevo amor por el violonchelo o la música clásica, reavivando una pasión olvidada o mostrando, con su ejemplo, cómo basta con sonreír para disfrutar más plenamente de la vida.

Steven toca muchos instrumentos y combina múltiples elementos de estos —sobre todo la guitarra y la percusión— en una forma innovadora y revolucionaria de tocar el violonchelo. Se le considera, en general, un pionero en la exploración de la versatilidad de este instrumento. Además de su maestría con el violonchelo, es un compositor, arreglista y artista galardonado. Ha realizado giras por todo el mundo interpretando sus obras.

En 2011, Steven se unió a «The Piano Guys» y ahora disfruta desconcertando a todo aquel que se pregunta por qué un violonchelista se llama «chico del piano». Cada vez que va al aeropuerto y factura sus múltiples estuches de violonchelo, inevitablemente le preguntan: «Oye, ¿en qué grupo tocas?»… [silencio incómodo].

A pesar de esta perplejidad, Steven no podría estar más feliz utilizando todo lo que Dios le ha dado para componer música y producir vídeos con The Piano Guys. Casi todos los sonidos que se escuchan al escuchar la música de TPG han sido creados con un violonchelo de madera, fibra de carbono, acero o eléctrico —a menudo modificado con respecto a su estado o afinación habituales—. Hasta la fecha, ha inventado docenas de texturas de violonchelo que nunca antes se habían escuchado: el sonido de un trombón o un oboe, un violín chino, un sitar indio, un saxofón, un bombo, una caja, unos timbales… Steven ha dedicado innumerables horas a crear sonidos que resultan familiares, pero completamente únicos, y todo ello con una continuidad característica del violonchelo.

Y lo más importante, Steven se adhiere al mantra de Johann Sebastian Bach: la música es para la gloria de Dios y para avivar el alma. También cree que, como dijo una vez Beethoven, «la música es el suelo eléctrico en el que el espíritu vive, piensa y crea». Sus actuaciones son una mezcla incomparable de melodías elevadas, ritmos contagiosos y risas. No se toma a sí mismo demasiado en serio e insiste en que ningún músico debería hacerlo. Su inspiración proviene de una firme creencia en un Dios amoroso, de unos padres increíbles que se han sacrificado mucho para ofrecerle las oportunidades de las que disfruta hoy en día y, sobre todo, de una esposa maravillosa y cuatro hijos que no pueden ser más adorables.

Aviso sobre uso legítimo:

El *podcast «Follow Him», con Hank Smith y John Bytheway,* puede hacer uso de material protegido por derechos de autor, cuyo uso no siempre ha sido autorizado específicamente por el titular de dichos derechos. Esto constituye un «uso legítimo» de dicho material protegido por derechos de autor, tal y como se establece en el artículo 107 de la Ley de Derechos de Autor de EE. UU. De conformidad con el título 17 del Código de los Estados Unidos (U.S.C.), sección 107, el material de este podcast se ofrece públicamente y sin ánimo de lucro, para uso público o en Internet con fines de comentario, educativos e informativos sin ánimo de lucro. Exención de responsabilidad en materia de derechos de autor: en virtud del artículo 107 de la Ley de Derechos de Autor de 1976, se permite el «uso legítimo» con fines tales como la crítica, el comentario, la información periodística, la enseñanza, la investigación académica y la investigación. En tales casos, se permite el uso legítimo.
No se reivindican derechos de autor.
El contenido se difunde con fines de estudio, investigación y educación.
Esto se enmarca en las directrices de «uso legítimo»:www.copyright.gov/fls/fl102.html .

Nota:

El *podcast «Follow Him», con Hank Smith y John Bytheway,* no está afiliado a La Iglesia de Jesucristo de los Santos de los Últimos Días ni a la Universidad Brigham Young. Las opiniones expresadas en los episodios representan únicamente los puntos de vista de los invitados y de los presentadores del podcast. Si bien las ideas presentadas pueden diferir de las interpretaciones o enseñanzas tradicionales, no reflejan en modo alguno una crítica a los líderes, las políticas o las prácticas de La Iglesia de Jesucristo de los Santos de los Últimos Días.



Hank Smith:	00:00:00	A continuación, en este episodio de followHIM.
Steven Sharp Nelson:	00:00:03	Cuando tenía 16 años, me invitaron a tocar en un evento muy prestigioso y con un jurado de expertos, que tenía mucho peso. Toqué la «Élégie» de Fauré, una pieza muy exigente para el violonchelo, tanto emocional como técnicamente. Y no la toqué muy bien. Mi padre, que era una persona muy bondadosa, se acercó a mí después. Le pregunté: «Papá, ¿qué tal lo he hecho?». Él me dijo...
Hank Smith:	00:00:33	Hola, amigos. Bienvenidos a otro episodio de followHIM. Me llamo Hank Smith. Soy su presentador. Estoy aquí con mi copresentador musical, John Bytheway. John, tienes talento musical. No sé si tienes talento musical propiamente tal, pero sí que tienes talento musical.
John Bytheway:	00:00:49	Pongo el reproductor de CD. Pongo el reproductor de casetes.
Hank Smith:	00:00:56	Eres un músico. Tocas el banjo, tocas la guitarra. Vaya, lo haces muy bien. John, se nota que estás emocionado y yo estoy igual de emocionado por tener aquí con nosotros a nuestro invitado, Steven Sharp Nelson. Steven, bienvenido a followHIM.
Steven Sharp Nelson:	00:01:11	No podría estar más contento de estar aquí, chicos.
Hank Smith:	00:01:16	Llevamos tanto rato hablando que he dicho que teníamos que pulsar «grabar». Tenemos que empezar porque quiero que todo el mundo escuche esto.
Steven Sharp Nelson:	00:01:23	No les provoques FOMO (miedo o ansiedad por perderse algo, por las siglas en inglés *fear of missing out*). Llevamos ya como una hora de podcast sin grabar.
Hank Smith:	00:01:28	Sí, sin grabar. Se nos olvidó pulsar el botón de grabar. Empecemos ya para poder escuchar todo lo que Steven tiene

		que enseñarnos. John, tenemos tres semanas dedicadas a los Salmos. ¿Qué te parece?
John Bytheway:	00:01:41	El inglés es el idioma más extraño, pero se tarda mucho en aprender que un salmo es una canción y que la música es simplemente el alma. Estás muy metido en ello. Cuando lees estos textos, estás escuchando los sentimientos más íntimos del salmista, lo cual es emocionante de ver porque a todos nos ha hablado alguna vez la voz del alma.
Hank Smith:	00:02:02	El lenguaje de Dios. El lenguaje del cielo, creo. Steven, ¿qué vamos a hacer hoy? Tú y yo llevamos mucho tiempo hablando de esto. Es tan emocionante que por fin haya llegado el momento.
Steven Sharp Nelson:	00:02:12	Bueno, antes que nada quiero darles el pésame a los dos. Siento que hayamos llegado al punto en el que se han quedado sin invitados de verdad y tengan que recurrir a violonchelistas. Es como rascar el fondo del barril cuando, bueno, vale, ya no nos quedan más invitados. ¿Hay algún violonchelista disponible?
Hank Smith:	00:02:28	Sí. No nos importa pasar de la raya en algún momento.
Steven Sharp Nelson:	00:02:32	Sí. Tengo que contártelo también. Tengo un agente que se encarga de mis giras, otro para mis conferencias magistrales y otro para el libro que estoy escribiendo. Pero te diré una cosa: todos los agentes que he contratado o con los que he trabajado quedan completamente eclipsados por la agente de agentes, que es mi mujer, Julie. Ella me dijo: «Tienes que salir en ese podcast FollowHIM». Y yo le dije: «Bueno, no creo que me quieran en ese podcast». Así que ella se encargó del asunto por su cuenta. ¿Qué hizo, Hank? ¿Te envió un correo directamente? ¿Es eso lo que pasó?
Hank Smith:	00:03:04	Me envió un correo electrónico y le dije: «Sí, por supuesto».
Steven Sharp Nelson:	00:03:07	Me dijo algo así como: «Mi marido se pasa el día sin hacer nada. ¿Podrías entrevistarlo, por favor?».
Hank Smith:	00:03:11	¿Sería posible?
Steven Sharp Nelson:	00:03:13	Sí, algo así. Ella es una gran admiradora, y yo también. Es muy divertido que ella sea el nexo de unión aquí. Así es como ha sucedido todo esto. Cuando me lo contó, quise decir algo relacionado con los Salmos, y quise decir algo que es muy importante para mí. Hay un hombre en la industria musical que

es uno de mis héroes y que falleció hace poco. Se llama Victor Borg. ¿Saben quién es Victor Borg, hermanos?

John Bytheway: 00:03:39 Sí. Pianista, cómico, divertidísimo. Al día de hoy, sigue siendo divertidísimo. Su humor no caduca. Es muy divertido.

Steven Sharp Nelson: 00:03:48 Para los que no lo sepan, es un danés encantador que vivió hasta los 90 años y siguió entreteniendo al público hasta esa edad. De niño, mi padre me llevaba a conciertos sinfónicos. Era todo un reto para mi padre, porque yo era un niño con TDAH. Estar sentado durante todo un concierto sinfónico era muy difícil, por decirlo suavemente. Pero, como niño con TDAH, no me limitaba a mirar a la orquesta. Miraba a mi alrededor y, de hecho, me fijaba en casi todas las personas que estaban allí. Y me di cuenta, al volver, de que veía casi siempre a las mismas personas que estaban allí. Entonces mi padre me llevó a ver a Victor Borg. Vi a Victor Borg. No empezó con la pieza clásica más difícil que puedas imaginar ni con la más esotérica que puedas imaginar. Empezó de inmediato con un humor autocrítico y cercano. Me sentí totalmente cautivado por ello.

00:04:43 Era tan cautivador. Y entonces, de repente, tocó una pieza de música clásica que quizá nunca hubiera apreciado plenamente o que me hubiera hecho perder la atención, pero me mostró la majestuosidad de la música clásica porque primero me había abierto el corazón. Esto es algo que he aprendido una y otra vez en mi vida: que realmente no se puede enseñar algo importante, especialmente el evangelio de Jesucristo. En Doctrina y Convenios 42 aprendemos que, sin el Espíritu, no podemos enseñar. Pero lo que eso significa para mí es que solo podemos amar y apreciar algo delante de alguien y esperar que lo capte. He aprendido que si empiezas con una actitud del tipo «voy a mejorar tu vida con esto y te lo voy a imponer», en lugar de empezar con ese enfoque inclusivo, afable y cercano que tenía Víctor Borg, pierdes a la gente demasiado rápido.

00:05:33 Todo esto para decir que, Hank y John, los quiero y me encanta que sean los Victor Borgs del Evangelio de Jesucristo. Porque han demostrado que primero invitan a la gente a entrar y les hacen sentarse a la mesa, les sirven algo que les encanta. Luego, mientras lo disfrutan, les dicen: «Oye, probablemente nunca hayas probado esto antes. Pruébalo». Están muy emocionados porque ya les han amado, les han dado la bienvenida y les han mostrado algo que sabían que les encantaría. Para mí, esa es la mejor manera de compartir el Evangelio de Jesucristo: amarlo tanto al estilo de Ammón, donde todo empieza con el amor y el servicio y, a partir de ahí, se ramifica de una forma tan hermosa. Gracias por ese ejemplo. Solo quería empezar con eso. Este va a

		ser un podcast muy, muy divertido a ratos, porque los tres somos unos bromistas y probablemente nos potenciamos mutuamente en ese sentido. Así que solo quería empezar con algo serio: me encanta lo que hacen y estoy agradecido de poder estar hoy aquí con ustedes.
John Bytheway:	00:06:30	Gracias.
Hank Smith:	00:06:32	Qué amable. Qué amable.
Steven Sharp Nelson:	00:06:35	¿De qué vamos a hablar hoy? ¡Dios mío, qué ganas tengo de hablar de los Salmos! Sí. Para cuando terminemos esto, seremos compañeros de Salmos, chicos. Esto va a estar genial. Vamos a dividir esto en tres partes, y quiero mantenerlos interesados. Primero, vamos a hablar del «por qué». ¿Por qué deberíamos amar los Salmos? Después, hablaremos de «cómo» amar los Salmos. Y, por último, hablaremos del «y por tanto, qué». Es decir, ¿qué hacemos ahora que amamos los Salmos? ¿Qué significa esto para nosotros? ¿Cómo nos convertimos nosotros mismos en salmistas? Si permitimos que Dios toque nuestras experiencias personales y las impregne con su Espíritu, nuestras experiencias personales se elevan hasta convertirse en nuestros salmos personales. Las canciones de nuestro corazón que no podemos cantar. No podemos expresarlas más que simplemente alabando a Dios. O, en algunos casos, como nos muestran los Salmos, clamando en agonía. Los Salmos abarcan la gama más amplia de emociones humanas que se nos ha ofrecido jamás en las Escrituras.
Hank Smith:	00:07:38	Steven, estamos muy, muy contentos de que estés aquí. Nuestros oyentes, no sé si ya se sienten felices, pero lo estarán. Ahora bien, John, puede que haya alguien ahí fuera que no sepa quién es Steven. Y no saben que está a punto de convertirse en una parte importante de su vida, porque lo único que tienen que hacer es, quizá, usar YouTube y simplemente escuchar. No sé cómo alguien puede ser a la vez un orador con talento y un músico con talento, como si estuviera entre el 1 % de los mejores en ambas cosas, pero él lo es. John, cuéntanos algo sobre él.
John Bytheway:	00:08:06	Esto es lo que sabemos, Hank, sobre nuestro amigo Steve. A Steven Sharp Nelson le encanta tocar el violonchelo. No le gustan las biografías. Todas parecen sonar igual. Solo hay que poner la expresión «galardonado» delante de todo. Siguiendo el estilo típico de las biografías, allá va. Steven Sharp Nelson es un tipo «galardonado». Es un galardonado consumidor de comida tailandesa, sushi y, en ocasiones muy especiales, kimchi, el repollo encurtido del que se enamoró durante su misión en

		Corea. Antes de sus galardonadas actuaciones y su creación de contenido con The Piano Guys, Jon Schmidt es el pianista. Y en honor a Jon, que es amigo mío desde el instituto, me corté el pelo para parecerme un poco más a mi amigo Jon Schmidt.
Hank Smith:	00:08:49	¡Sí que te pareces! ¡Sí que te pareces!
John Bytheway:	00:08:51	Pensé que de repente podría tocar el piano como Jon, pero no. Antes de sus galardonadas actuaciones y de crear contenido con The Piano Guys. Hola, Jon. Steve es un fracasado galardonado en muchas empresas emergentes de capital de riesgo. También hubo algunos éxitos, pero los fracasos fueron los más valiosos. Esa es una buena frase. Steven tiene una galardonada intolerancia a la lactosa . Lo que le ha valido el reconocimiento de la crítica por descubrir el mejor y el peor helado sin lácteos del mercado. Es un galardonado jugador de pickleball y hockey callejero, un aclamado letrista musical y un proveedor de humor de papá de talla mundial.
	00:09:27	Sabe tocar «America the Beautiful» con la flauta nasal, aunque aún no ha ganado ningún premio por ello. El título que más atesora Steven es el de «papá», con el que sus cuatro hijos, de entre 13 y 20 años, todavía le llaman a veces, incluso por cariño. Su mayor héroe en la tierra es la mujer verdaderamente galardonada, Julie Nelson. Gracias a ella, sus hijos tienen una oportunidad en la vida. Ella es excepcional en todo, excepto en su gusto por los hombres. Steven se siente agradecido de ser lo suficientemente famoso como para ganarse la vida, pero lo suficientemente desconocido como para tener una vida. Y esa vida que ha encontrado se vive mejor cuando se esfuerza por seguir las enseñanzas y el ejemplo de su mejor amigo y salvador, Jesucristo. Esa sí que es una biografía digna de un premio.
Steven Sharp Nelson:	00:10:15	Qué irónico.
John Bytheway:	00:10:17	Solo quiero decir, Hank, que me encanta ver tocar a Steve porque tiene una expresión de gran alegría cuando toca. Se nota que esa música sale de su alma. Su familia tiene mucho talento. Tengo un CD navideño que grabó su hermana. Toca la guitarra. Es precioso. Dile a tu hermana que la escucho cada Navidad.
Steven Sharp Nelson:	00:10:41	Todos en mi familia tienen talento musical. Mi padre creía en la libertad de elección. Cuando éramos pequeños, nos dio dos opciones: o tocábamos un instrumento y comíamos, o no lo hacíamos. La mayoría de nosotros elegimos vivir. Fue algo positivo. Y mi padre era un dictador benevolente, y tienes que

ser así si quieres que tus hijos sigan tocando instrumentos. Él está al otro lado ayudándonos a mí y a mis hijos cada día. Solo quiero dedicarle un homenaje a él y a mi madre. Espero y me esfuerzo por ser una mezcla de mi padre, que era un genio intelectual en lo que a música se refiere, y de mi madre, cuya pasión era tan contagiosa que, cuando cantaba, te transportaba al cielo. Llegaré al cielo y Jesús, después de darme un abrazo y ser mi defensor, me mirará y me dirá: «Te di lo mejor». ¿Qué hiciste con ello? Pero quiero dar las gracias a mi madre y a mi padre, que están ambos al otro lado del velo, que fallecieron prematuramente, pero que me enseñaron a amar la música, no enseñándomela, sino amándola tanto delante de mí que no pude evitar contagiarme de ese amor.

John Bytheway: 00:11:48 Vaya. Precioso.

Hank Smith: 00:11:51 Es tan bueno como esperan, amigos. Mientras lo escuchan, se preguntan: «¿Hay alguien tan bueno?». Pues sí, lo es.

Steven Sharp Nelson: 00:11:57 No, eso no es cierto.

Hank Smith: 00:11:58 Voy a leer un fragmento del manual «Ven, sígueme». El título de la lección de esta semana es «Johová es mi pastor». No sabemos con seguridad quién escribió los Salmos. Algunos se le han atribuido al rey David, pero los autores de la mayoría de ellos siguen siendo anónimos. Sin embargo, después de leer los Salmos, es probable que sintamos como si conociéramos el corazón de los salmistas, aunque no conozcamos sus nombres. Lo que sí sabemos es que los Salmos eran una parte importante de la adoración entre los israelitas; y sabemos que el Salvador los citaba con frecuencia. A través de los Salmos se nos abre una ventana al alma del antiguo pueblo de Dios. Vemos cómo se sentían en cuanto a Dios, qué les preocupaba y cómo hallaban la paz. Nosotros, como creyentes en la actualidad y de todo el mundo, aún usamos esas palabras en nuestra adoración a Dios. Es casi como si los escritores de los Salmos tuvieran una ventana a *nuestras* almas, porque expresaron lo que sentimos por Dios, lo que nos preocupa y cómo encontramos paz. Están tan bien escritos… Muy bien, dicho esto, Steven, estamos encantados de cederte las riendas, sentarnos en la parte trasera del carruaje e intentar no caernos.

Steven Sharp Nelson: 00:12:53 No, quiero que participes en esto. Para mí es muy importante que tú también participes. Me encanta que la revelación esté dispersa entre nosotros y que, al consultarnos juntos, la recopilemos. Profundicemos en el «por qué». Soy un tipo al que le encanta el «por qué». Creo que vivimos en un mundo que busca el «cómo» y el «qué» mucho antes de buscar el «por

qué», y eso tiende a llevar al agotamiento. Si tuviéramos tiempo, profundizaría en lo que les llevó a John y a Hank a hacer este podcast. Cuando me dieran una respuesta, les preguntaría «¿por qué?» dos o tres veces más para llegar realmente al fondo de lo que piensan. ¿Por qué deberíamos amar los Salmos? Bueno, en primer lugar, y esto ya se ha mencionado en la descripción, era el libro del pueblo. Era el himnario del pueblo. No solo lo leían, sino que lo cantaban.

00:13:39 Estoy escribiendo un musical de Broadway. He aprendido que hay una jerarquía de expresión cuando se escribe un musical de Broadway. Cuando un personaje está demasiado emocionado para expresar con palabras lo que siente, es el momento de una canción. Se recurre a la música. Luego, cuando la emoción es tan intensa que ni siquiera puede cantar, el personaje baila. ¿Te das cuenta de eso en los Salmos? Los Salmos son precisamente eso. Hay algunos pasajes que parecen monólogos. Luego se elevan y trascienden a algo musical. Y, finalmente, llegan a bailar ante el Señor. Me encanta que exista esta jerarquía de expresión. Mientras intentas apreciar los Salmos, ten en cuenta que era el libro más memorizado, citado, cantado y utilizado ritualmente entre el pueblo de Israel . Recuerda que no todo el mundo tiene un libro de las Escrituras sobre la mesa o en la palma de la mano.

00:14:36 Se basa en la sinagoga. Si tienes canciones para memorizar pasajes de las Escrituras, ¿qué pasajes vas a recordar? ¿El Levítico o los Salmos? Por eso se memorizaban mucho más los Salmos, y por eso formaban parte de sus propias vidas. Nosotros hemos recogido esa tradición. ¿Cuántos de nuestros himnos del himnario SUD creen que se basan en los Salmos? 71 de nuestros himnos. ¿Saben cuál es el segundo con más presencia? Isaías. Lo siento, Isaías. Solo son 30. Los Salmos ocupan el primer puesto, pero con el doble de presencia en comparación con el siguiente libro. Ahora bien, la cosa no acaba ahí. Pasemos al Nuevo Testamento. ¿Cuántas veces se mencionan los Salmos en el Nuevo Testamento? Es el libro más citado del Nuevo Testamento: 116 veces. ¿Adivinas cuál es el segundo? Oh, Isaías vuelve a llevarse la medalla de plata: 56 veces. 56 veces. Es decir, el doble que el libro de Isaías.

00:15:38 En el Nuevo Testamento se citan los Salmos. ¿Ven la majestuosidad de este libro? Es alucinante pensarlo. ¿Por qué? Porque era el libro del pueblo. ¿No es el Salvador el arquetipo del ministro que se dirige a cada persona individualmente? ¿Qué libro va a utilizar? El que todo el mundo conoce mejor. Y por eso citó los Salmos más que ningún otro libro. Ahora bien, esto es lo maravilloso de los Salmos. Por suerte para nosotros.

En comparación con el Antiguo Testamento, ¿saben cuánto más se inclinan los Salmos hacia la alegría y el deleite? Es 2,5 veces más probable encontrar la palabra «alegría» o «deleite» en el libro de los Salmos que en el resto del Antiguo Testamento en su conjunto. ¿Por qué es esto importante? Porque creo que pertenecemos a la Iglesia de la Alegría. El himnario de la Iglesia de la Alegría son los Salmos. Así lo demuestra su literatura. La prueba está en los hechos.

00:16:34 Es 2,5 veces más probable encontrar «alegría» y «deleite» en el Libro de los Salmos. ¿No es increíble? ¿No es divertidísimo? Y vamos un poco más allá. Vale. Número dos: en mi opinión, es el mejor libro de la Biblia para edificar el reino y reunir a Israel. ¿Por qué? Porque es muy del «equipo de Jesús». Soy un gran defensor del «equipo de Jesús». Tengo mucho cuidado a la hora de intentar diferenciar entre nuestra iglesia y otras iglesias. Eso se lo dejo a los verdaderos profesionales. Por mi parte, busco puntos en común. Intento encontrar conexiones entre mis compañeros del «Equipo de Jesús» y yo, independientemente de su fe. Se los digo: la distancia más corta entre mí y cualquier otra persona del «Equipo de Jesús» son los Salmos. Si les preguntas cuál es su salmo favorito, podrán recitarlo al instante o, al menos, referirse a él. Se los garantizo.

00:17:29 ¿No es maravilloso que tengamos este libro que puede servir de vínculo con otros amantes de Jesús que pertenecen a otras denominaciones? Pero no se limita al cristianismo. Lo estudian todas las denominaciones cristianas. Recuerden que la fe judía estudia los Salmos. Y es respetado en el islam porque el Corán hace referencia al Zabur, que tradicionalmente se entiende como los Salmos entregados a David. Es interesante. Pero, más allá de eso, ¿qué hay de quienes están por completo al margen de la religión, de cualquier religión? Los eruditos de todas las confesiones citan los Salmos como poesía inmutable. Si vas a reunir a Israel y compartir el Evangelio de Jesucristo, cuanto más conozcas los Salmos, mejor te irá. Qué gran libro para guiarnos a la hora de edificar el reino y reunir a Israel.

Hank Smith: 00:18:17 Los Salmos y los himnos pueden formar parte de tu forma de pensar. Son como buenos amigos. Te enfrentas a una situación terrible y ellos te guían a través de ella. Te ayudan a superarla. Se convierten en parte de tu vocabulario. Tu vocabulario espiritual, tu diálogo interior.

Steven Sharp Nelson: 00:18:34 La palabra que yo utilizaría es «repertorio». Porque un músico solo puede actuar, entretener y edificar en la medida en que tenga repertorio. Si el repertorio es escaso, eso es lo máximo a lo que puedes llegar. Así que tienes toda la razón. No solo se

		convierte en parte del lenguaje con el que interactúas con los demás, sino que es tu repertorio. Te pondré un ejemplo. Estoy en una conferencia magistral y hablo sobre la creatividad. Invito al escenario a una persona que ha encarnado la creatividad en el sector del que estoy hablando. Está nerviosa y nunca ha hecho algo así antes. Tenemos una divertida ronda de preguntas y respuestas y una interacción muy amena. Y después me envía un correo electrónico y me dice: «Lloré todo el día porque me preocupaba lo que debería haber dicho y lo que no debería haber dicho. Ay, no paré de reprocharme a mí misma». ¿Puedo mostrarme un poco vulnerable aquí, John y Hank?
	00:19:25	Quiero que muestren un poco de empatía hacia todo el mundo, porque sé que se les da muy bien esto. ¿Cuántos de nosotros tomamos «rehash browns»(juego de palabras para referirse a repensar ideas antiguas una y otra vez) para desayunar? Nos levantamos y desayunamos «rehash browns». stamos dándole vueltas a algo que dijimos el día anterior o a algo que dijimos hace mucho tiempo o que no dijimos. Y nos castigamos a nosotros mismos. Negamos nuestro progreso. Nos estancamos por todas estas ocasiones en las que volvemos a sacar a relucir algo. Díganme si eso les pasa en su vida. Denme un ejemplo en el que eso ocurra y otro de cómo lo enfrentan. Porque creo que es un tema importante. Podemos hacer una pausa en lo que estamos hablando ahora mismo, y voy a relacionar un salmo con ello. Pero quiero profundizar en lo que hacen cuando nos ponen «rehashed browns» delante.
Hank Smith:	00:20:12	Bueno, creo que antes simplemente me las comía y hasta les echaba ese ketchup tan asqueroso. A medida que me he ido haciendo mayor, empiezo a verme a mí mismo y a los demás con más compasión, a ser un poco más indulgente conmigo mismo. Me alejo de una conversación. Incluso en mis interacciones con John, creo que ofendí a John. Fue horrible. ¿Por qué diría eso? O, ya sabes, tengo un gran evento social y vuelvo a casa y pienso: «Vaya, ¿lo habré estropeado todo?». Y ahora, a medida que me hago mayor, creo que soy capaz de ver cómo el Señor me quita ese plato de encima y me dice: «No, no, no. No hagas eso».
Steven Sharp Nelson:	00:20:54	Así que no es que ... que intentes añadirle condimentos por encima y simplemente te lo comas. No puedes apartar ese plato, ¿verdad? Yo tampoco he podido.
Hank Smith:	00:21:02	Sí. Creo que el Señor puede intervenir y decir: «No hagas eso».
Steven Sharp Nelson:	00:21:05	Eso no está en el menú. No está en el menú. Oh, me encanta eso, Hank. Esto es genial.

John Bytheway: 00:21:10 Yo pienso lo mismo que Hank. No debería haber dicho eso en la charla. No debería haberlo dicho así. No debería haber tratado a esa persona de esa manera. Hank, a mi edad, voy a ser indulgente cuando sea necesario. Es lo único que puedo hacer en ese momento, porque a mí se me ha concedido mucha indulgencia. Yo también debo ser indulgente y no pedir cuentas a la gente por sus peores momentos. Y espero que la gente no me pida cuentas por los míos. Siempre pienso: «Bueno, ¿puedo aprender algo?», porque no puedo seguir cargando con esto. Déjame aprender algo. Y normalmente es exactamente lo que has dicho, Hank.

Steven Sharp Nelson: 00:21:47 Me gusta eso de quitar el plato, de aprender algo. Creo que la humildad es un factor importante ahí. Quizás también sea importante corregir algo en un caso extremo. Pero, por lo general, lo que he experimentado —y me ha llevado mucho tiempo aprenderlo—, se relaciona con la historia de esa mujer que se reprendió a sí misma después de salir al escenario. He tenido, no sé cuántos miles de experiencias sobre el escenario. Y en un porcentaje muy elevado de ellas me he quedado con ese «podría haber», «debería haber», «habría». Te voy a contar un caso en particular que casi me destroza. Me desperté a la mañana siguiente y el adversario ya me estaba dando codazos. Quiero decir, esto era la WWF. Había reunido un equipo de parejas y se turnaban para darme codazos. Me sentía tan asfixiado por el pensamiento: «Eres el peor orador».

00:22:41 «Nunca has dejado huella». Era horrible. ¿De dónde venía todo esto? Ese adversario sabía que era mi punto débil, así que lo explotó al máximo, y lo mismo hará contigo. Sé consciente de ello y mantente alerta. No te dejes sorprender. Se abalanzaba sobre mí con más ferocidad de la que había visto en muchas otras ocasiones. Recuerdo el momento en que estaba de rodillas, y ni siquiera estaba de rodillas en el suelo, chicos. Lo único que pude hacer fue darme la vuelta en la cama y ponerme en posición fetal, de rodillas. En la cama. Recuerden que la oración no solo cuenta cuando estáis de rodillas en la postura correcta. Recuerdenlo. Oren donde puedan, cuando puedan. No actúen como si tuvieran que estar en una postura concreta para hacerlo. Así que hice todo lo posible por orar lo que pude.

00:23:26 Y grité. Dije: «Dios, no puedo con esto. Es demasiado». Entonces pensé en el Salmo 55:22. Cómo ese llamamiento resonó en mi mente, igual que la música nos llega en los momentos en que necesitamos un bálsamo. Y decía: «Echa sobre mí tus cargas. Echa sobre mí tus cargas. Hazlo. Échalas sobre mí. Haz lo que puedas». Y en ese instante, dije: «Jesús, quítame esto. Te lo estoy echando encima». Y fue alucinante,

chicos. No desapareció por completo, pero me sentí cien veces más ligero. E instantáneamente, sentí que el poder de Jesucristo y su gracia expiatoria descendían sobre mí y ahuyentaban a mis demonios, porque ya no podían tener poder sobre mí, ya que había clamado a Jesús. Esto es algo en lo que creo. Si estás atascado —y me dirijo a ti, que me estás escuchando ahora mismo—, si estás atrapado en una situación en la que el adversario te tiene en un estrangulamiento, clama a Jesús y échale todo encima.

00:24:37 Él ya lo ha vencido, así que puede ayudarte a vencerlo. Percibí al «Equipo de Jesús» en esta mujer. Simplemente lo sentí. ¿Y sabes qué? Cuando eres auténticamente tú mismo, la gente realmente te admira y te respeta por ello. No se ponen automáticamente a la defensiva. Y diría que deberíamos ser más auténticos en esto, aunque aquí dé un poco más de miedo. Lo entiendo. Pero le envié un correo electrónico y le dije: «Mira, le conté esta historia y le dije: "El Salmo 55:22 es mi recurso favorito, y creo que funciona. Nunca he visto que nada más funcione en mi vida". Estoy muy emocionado». ¿Sabes qué me respondió? Me habló de su salmo favorito y de lo emocionada que estaba porque yo hubiera citado los Salmos. Y entonces le envié mi salmo favorito, otro de mis favoritos. Y luego me dijo… y ahora estamos juntos en un grupo de estudio de los Salmos. Gracias al libro de los Salmos, estamos construyendo juntas el reino de Dios más allá de las religiones. Y me encanta. Es maravilloso. No subestimes el poder de conexión y el poder inclusivo de los Salmos.

Hank Smith: 00:25:37 Eso es sencillamente genial. Maravilloso. John, podría estar todo el día escuchando a Steven.

John Bytheway: 00:25:42 Sí, yo también.

Hank Smith: 00:25:43 Yo pienso: «Sigue, sigue hablando». Es tan bueno como su música.

Steven Sharp Nelson: 00:25:48 Hagamos un breve resumen. Hemos aprendido que es el himnario del pueblo, y que sigue siéndolo para nosotros hoy en día. Se centra en la alegría y el gozo. Hemos aprendido que es el mejor libro para edificar el reino y reunir a Israel, lo cual es una gran razón. Y más adelante aprenderemos cómo hacerlo. Pero la última razón que quiero compartir con ustedes es la más importante de todas. ¿Cuáles fueron las últimas palabras de Jesús como mortal en la tierra? ¿De dónde procedían? Procedían de los Salmos. Salmo 22: «Dios mío, Dios mío, ¿por qué me has abandonado?». Luego, el Salmo 31, que Lucas 23 cita: «En tus manos encomiendo mi espíritu». David hablaba de

forma mesiánica, pero también se refería a su propia vida personal. Y cuando la gente oyó esta cita desde la cruz, ¿no habría sido maravilloso para ellos escuchar los Salmos que tanto amaban y habían cantado, saliendo de la boca de su Salvador en el momento de su mayor sufrimiento?

00:26:46 ¿Qué significa eso para los Salmos? ¿Qué importancia pueden tener? Es el libro más citado por Jesús. ¿Significa eso que los Salmos eran su libro favorito? Podría decirse que Jesús era muy hábil a la hora de conectar con la gente. Era el ejemplo perfecto de ello. Así que, por supuesto, va a recurrir al libro de himnos de nuestro corazón para conectar con nosotros, ¿verdad? Mateo 22: cuando le preguntan quién es Cristo, él responde que es el Hijo de David. Defiende precisamente eso utilizando el Salmo 110. El Salmo 118, «Hosanna», «bendito el que viene en nombre del Señor». Su entrada triunfal se basó en los Salmos. Ahora bien, aquí viene lo más importante. La Última Cena. ¿Qué hicieron antes de Getsemaní? Fueron los Salmos 113 al 118, los «Salmos de alabanza». Esos eran, por lo general, el núcleo del himnario. ¿Sabías que a Jesús le encantaban los Salmos? Le encantaban, le encantaban, le encantaban, y los citó como sus últimas palabras. Incluso más allá de la tumba, en la resurrección. Y los Salmos aparecen. Los salmos 110 y 16, exaltado a la diestra de Dios. «No dejarás mi alma en el infierno». Así que ese es el porqué.

Hank Smith: 00:27:53 Increíble.

John Bytheway: 00:27:54 Si quieres una recomendación sobre los Salmos, ya la tienes de parte de Steven. Ahora escucha al Salvador. Lucas 24:44. Y les dijo: «Estas son las palabras que os hablé estando aún con vosotros: que era necesario que se cumpliesen todas las cosas que están escritas de mí en la ley de Moisés». Son los cinco primeros libros, ¿verdad? «y en los profetas y en los salmos». Ahí tienes al Señor diciendo: «Si queréis verme, me veréis en los Salmos». Y me encanta que hayas destacado que los va a citar muchas veces.

Steven Sharp Nelson: 00:28:32 Me encanta. Gracias, John. Esa es la guinda del pastel. Y es exactamente con lo que quería rematar esto. Gracias. Esa es la escritura. Pasemos ahora al «cómo». Sabemos por qué enamorarnos de los Salmos y convertirnos en «compañeros de salmos». Perdón, es solo mi sentido del humor de papá, ¿verdad? ¿Verdad? Quiero que todos seamos «compañeros de salmos», quiero que seamos salmistas. ¿Y qué significa eso? Cuanto más asimilemos los salmos y los hagamos parte de nuestro repertorio, parte de nuestro sistema digestivo, parte de las tablas de carne de nuestro corazón, cuanto más lo hagamos,

más probable será que seamos nosotros mismos salmistas en nuestra propia historia. ¿Qué significa eso? Que somos más expresivos en nuestra relación con Dios. Que somos mejores a la hora de plasmar las historias que nos importan. Y que seremos más valientes a la hora de compartir nuestras emociones en relación con nuestros testimonios, porque todo eso está presente en los Salmos.

00:29:20 Y a medida que los asimilamos, somos lo que comemos. Nos convertiremos en salmistas. ¿Cómo lo hacemos? Bueno, empecemos. En primer lugar, quiero decirte que no te sientas abrumado, porque ya eres un salmista. Podría citar tantos pasajes de las Escrituras e himnos diferentes que podrías completar o terminar incluso solo con los himnos. Recuerda: 71 himnos. Hablemos del Espíritu de Dios. Hablemos del Redentor de Israel. Si tuviera que citar algunas de las palabras que hay ahí, dirías: «En lo alto de la montaña». Ya serías capaz de completar muchas de esas frases. Así que ya vas por buen camino para convertirte en salmista. Esto no es un nuevo comienzo. Es solo una continuación. Es solo el segundo o tercer movimiento de nuestra sinfonía salmística que estamos construyendo juntos en este momento.

00:30:06 Y qué hermosas melodías compondrás; te diré que tus melodías salmísticas son únicas para ti y forman parte de la obra que Dios tiene preparada para que realices. Nadie puede componer melodías salmísticas sinfónicas como tú. Quiero que te lo tomes muy en serio. Te lo voy a repetir. Nadie puede hacer la obra que Dios tiene preparada para ti, excepto tú. Él te ha dado dones únicos, rasgos de personalidad únicos, experiencias únicas, fracasos únicos y debilidades únicas que te harán fuerte en tu obra. Lo peor que puedes hacer es intentar hacer la obra de otra persona por compararte con ella, porque parezca más divertida, más desafiante, más digna de elogio o lo que sea. Céntrate en tu trabajo y acude a Dios para pedirle que te revele la majestuosidad, como haría un salmista, que te revele la majestuosidad de esta sinfonía que Él está componiendo a tu lado.

00:31:10 Recuerda: tu vida no es una canción de Benson Boone de tres minutos y medio, con todo ecualizado y limitado, con una sola emoción durante todo el tiempo. A veces esperamos que sea una canción pop. Pero no lo es. Tu vida es una gran sinfonía con largos, lamentos, ritardandos, accelerandos y cadencias majestuosas; tiene un gran final, pero no puedes alcanzar ese gran final sin la disonancia abismal y los momentos de desánimo absoluto y abyecto. Necesitamos valles para que estas cimas tengan sentido. Te lo digo, la sinfonía que Dios está

componiendo contigo, si pudieras dar un paso atrás y escucharla, ¡vaya!, te quedarías alucinado. Pero recuerda, esa sinfonía es obra tuya y solo tuya. Por eso quiero que nos convirtamos en salmistas. ¿Cómo entregamos nuestras vidas a Dios? En este podcast que grabé hace poco, para Faith Matters, hablo sobre el TDAH y de por qué Dios ama tu TDAH.

00:32:10 Te lo recomiendo si tú o alguien a quien quieres está luchando por descubrir por qué debería ser tu superpoder y por qué se diagnostica erróneamente. El déficit de atención no es déficit de atención. Es abundancia de atención. Hablemos de cómo hacer que los Salmos sean personales puede elevar tu fe y tu alegría en la vida. Vamos a recorrer una selección de lo más destacado de los Salmos, y al final de este recorrido nos habremos convertido nosotros mismos en salmistas. Nuestras experiencias, cuando nos toca la mano de Dios, pueden convertirse en nuestras propias parábolas y salmos personales. A medida que nos esforzamos por entregar nuestra vida a Dios, nuestras historias pueden elevarse a lo divino. Lo que iba a decir en ese otro podcast, «Faith Matters», es lo que me viene ahora a la mente. Hablé de entregar nuestras vidas a Dios y hubo un comentario un poco airado. Llevo 15 años compartiendo mi vida en YouTube.

00:32:56 Ya nada puede ofenderme. Lo he oído todo. Así que no me sentí ofendido. Él dijo: «Sabes, no soporto que la gente hable de entregar su vida a Dios y nunca explique cómo hacerlo». Me encantaría hablar de cómo hacerlo. Voy a dejarlo ahí por ahora. Quiero que les apetezca saberlo más adelante, ¿vale? El suspense es una herramienta didáctica. Así que volveremos sobre ello, pero me gustaría hablar de cómo es el camino para entregar tu vida a Dios, por si hay alguien ahí fuera que quiera ayuda con eso. Pero primero, pasemos al barroco. A Bach se le considera, por lo general, el padre del período barroco. Luego pasamos al Clasicismo, que es nuevo, emocionante e innovador, y ahí estaba Mozart, ¿verdad? ¿Y luego qué ocurre? El Romanticismo entra en escena y Beethoven aporta fuego. Fuego a la música. Ahora bien, los instrumentos también iban evolucionando mientras esto sucedía. ¿Lo sabías? En el periodo barroco, solo teníamos el clavicémbalo. El clavicémbalo tenía dos variables: pulsar o no pulsar. Eso era todo.

00:33:57 Así que no había emoción ni dinámica. Beethoven dijo: «No podemos limitarnos a practicar nuestro arte». ¿Cuál es tu arte? Podría ser cualquier cosa, desde la cocina hasta las relaciones, pasando por el servicio... lo que sea. No lo limites al ámbito artístico. El arte y la creatividad están relacionados, pero no deben confundirse. Son diferentes. Él dice: «No podemos

limitarnos a practicar nuestro arte. Tenemos que abrirnos paso a la fuerza hasta sus secretos». Oh, eso es tan bueno. Es tan bueno. Dijo: «Tenemos que abrirnos paso a la fuerza hasta sus secretos, y entonces nos elevará a lo divino». ¿Por qué es así? Porque somos seres creativos por naturaleza. Nacemos creativos. Y como dijo Picasso, todo niño es un artista hasta que le entregan un boletín de notas. ¿Verdad? Así que nacemos creativos y siempre deberíamos considerarnos creativos. No quiero volver a oírte decir jamás: «No soy una persona creativa». Eso es incorrecto. Desmonta ese sistema de creencias de inmediato. En el fondo, eres creativo. ¿Por qué? Porque tus padres celestiales son creativos y tú eres su hijo. Y te lo voy a demostrar. John, quiero hablar contigo sobre esto. Eres pintor. ¿No eres pintor?

John Bytheway: 00:35:09 Dibujo.

Steven Sharp Nelson: 00:35:10 ¿Qué técnica utilizas?

John Bytheway: 00:35:12 Mi técnica favorita es la acuarela.

Steven Sharp Nelson: 00:35:14 ¿Por qué es tu técnica favorita?

John Bytheway: 00:35:15 La acuarela es todo un reto porque, a diferencia del óleo o el acrílico, en los que puedes repasar y retocar, con la acuarela solo tienes una oportunidad. O pintas el cielo o no pintas nada y lo llamas nieve. Es muy divertido pintar con acuarela, pero una vez que lo repasa uno, no quiere volver a hacerlo. Requiere un poco de planificación y supone todo un reto.

Steven Sharp Nelson: 00:35:37 ¿Qué se siente cuando estás inmerso en eso? Describe esa sensación.

John Bytheway: 00:35:42 Pierdo la noción del tiempo. Mis acuarelas no son nada del otro mundo, pero me encanta cuando leo la historia de la creación y veo que incluso Dios pudo mirar atrás y decir: «Vi que era bueno».

Steven Sharp Nelson: 00:35:56 A mí también me encanta eso. Eso me une a Él. John, me encanta cómo has dicho que pierdes la noción del tiempo. Esa es la prueba que todos llevamos dentro: cuando creamos, ¿por qué perdemos la noción del tiempo? Alma 41 nos ayuda a entenderlo. En Alma 41, Alma nos ofrece una pequeña digresión. Habla de la naturaleza de Dios. Y luego dice: «La naturaleza de Dios es esta», que, por cierto, es también la naturaleza de la felicidad. Luego sigue adelante y es como: «Un

momento. Espera, espera, espera, ¡vaya, vaya, vaya!». Pausa, pausa. ¿Qué ha pasado ahí?

00:36:29 Quiero decir, quizá tenía TDAH. Estaba un poco hiperactivo. Pobrecito. Me encanta eso porque así lo querría aún más. Es como si dijera: «Ah, por cierto, es esto». Pero entonces, de repente, pienso: «Madre mía, un momento». ¿Significa eso que, cuando estamos alineados con nuestra verdadera naturaleza —que es la naturaleza de Dios—, nos abrimos paso a la fuerza hacia los secretos de la eternidad y nos hemos alineado con nuestra naturaleza divina, que es la naturaleza de Dios? Entonces, automáticamente, nos alineamos con la naturaleza de la felicidad, porque es lo mismo. Entonces di un paso más allá y me dije: «Vale, entonces, si soy creativo, ¿me alineo con mi yo divino creativo, que es también la naturaleza de nuestro Dios creador?». ¿Por qué se demuestra esto? Porque, cuando creamos, perdemos la noción del tiempo. C. S. Lewis dice que no pertenecemos al tiempo.

00:37:13 No es nuestro hábitat natural. Somos como un pez fuera del agua. Dios no es un ser del tiempo tal y como lo entendemos aquí. Por eso la creatividad es el tratamiento más infrautilizado y subestimado para nuestro propio agotamiento y nuestras enfermedades mentales. Pero hay una salvedad. No puede ser creatividad con el único fin de ser publicada, calificada o vendida. Eso es admirable y es una búsqueda maravillosa. No es que quiera restarle importancia en tu vida, pero si quieres el verdadero bálsamo curativo, el antídoto contra el agotamiento y el tratamiento para el bienestar mental que proviene de la creatividad pura, tienes que ser como John Bytheway, que pinta acuarelas porque pierde la noción del tiempo y le encanta hacerlo. Es una actividad maravillosa. Así que esto es lo último que diría al respecto ahora que nos convertimos en salmistas, pero quiero hacer hincapié en ello. Si te sientes agotado, si sientes que estás dando los pasos de baile sin escuchar la música del Evangelio o en cualquier aspecto de tu vida, o si tu hija, especialmente tu hija adolescente, a quien se le echan encima todas las artimañas que el diablo se ha inventado jamás, y bendita sea, está luchando en un mundo en el que está destinada a luchar.

00:38:31 Si está pasando por una depresión, intenta ver qué puedes hacer para fomentar la creatividad pura en su vida. Y en tu caso, en tu propia vida. La única definición de eso es la creatividad, no con la intención de publicarla, que te la califiquen o venderla. Si quieres aprender a tocar el piano, vale. Pero cuando eres puramente creativo, no puede ser una obligación. Tiene que ser algo que quieras hacer. Cuando te conectes con el mundo —y

esto podría ser un paseo por la naturaleza—, eso ya es creatividad sin necesidad de auriculares. Podría ser algo tan sencillo como encontrar una receta que siempre hayas querido probar. ¿Sabes qué? Estarás más cerca de Dios porque estás siendo divino. Me apasiona enseñar esto lo mejor que puedo, o al menos mostrarlo ante los demás. Esto es lo que se refleja en mi rostro cuando toco el violonchelo. Por dos razones.

00:39:28 Mi hija me preguntó mientras veía mi vídeo de YouTube. Tiene seis años. Me dijo: «Papá, ¿por qué siempre sonríes cuando tocas el violonchelo?». Le respondí: «Es porque estoy pensando en ti». Esa era una de las razones. Pero la otra razón es esta. Cuando tenía 16 años, me pidieron que tocara en un evento muy prestigioso y de gran trascendencia, que tenía mucha solemnidad. Y toqué una «Élégie» de Fauré, que es muy exigente en el violonchelo, tanto emocional como técnicamente. Y no la toqué muy bien. Mi padre, que era una persona tan bondadosa, se acercó a mí después. Le pregunté: «Papá, ¿qué tal lo he hecho?». Y él me respondió: «Hijo mío, sentí como si formara parte de cada uno de los errores que cometiste». Y yo le dije: «¿Qué quieres decir?». Y él me contestó: «No quiero menospreciarte, pero cada error se te notaba en la cara y me arrastraste a ello».

00:40:24 En lugar de sentirme elevado, me sentí arrastrado hacia abajo contigo». Quizá esa sea la metáfora que utilice. Pero desde ese momento decidí que, en lugar de poner cara de disgusto y mostrar mis errores —como solemos hacer a menudo en la vida—, sonreiría cada vez que cometiera un error. Y por eso sonrío mucho. Ha mejorado mi rendimiento. Ha mejorado mis relaciones, y ha mejorado mi relación con Dios y conmigo mismo. Pero también he descubierto que, en lugar de obsesionarme con mis debilidades, puedo trascender a otro nivel y conectar con lo divino que hay en mí, elevándome para estar con Dios mientras toco y ser cocreador con Él en la interpretación de cada una de las notas que toco. Es esta experiencia de importancia eterna la que se produce porque me vuelvo puramente creativo. De repente, ya no lo hago por miedo a cometer errores.

00:41:22 Lo hago para alabar a Dios. Y viví un momento increíble: cuando estoy entre bastidores, siempre digo una oración antes de salir al escenario. Y oramos una oración antes de actuar como The Piano Guys. El pasaje en el que nos basamos es 2 Nefi 32:9. Oramos para que Él consagre nuestra actuación. Pero, ¿cuál es el resultado final? Es para el bienestar de tu alma, no para que te califiquen, te publiquen o te vendan. Así que es fundamental entender esto. Lo que he comprendido sobre mi música es que

no puedo orar para que mi actuación sea realmente buena. No puedo orar para impresionar a la gente, porque eso no es lo que me dice que haga el versículo 32:9. El versículo 32:9 dice que, antes de hacer cualquier cosa para el Señor, le ores para que consagre tu actuación por el bienestar de tu alma. Y, por extensión, por el bienestar de las almas que te rodean.

00:42:09 Me dije: «Vale, si a este público no le gusta esta actuación —lo cual, por cierto, es muy difícil; eso es lo más difícil para un intérprete: sentir que tienes que arrastrar al público contigo—. Es una experiencia miserable porque te agota en lugar de darte energía. Pero cuando estás con un público que está contigo y sentís juntos el Espíritu y hay edificación mutua, la cuarta pared se derrumba, te sientes lleno de energía gracias a la actuación. No ocurre siempre. Y si ocurriera, entonces perderíamos el aprecio por ello, por supuesto. Oro: «Padre Celestial, déjame actuar para esa única persona. Si no todo el público está metido en la actuación, pero hay una sola persona ahí fuera que se siente conmovida y su corazón se abre, y el Espíritu puede entrar y hacer el trabajo más duro. El Espíritu puede decirles cosas que a mí nunca se me ocurrirían, ni con mis notas ni con las palabras que pronunciaré desde el escenario».

00:42:55 Déjame tocar para esa única persona. Dios mío. Y déjame contarte lo que pasó un día. Estaba muy cansado y recitaba la oración de memoria, algo así como: «Vale, allá vamos. Déjame decir mi oración antes de salir al escenario. Déjame tocar para esa única persona». Y mi corazón estaba en conflicto. El Espíritu me dijo: «Esta noche, quiero que toques para El Único». No el "uno" con "o" minúscula, sino el "Uno" con "O" mayúscula. Y, de repente, fue algo increíble. Y quiero que experimenten esto en su vida. Hermanos, la próxima vez que hablen, quiero que prueben esto. Quiero que imaginen a Jesús sentado en el centro de esa sala en la que os encontráis. Y a pesar sus errores, de las tonterías que digan o de las citas erróneas que hagan, ¿no tendría Él la sonrisa más grande del mundo en su rostro?

00:43:48 ¿No le encantaría que estuvierais allí, dando testimonio de él, por muy imperfectos que sean? Mi intención aquella noche era tocar para «El Único» y alabar a Dios con mi música. Y eso es lo que he intentado hacer una y otra vez. Y por eso ven lo que ven en mi rostro. Es porque Jesús me lo ha dado todo y yo le devuelvo una pequeña parte, dejándole disfrutar de un poco de música de violonchelo. De repente, las comparaciones desaparecen. De repente, ¿por qué la gente paga tanto dinero por mi concierto cuando Yo-Yo Ma está justo al lado y es mucho mejor que yo? Esa nota que fallé… Si eres violonchelista entre el público, tienes que pensar: «No me puedo creer que este tipo

sea, entre comillas, de talla mundial», cosa que no soy, pero el mundo me considera aceptable, puedo actuar en el Carnegie Hall. ¿Por qué este tipo comete tantos errores? Todo eso desaparece. Y estoy tocando para el Único.

Hank Smith: 00:44:42 Eso es precioso. Tenemos una pequeña frase que usamos aquí. ¿Verdad, John? Antes de grabar, intentamos recordarnos a nosotros mismos que estamos aquí para bendecir. No estamos aquí para impresionar. Y solo ese enfoque cambia la forma en que hablas, cambia en qué piensas mientras enseñas, mientras repasa las Escrituras. Intentamos pensar en aquellos que están sufriendo. En aquellos que necesitan sanación. Eso es diferente a preguntarme si estoy impresionando a todo el mundo.

Steven Sharp Nelson: 00:45:12 Mi llamamiento favorito en la Iglesia, con diferencia, fue cuando pude servir en la presidencia de una estaca de jóvenes adultos solteros. Porque eso es lo mío. Esa es mi gente. Podía ser yo mismo. Podía hacer el tonto. Podía ser enérgico. Podía ser prepotente y hablar de más, y ellos me perdonaban. Oh, me sentía como en casa y lo echo de menos con todo mi corazón. Lo que descubrí fue algo muy interesante. Solía oír la frase: «Estoy haciendo las cosas por inercia, pero no siento nada. No siento revelación. No siento el Espíritu». Hank y John, ustedes dos han hablado mucho de esto. Han dicho mucho más de lo que yo jamás podría decir sobre el tema. Solo voy a compartir mi experiencia personal. Hay varias formas de abordar esto. En primer lugar, me encanta lo que dijo C. S. Lewis: cuando decimos esto, somos como un pez en el agua preguntándonos dónde está toda el agua.

00:46:02 Estamos nadando en medio de ello y nos preguntamos: «¿Cuándo veré el agua?». Y eso es lo que dijo el élder Bednar. Estás viviendo en ello. Y yo dije: «Dios mío, si tuvieras idea de cuánto te está guiando ya el Espíritu, si tuvieras idea…». Eso era lo primero. Nos hacemos la pregunta con demasiada frecuencia: «¿Soy yo o es el Espíritu?». Me encanta que el élder Bednar diga: «Deja de preocuparte por eso». Y me encanta que la hermana Eubank diga: «Oye, ¿sabes qué? Son las dos cosas». Me encanta esa respuesta. Dejemos de centrarnos en «¿Soy yo o es el Espíritu?» y preguntémonos, en cambio: «¿Soy yo o es el adversario?». ¿Por qué no nos lo preguntamos más a menudo? Cuando nos invaden terribles dudas sobre nosotros mismos, un odio hacia nosotros mismos que nos aplasta, una negatividad abrumadora y un diálogo interno negativo que nos agobia, ¿por qué no nos preguntamos: «¿Soy yo o es el adversario?»? Si sufres de un diálogo interno negativo, deja de preguntarte: «¿Soy yo o es el Espíritu?», y empieza a preguntarte: «¿Soy yo o es el adversario?». Te cambiará la vida.

00:47:02 Si sientes que estás actuando de forma mecánica y no lo sientes de verdad, ¿puedo decirte que no estás solo? Es un grupo muy grande. Lo admitamos o no, todos lo hemos sentido. Muchos de nosotros lo hemos sentido. Y esto es lo único que te aconsejaría. Si tus expectativas respecto al Evangelio y a la Iglesia se basan en lo que vas a recibir, te sentirás decepcionado. Si tus expectativas se basan en lo que puedes aportar, siempre encontrarás felicidad en el evangelio de Jesucristo. Un testimonio no se construye en función de lo que recibes. Se construye con lo que das. Así que la próxima vez que te encuentres en una situación en la que pienses: «Bueno, espero poder sacar algo de esto», ¿puedes darle la vuelta al guión y preguntarte: «¿Qué puedo aportar?» Si te sientes agotado espiritualmente, o si te sientes agotado por el trabajo, o si te sientes agotado por la familia, te prometo que hay una salida.

00:47:52 Cuando entregas tu vida a Dios, hay una salida. Parte de ese camino consiste en conectar con Él a través de la creatividad pura. Te pondré un ejemplo, y es algo doloroso de compartir. Llevo ya unos 15 años en The Piano Guys. The Piano Guys surgieron de un espacio de pura creatividad. Hacíamos vídeos como, «Michael Meets Mozart», «Cello Song», «Cello Wars», «Me and My Cello» o «Moonlight». Eran vídeos que llevaba décadas dando vueltas en mi cabeza. Querían salir a la luz. Y nunca se me había pasado por la cabeza que fueran editados, publicados o vendidos. Los hice únicamente por el placer de crear y por el arte en sí mismo. Me centré en el proceso, no en el resultado final, lo cual, madre mía, es el camino hacia la energía perpetua en lugar del agotamiento. Si es al contrario, si te centras en el resultado en lugar de en el proceso, el agotamiento está a la vuelta de la esquina. Yo estaba haciendo eso. ¿Y qué pasó entonces? Tras ocho o nueve años, firmamos con Sony. Y empecé a creerme la mayor mentira de la industria musical, que es que solo estás de moda mientras dure tu último éxito.

00:49:11 Y tienes que sacrificarlo todo para que tenga éxito. Y quizá esto ocurra en otros sectores, pero yo lo viví en primera persona. Y no fue culpa de nadie. No estoy señalando a nadie ni a nada como malicioso o malvado. Es simplemente la tradición y la cultura de la industria en la que he estado trabajando. Y es que sacrificas todo para que te califiquen, te promocionen o te vendan. Y basas tu autoestima y tu valor en el resultado, no en el proceso. Y el agotamiento era solo cuestión de tiempo, y acabé absolutamente, completamente agotado. ¿No es irónico que viviera, nadara y estuviera inmerso en el mundo de la creatividad y, sin embargo, fuera el violonchelista más triste y

abatido del mundo? No tiene sentido. Pero aquí está la contradicción «halversoniana» que debemos observar. Es este tira y afloja entre crear algo por vocación y crear algo de forma pura. Son incompatibles.

00:50:11 Pueden estar en conflicto. No tiene por qué ser así, pero a menudo lo están. Me encontré en una situación de agotamiento. ¿Por qué? Porque era demasiado difícil seguir el ritmo de YouTube. El algoritmo había cambiado. La gente ya no veía tanto nuestros vídeos. El número de visualizaciones había bajado mucho. Las redes sociales habían cambiado. Nuestro recuento de «me gusta» había bajado mucho. Me estaba agotando intentando encontrar la próxima gran versión. ¿Y por qué lo hacía? Para poder superar el éxito de mi último éxito. Y eso me estaba agotando muchísimo. Así que tuve que dar un paso atrás enorme, gigantesco. Y quiero mucho a mis hermanos de The Piano Guys: Al van der Beek, Paul Anderson y Jon Schmidt. ¿Se pusieron las manos en las caderas y me dijeron: «Oye, te has comprometido con esto. No te atrevas a echarte atrás»? Ya sabes, no… No, no, no, no. Me rodearon con los brazos y me dijeron: «Estamos contigo».

00:51:01 Te apoyamos, hermano. Lo que necesites. Ahí reside la verdadera grandeza de The Piano Guys: en su hermandad, no en su contenido. Y quiero a mis hermanos. Los quiero. Me apoyaron en este paso atrás. Tuve que dejar por completo lo que estaba haciendo, lo cual no tiene sentido. Ni económicamente, ni profesionalmente. Pero estaba agotado y mi familia estaba pasando apuros. Estaba haciendo malabarismos con todos los aspectos de mi vida y el de mi familia se tambaleaba. Mi fe se tambaleaba. Mi espiritualidad estaba en horas bajas. No era una situación agradable. Me sentía profundamente deprimido a pesar de que me esforzaba por ser productivo. Ahí estaba yo, ¿qué hacía? Di un paso atrás. Me arrodillé y dije: «Dios, por favor, ayúdame». Y escuché. Él me trajo a la mente algo que había querido hacer toda mi vida: escribir un musical de Broadway.

00:51:54 Fue la peor idea del mundo, porque, por el amor de Dios, habría sido lo mismo que presentarme a las pruebas de la NBA. Así de difícil es conseguir un musical de éxito en Broadway. Es más o menos el mismo nivel, sobre todo si me has visto jugar al baloncesto, que es deplorable. Pero dije: «Vale, Dios. Vale, lo haré». Y lo interesante de lo que pasó después está en el silencio. Dios no dijo: «Así es como se construye un barco, Nefi. Aquí tienes los planos de un musical de Broadway». Dijo: «Steve, eso suena genial. Me encanta esa idea». Y yo pensé: «Vale». Al día siguiente me preguntaba: «¿Cómo lo hago?».

Nada. Estoy muy agradecido de que tengamos unos padres celestiales amorosos que saben dar un paso atrás. Dejarnos luchar. Dejarnos explorar. Dejarnos esforzarnos y construir sin su intervención directa en todo momento, para no convertirnos en siervos perezosos. Pero esto es lo que sí hizo, y esto es lo que les voy a contar. Si se encuentran en una situación de agotamiento, Arthur Brooks, el gran científico social que, por cierto, fue trompetista, es otra razón por la que me encanta, con una hermosa fe católica. Me encanta su fe. Siento una santa envidia por su fe. En su libro *From Strength to Strength* —que es muy recomendable si estás pasando por esto—, dice que, cuando nuestra trayectoria en la vida va en descenso, lo cual es inevitable, a menudo intentamos forzar artificialmente esa curva hacia arriba.

00:53:18 Y de ahí surgen las crisis de la mediana edad. De ahí surgen las decisiones irracionales. Intentamos curvar ese arco hacia arriba porque tememos que su descenso signifique que nosotros mismos estamos en declive, y podría profundizar mucho en esto, pero no lo haré. Sin embargo, él dijo que, en lugar de rendirnos por completo o intentar curvar ese arco hacia arriba, debíamos dar el salto a un nuevo arco que esté relacionado, pero que aún se encuentre en ascenso. Me encanta esto porque, en lugar de empezar de cero, lo cual es desánimo en estado puro, y en lugar de aferrarte por completo a lo que tienes, buscas algo que esté relacionado, pero que siga en ascenso. Y apuesto, John, a que tú y Hank probablemente tengan algunas historias en su vida en las que hicieron esto, ya fuera de forma intencionada o no. Me encanta componer música. Me encanta dirigir cosas. Me encanta escribir en sí. Daré el salto a este nuevo arco, que en este momento está en pleno auge.

00:54:06 Y lo que ha pasado ha sido precioso. He redescubierto mi creatividad. ¿Por qué? Porque estoy decidido a disfrutar del proceso, no a fijarme en el resultado final. Y tengo que confiar en Dios porque me encuentro en un entorno relativamente nuevo, aunque esté relacionado. Y tengo que ser humilde porque estoy empezando a hacer cosas que nunca había hecho antes, aunque estén relacionadas. Y luego está la mejor parte de todas. Mientras persigues esto en tu vida —si me estás escuchando, te quiero—. Mientras persigues esto en tu vida, busca los paquetes. El élder Scott describe este término. Él acuñó esta frase y me encanta. Los llama «paquetes de vida», pero piénsalo como paquetes físicos que caen del cielo con un paracaídas, como quieras imaginártelo. Esto es lo que he descubierto. Cuando vamos donde está la energía, cuando perseguimos algo que no está mal, y es una luz verde, no una

luz roja —que es como suelo actuar yo normalmente—, o bien estás en revuelo o bien estás en movimiento, tú decides.

00:55:02 Si te quedas quieto esperando a que Dios te diga qué hacer, estás en conmoción, no en movimiento. Me he dado cuenta de que la revelación llega cuando estoy en movimiento, no en conmoción. A menudo digo: «Oraciones para que me detengas», en lugar de «Oraciones para que me pongas en marcha». Esa es la diferencia. Dios, voy a hacer esto. «Deténme si está mal». En lugar de: «Oye, Dios, voy a hacer esto. Ponme en marcha». Y luego no pasa nada. Así que estoy en el proceso, estoy en movimiento. Y Él coloca un paquete. Este es el punto crucial. Coloca un paquete lo suficientemente lejos como para que ejerza la fe al buscarlo y llegar hasta él. Pero no tan lejos como para que me pierda. Busca los paquetes que podrían estar en una persona, un lugar o una cosa. Y búscalos con intensidad, con expectación, como si esperaras milagros, tal y como insiste el presidente Nelson.

00:55:46 Si buscas los paquetes, aparecerán. Te pondré un ejemplo. Me estoy quedando sin ganas con el musical. Estoy en un avión. ¿Quién sabe adónde voy? Y un tipo al que no había visto en 15 años se me acerca y me dice: «Steve, ¿qué estás haciendo ahora mismo en tu vida?». Y yo le digo: «Oh, hola. Vaya. Vale. Eh…», y el Espíritu me dice: «Cuéntale lo del musical de Broadway ». Y yo: «No quiero contárselo». Y el Espíritu me dice: «Te he dicho que se lo cuentes». «Vale». Y empiezo a contárselo: «Ah, estoy escribiendo un musical de Broadway». Y él: «No puede ser. Tienes que hablar con mi vecino. Es un productor de Broadway que ha ganado siete premios Tony». Y yo: «Vaya, qué casualidad. Genial. Gracias. Anotaré su nombre y su número». Pero al día siguiente, ya lo había olvidado.

00:56:27 Y estoy seguro de que en la mesa flotante del cielo todos dirán: «Vale, pues aquí tenemos otra vez al despistado de Steven Sharp Nelson. Lo hemos intentado, pero lo ha dejado de lado. Le damos un paquete». Y entonces Jesús dirá: «Inténtalo de nuevo». Me lo imagino diciendo eso. Todos los ángeles dirán: «Ay, no, este chico es tan despistado». Y Jesús dice: «No, no, no, inténtalo de nuevo». Así que al día siguiente, chicos, no bromeo. Al día siguiente tengo un recital de piano en mi casa. El profesor de mi hijo necesita un lugar. Le digo: «Sí, hazlo en mi casa». Este tipo se me acerca después del recital y me dice: «Oye, muchas gracias por acoger este recital. ¿A qué te dedicas?». Y le dije: «Bueno, ya sabes, soy violonchelista de The Piano Guys o… bueno, lo que se me ocurra».

	00:57:11	No suelo hablar de musicales de Broadway, como es habitual en mí. Y él me dice: «Oh, eso es muy genial». Le pregunté: «¿A qué te dedicas?». Y él me contestó: «Bueno, produzco musicales de Broadway». Y yo le dije: «Por casualidad, ¿no te llamarás...?» Y entonces le dije su nombre. Y él me contestó: «Ese soy yo, exactamente. «¿Cómo lo sabías?». Era el tipo con el que mi amigo de hace 15 años me había dicho que debía encontrarme y hablar. En mi casa, que estaba probablemente a unas 30 millas de la suya, en el recital de su hijo, que casualmente era también el recital de mi hijo. Esto no se puede inventar. Así que ora por las oportunidades y búscalas. Ve donde esté la energía. No le pidas a Dios que te dé el pistoletazo de salida. Pídele que te detenga si no es lo correcto. Ve, ve, ve. Luego busca las oportunidades. Y si te quedas sin fuerzas, pide otra.
Hank Smith:	00:57:54	John y yo estamos sencillamente hipnotizados. ¿Qué quieres hacer ahora?
Steven Sharp Nelson:	00:57:58	Vamos a dejarlos aún más hipnotizados. Vale. ¿Están listos para memorizar conmigo los cinco salmos principales? Es muy fácil. Les prometo que son métodos de memorización aptos para personas con TDAH que les ayudarán a recordar dónde están los cinco salmos principales. ¿Por qué? Bueno, ya hemos hablado del porqué. Ahora toca el cómo. Empecemos con el Salmo 46. Este no es uno de los cinco salmos principales, pero quizá sea el salmo de John Bytheway en honor a su corte de pelo. Salmo 69:4: «Se han aumentado más que los cabellos de mi cabeza los que me aborrecen sin causa». Esto demuestra que John no tiene a mucha gente que lo odie.
Hank Smith:	00:58:40	No los tiene.
Steven Sharp Nelson:	00:58:41	Sí.
Hank Smith:	00:58:41	No sé si tiene a alguien.
Steven Sharp Nelson:	00:58:43	Los cinco himnos principales. Empecemos por el 46, que es la forma más irónica de empezar este podcast. El 46 es este. Lo leeré y ustedes ya lo conocen. Quédate en silencio y reconoce que yo soy Dios. Este salmo es maravilloso. Vale, ¿cómo lo recordamos? Bueno, todos conocen «Be Still My Soul». Todos conocen ese himno en el que se basa este salmo, ¿verdad? Quiero que recuerden que «Be Still My Soul» son cuatro palabras. «Be Still My Soul», cuatro palabras. ¿Y cuáles son las siguientes? «El Señor está a tu lado». Cuatro palabras, seis palabras. Es el Salmo 46. Salmo 46. «Quédate tranquila, alma mía». «El Señor está a mi lado». Ahora recuerdan dónde está el salmo: «Quedaos tranquilos, y sabed que yo soy Dios». Esto es

muy profundo. Antes incluso de hablar de esto, ¿hay algún momento en su vida en el que «Quedaos tranquilos, y sabed que yo soy Dios» haya sido relevante para vosotros?

John Bytheway: 00:59:43 Se me ocurren probablemente numerosas ocasiones. Recuerdo que, como obispo, me recordaba a mí mismo las palabras del presidente Hinckley, que pasó por una época en la que decía: «Esta no es tu iglesia. Esta es mi iglesia. Yo me encargo». Y eso le sucedió a Alma. No es tu iglesia, esta es mi iglesia, y puedo oír eso. Quédate en paz. Yo me encargo. Como mencionaste que te reuniste con ese productor dos veces en un par de días, Dios está jugando esta increíble partida de ajedrez en cinco dimensiones por todo el universo, y lo lleva a cabo a la perfección. Podemos estar tranquilos, exhalar y confiar en Él. Y una última cosa: mencionaste que esos pensamientos negativos provienen del adversario. A veces basta con repasar los títulos del Salvador —Liberador, Redentor, Abogado—, que has utilizado un par de veces. Piensa en ellos y luego piensa en lo que dice el libro del Apocalipsis sobre quién es Satanás. Es el acusador de los hermanos. Si te sientes acusándote a ti mismo, ¿de dónde viene eso? No del Libertador, ni del Abogado, ni del Redentor, ni del Salvador. Él no actúa así. Eso me ayuda en esos momentos.

Hank Smith: 01:01:05 Esta frase me llega no en forma de palabras, sino a través de experiencias o reflexiones que comparten otras personas. Te pondré un ejemplo. Tanto John como yo, y todo nuestro equipo, queremos que este podcast sea bueno. No por nosotros, sino porque queremos ayudar a la gente. Y hay cierta ansiedad en ello que puede ser muy poco saludable. Pero creo que se estaba volviendo abrumadora para mí hasta el punto de que pensaba: «¿Y si algo sale mal? ¿Y si elegimos al invitado equivocado o ofendemos a alguien?». Fuera lo que fuera. Se me pasaban muchas cosas por la cabeza. Era como el presentador de un programa de entrevistas que decía: «Sí, ¿por qué no te sientas tú también y me cuentas qué podría salir mal? ¿Y alguien más quiere decirme qué podría salir mal? Llenemos la sala».

John Bytheway: 01:01:46 ¿Y si a mi copresentador le hacen un mal corte de pelo?

Hank Smith: 01:01:48 Sí, sí. ¿Qué? La verdad es que eso no se me había pasado por la cabeza, pero ahora sí lo haré. Estábamos entrevistando a Dallas Jenkins y nos contó una experiencia que tuvo durante la creación de *The Chosen*, en la que una familia que no hablaba inglés —creo que estaban en China— estaba viendo *The Chosen*. La serie no está en chino y les encantaba. Él dijo: «¿Crees que yo podría hacer eso? ¿Crees que, como cineasta,

podría decir: “¿Sabes lo que voy a hacer? Voy a crear una serie tan buena que alguien pueda verla en otro idioma y le encante”?». Dijo: «No puedo hacer eso. Nadie puede». Me transmitió una sensación muy tranquilizadora de que «esto no depende de ti».

Steven Sharp Nelson: 01:02:34 Dallas Jenkins, uno de mis héroes, lo he visto en varias ocasiones. Hemos colaborado en *The Chosen*, que, por cierto, *The Chosen* es… Solo quiero ser un segundo testigo de *The Chosen* y decir que, si aún no lo has llevado a tu hogar, por favor, invítalo a tu hogar. Y mis hijos, después de verlo, dijeron: «Quiero ser el mejor amigo de Jesús». Y ese es el resultado definitivo que uno desea obtener de algo. Y si aún no lo han visto, vean los dos primeros episodios. Al principio es un poco duro, pero va mejorando cada vez más y es realmente inspirador. Es un proyecto con influencias multiconfesionales que está completamente inspirado. Solo quiero destacar que es algo muy importante que deben añadir a su repertorio espiritual. Soy un gran admirador de Dallas. Me encanta su principio de que no es mi trabajo multiplicar los panes y los peces.

01:03:18 Yo solo traigo los panes y los peces. Y diré que hay algunos días —y lo digo con humor de papá—, pero quiero que lo recuerden porque hay días de mierda. Hay días de mierda en los que lo único que puedes aportar son migajas. ¿Y sabéis qué? Jesús puede multiplicar las migajas. Así que, cuando en *The Chosen* se representa la escena de los panes y los peces, aparece un chico llamado Telémaco. Y me encanta su interacción con Jesús. Él dice: «No es mucho. Es todo lo que tengo». ¿Cuántas veces le he dicho eso a Jesús? «No es mucho». ¿Y sabéis qué le responde Jesús? Lo mira y le dice: «No, no. Puedo hacer mucho con esto». Esta es la definición de The Piano Guys. Son cuatro papás un poco frikis de Utah que se presentan por ahí. Es decir, por el amor de Dios, hacemos vídeos musicales con influencias clásicas en plena naturaleza y, de alguna manera, nos las estamos arreglando para sobrevivir en Internet.

01:04:17 Es decir, ¿quién podría haberlo imaginado? Eso es un milagro. No aportamos mucho, pero Jesús dijo: «Está bien. Puedo hacer mucho con eso». Y pudo hacerlo con todos nosotros porque, cuando nos encontramos en la obra que Él tiene para nosotros, ocurren milagros. Y se produce la multiplicación, y el dos y el cinco se convierten en miles. Es genial. Recuerden: «Quédate tranquila, alma mía», el cuatro. Y «El Señor está a tu lado», el seis. Salmo 46: «Quédate tranquila y reconoce que yo soy Dios». Ahora bien, si queréis profundizar más en esto, vayan a D. y C. 123:17 y memoricen ese pasaje. Es un pasaje muy

infravalorado. Y John puede citarlo palabra por palabra. Sé que puede. «Por tanto, muy queridos hermanos, hagamos con buen ánimo cuanta cosa esté a nuestro alcance; y entonces podremos permanecer tranquilos, -¿Con qué?- con la más completa seguridad, para ver la salvación de Dios y que se revele su brazo». No se equivoquen. El Salmo 46 trata sobre la confianza. Mucho más de lo que trata sobre moverse o no moverse.

01:05:23 Si hacen con alegría todo lo que está en su poder —y «con alegría» a veces cuesta, pero háganlo lo mejor que puedan—, si hacen con alegría todo lo que está en su poder, podrán tener la máxima seguridad de que su brazo se revelará. Pasemos al Salmo 91. Esto es muy fácil porque es simplemente el 911. Es muy fácil. El 91 es el capítulo y el uno es el versículo. 911, el número de emergencias. Este es el salmo de la protección de Dios. Se utiliza mucho, especialmente entre nuestros amigos de otras confesiones. «El que habita al abrigo del Altísimo morará bajo la sombra del Omnipotente».

01:06:04 Ahora bien, antes de que empiecen a pensar en la sombra, a veces la sombra tiene una connotación negativa. No estamos pensando en la sombra de Bette Midler. Como: «Debe de hacer mucho frío ahí, en mi sombra». Que, por cierto, es la letra más divertida de la historia. No se trata del frío de la sombra. En hebreo y en el antiguo Israel, estar a la sombra de alguien era estar cerca de esa persona y bajo su protección. Ahora bien, «el que habita en el lugar secreto». ¿Qué significa «secreto»? Es la palabra hebrea «satare», que significa «oculto» o «lugar protegido». Pero, más aún, ¿recuerdan cómo, en nuestra fe, nos encanta cambiar la palabra «secreto» por qué? Por «sagrado». «El que habita en el lugar sagrado del Altísimo morará bajo la sombra del Todopoderoso». ¿No es este uno de los pasajes bíblicos más geniales que han leído jamás?

Hank Smith: 01:06:56 Y si alguna vez has estado bajo el sol abrasador junto al Mar Muerto o en un lugar llamado Masada o Qumrán, seguro que piensas que ahora mismo te vendría muy bien un poco de sombra. Así que me imagino que, si has estado en el desierto jordano, puedes estar bajo la sombra de Dios. No es solo su protección, sino quizás también consuelo.

John Bytheway: 01:07:16 Es una sombra de día y una columna de noche. La sombra es un refugio contra los rayos del sol cuando brilla con tanta intensidad en el desierto. Sí.

Steven Sharp Nelson: 01:07:25 Tenemos que recordar que esto se escribió antes de que existiera el aire acondicionado.

John Bytheway: 01:07:28 Antes del aire acondicionado.

Steven Sharp Nelson: 01:07:29 Hablemos un poco del templo. Acepto el reto del presidente Nelson —o, mejor dicho, su invitación— de ir más a menudo en lugar de menos. ¿Cómo lo estoy haciendo? Tengo un aprobado raspado. Apruebo, pero podría hacerlo mejor. Y así son las cosas. Pero les voy a contar un par de casos que han demostrado qué es el templo, algo que antes no había entendido nunca. El templo tiene que ver con los convenios, pero lo malinterpretamos como algo obligatorio y superficial que hay que hacer para contraer un convenio. Lo malinterpretamos como un lugar de convenios y, quizá incluso más aún, lo valoramos como un lugar de conexión. Conexión con Cristo. Me encanta esto. Lo vi en las redes sociales el otro día. Decía que una chica estaba representando una oración. Está representando una oración. Ella dice: «Dios, quiero hablar». Y Dios responde: «Vale, me parece genial. ¿En tu casa o en la mía?». Y ella contesta: «En tu casa».

01:08:29 Y me encanta eso. Me encanta pensarlo de esa manera. Dios, tenemos que hablar, ¿en tu casa o en la mía? Jesús quiere pasar tiempo contigo allí. Quiero que seamos mejores amigos. Quiero que confíes en mí. Quiero que tengas fe en que he vencido al mundo y que puedo vencer cualquier cosa que intente abrumarte. Cuando te sientas abrumado, ven a mí porque yo ya lo he vencido. Pasemos tiempo juntos para que pueda ayudarte a entenderlo. Y he vivido algunos momentos en mi vida que han sido muy impactantes. Prueba esto: entro en el templo. Entonces, una de mis cosas favoritas es que, dondequiera que elija sentarme, dondequiera que acabe sentándome, tomo las Escrituras que tengo delante y voy al pasaje que está marcado.

01:09:08 Voy al lugar donde hay una cinta, porque siento que, si hay algún sitio en el que los ángeles puedan colocar una cinta en las Escrituras, ese es el templo. Y leo lo que hay en la página donde está la cinta. He tenido muchísimas experiencias increíbles de ayuda divina directa que me ha llegado desde esa página marcada con la cinta. Les pondré un ejemplo. Durante mi misión en Corea, mi primera experiencia hablando coreano fue delante de los jóvenes del barrio al que pertenecía. No era un grupo muy grande; solo eran unos cuantos jóvenes sentados en círculo. ¿Se acuerdan cuando intentaban de verdad causar una buena impresión? Pues bien, allí estaba yo sentado, habiendo dado lo mejor de mí en coreano. Iban pasando uno por uno y nos presentábamos. Y yo pensaba: «No voy a clavarlo. Tengo que clavarlo. Tengo que clavarlo». Y me tocó a mí y dije, en coreano: «Hola, me llamo élder Nelson». Y pensé: «Lo tengo. De momento lo tengo». Eh… y me pregunté: «¿Qué digo? ¿Qué

digo? Y tengo, eh, eh, dos hermanos y tres hermanas en mi familia. Y si no estás viendo YouTube, tengo esta sonrisa en la cara como diciendo: «Lo tengo. Lo he clavado. Lo he clavado totalmente». Y todos a mi alrededor… fue la reacción más incómoda que he tenido nunca. Y luego la persona que acabó hablando a continuación dijo algo así como: «Vale, genial». Vale, pasemos a la siguiente persona». Así que me voy a casa, le doy vueltas al asunto, y entonces caigo en la cuenta. ¿Adivinas qué había dicho? En coreano, las palabras «hermana» y «árbol» son casi iguales, pero para los coreanos no suenan igual en absoluto. «Hermana» se dice «nunat» y «árbol» es «namu». Les dije que, en mi familia, tenía dos hermanos y tres árboles. Sin dar ninguna explicación.

Hank Smith: 01:10:55 Con una gran sonrisa.

Steven Sharp Nelson: 01:10:56 Sí, con una gran sonrisa. Y ellos dicen: «Vale, ¿qué les pasa a estos estadounidenses? Ahora se dedican a apadrinar árboles. Son muy raros. Sigamos adelante». ¿Sabes? ¿Por qué cuento esta historia? Es porque, por alguna razón, el adversario decidió traerme esa experiencia a la memoria. Y ahora me río de ello, pero ¿sabes qué es lo que me vino a la mente? Fueron esos sentimientos de insuficiencia, vergüenza y humillación. Y empecé a caer en ese círculo vicioso de pensar: «Soy tan tonto. Nunca lograré cambiar nada». Voy al templo. Me acerco al letrero. Y ahí está Isaías 61:3. Un pasaje magnífico. «a ordenar que a los que están de duelo en Sion se les dé gloria en lugar de ceniza, aceite de gozo en lugar de luto, manto de alegría en lugar de espíritu apesadumbrado; y serán llamados árboles de justicia, plantío de Jehová, para que él sea glorificado».

01:11:52 Y sentí que Dios se reía. Es un sonido precioso escuchar a Dios reírse contigo. Y me dijo: «No te preocupes por eso». Y seguí adelante y, desde entonces, nunca he mirado atrás sin reírme. Simplemente tengo fe en que, en el templo, Dios puede conectar contigo y hablar tu idioma. ¿Qué dice Nefi? En 2 Nefi 31:3, dice: «Dios nos hablará según nuestro idioma». No podemos confundir eso con el inglés. Es el lenguaje de tu corazón, que para mí es la música y el humor. Estoy muy agradecido por ello. Por eso creo en el poder de pasar tiempo con Dios en su templo. Salmo 91:1, 911: si te encuentras en una situación de emergencia, acude al lugar secreto y sagrado del Altísimo, y habitarás a la sombra del Todopoderoso. Y ese sol abrasador que el mundo te impone ya no existirá.



John Bytheway:	00:00:01	Bienvenidos a la segunda parte de «Los Salmos» con el hermano Steven Sharp Nelson.
Steven Sharp Nelson:	00:00:04	Pasemos al 51. El 51 es realmente fundamental. ¿Cómo recordamos el Salmo 51? Un número muy famoso para nosotros es el Área 51. El Área 51 es donde guardamos cosas ocultas, cosas que no queremos que nadie sepa. ¿Qué hacemos con nuestros pecados? Los ocultamos. No queremos que nadie se entere de ellos. El Área 51: ahí es donde metemos nuestros pecados. El 51 es el hermoso salmo de David. Es el salmo del arrepentimiento. Ten piedad de mí, oh Dios, según tu misericordia. John, hablaste de los títulos de Jesús. ¿No es ese un título maravilloso? Misericordia. Mi pecado está siempre ante mí, y quiero guardarlo en el Área 51, pero sigue estando siempre ante mí. Crea en mí, oh Dios, un corazón limpio, y renueva un espíritu recto dentro de mí. Los sacrificios de Dios son un espíritu contrito, un corazón quebrantado y contrito. Si estás luchando con algo de lo que arrepentirte, en lugar de castigarte y reprenderte a ti mismo, ¿por qué no abres el Salmo 51 y lo lees en voz alta?
	00:01:13	Y apuesto a que se te llenarán los ojos de lágrimas porque sentirás que Dios no busca derribarte. Él busca levantarte. Su expiación no son cadenas, son alas. Hay una hermosa resolución: «Ten piedad de mí, oh Dios, conforme a tu compasión». Sentirás el amor de Dios. Espero que sientas el amor de Dios. Ora hasta que lo sientas, lo sentirás. Pienso en momentos de mi vida en los que he vivido situaciones al estilo del Área 51. Voy a compartir una de ellas con ustedes. Uno de los peores momentos de mi vida, y nunca lo olvidaré, aunque siento que Dios me ha perdonado por ello. Nunca lo olvidaré. Estaba pasando por una época muy estresante en mi vida. El trabajo era estresante. Mi llamamiento en la Iglesia era estresante. Mi salud no era muy buena. No dormía lo suficiente. Todo esto forma parte de esa comorbilidad que

experimentamos, similar a la que menciona el élder Holland en «Como un vaso roto».

00:02:10 Dice que, a menudo, estas cosas que salen a la luz son el resultado de un efecto concomitante, esa cacofonía de todas las cosas que debemos abordar desde el punto de vista de la salud personal. Yo estaba sintiendo todo eso. Desde el punto de vista de mis antecedentes familiares, tenía un padre que tenía mal genio, pero le vi superar por completo ese mal genio cuando fue ordenado patriarca, que era el último llamamiento que él deseaba. Fue ordenado patriarca y recibimos bendiciones patriarcales en casa. El ambiente de nuestro hogar cambió. Nunca volvió a mostrar su mal genio después de aquel día. Ahora bien, eso puede sonar como: «¡Dios mío, eso es imposible!». Pero él lo consiguió. Yo era un chico con un temperamento muy fuerte debido a mi TDAH. No acababa de entender por qué todo el mundo parecía estar en orden y yo parecía estar desmoronado. Me enfadaba, me derrumbaba y abandonaba todo enfurecido.

00:03:04 Y hacía todas esas cosas que volvían loca a la gente porque intentaba entender por qué estaba «roto», cosa que no era así, pero yo creía que sí. Superé mi mal genio después de ver a mi padre hacerlo. Suena raro, pero lo conseguí en el CCM. Espero que entren en el CCM, futuros misioneros, con una buena actitud, porque les diré que nunca en mi vida he sentido el Espíritu a una escala tan grande como lo he sentido en el CCM. Donde tanta gente se reúne con el deseo de aprender, crecer y esforzarse por ser como Cristo al mismo tiempo. Cuando tocaba el violonchelo de joven, sonaba tan chirriante y horrible que mi padre casi se rindió conmigo. ¿Pero sabéis qué momento le hizo seguir adelante? Fue cuando toqué en un conjunto.

00:03:45 Todos nosotros, aunque sonáramos chirriantes y disonantes, de alguna manera, juntos, sonábamos consonantes y armoniosos. Creo que eso es lo que solemos hacer también en el Evangelio. Todos luchamos y tocamos notas equivocadas, pero cuando nos unimos, de alguna manera se crea música. Y eso es lo que fue para mí el CCM: ese Espíritu expulsó mi mal genio y logré superarlo. Pensaba que ya estaba listo hasta que tuve hijos. El mal genio volvió. Cuando me encontraba en ese momento de absoluta desolación, ¿cómo se dice? Justo en el punto más bajo. Mi hija pulsó precisamente ese botón. Y le grité y fui duro con ella. Y vi en sus ojos el miedo que le daba su padre. Y ese fue el día en que superé mi mal genio delante de mis hijos.

00:04:37 Y leí este salmo: «Ten piedad de mí, oh Dios, según tu misericordia. Mi pecado, mi mal genio, están siempre ante mí.

Crea en mí, oh Dios, un corazón limpio, y renueva un espíritu recto dentro de mí». Y el Espíritu me inspiró a entrar en la habitación de mi hija. Ella estaba sollozando. Me metí en la cama a su lado, le di un gran abrazo y le dije: «Lo siento muchísimo. ¿Me perdonas, por favor?». Hasta el día de hoy, ese sigue siendo uno de los momentos más bonitos de nuestra relación, en lugar de uno de los peores. Gracias a Jesús. Si te encuentras en esa situación, el Salmo 51 no solo puede ayudarte a sentirte conectado con Cristo en tu debilidad, sino que también puede plantear inspiraciones que te ayuden a salir del agujero en el que sientes que estás. Para mí, aquel momento en el que acuné a mi hija y le pedí perdón, y por supuesto ella me perdonó porque ya es como dice Mosíah 3:19. Me perdonó y dijo: «Ay, papi, papi, te perdono». Y sí, fue un momento muy intenso. Quería mostrarme vulnerable ante ustedes. Y si alguna vez habéis vivido momentos así, espero que el Salmo 51, al menos, pueda servirles de consuelo.

Hank Smith: 00:05:52 Gracias por compartirlo, Steven. Sí. Creo que todos los que nos escuchan dirán: «Yo también he pasado por eso».

Steven Sharp Nelson: 00:05:58 A continuación, vamos con el cuarto de cinco. Ya casi estamos. Ya casi eres un salmista oficial. Vas a recibir una insignia. El 121. ¿Cómo recordamos el 121? El salmista habla de una colina, dos ojos y un salvador. Una colina, dos ojos, un salvador. Uno, dos, uno. También puedes pensarlo como que estás a solas con el Salvador. Uno, dos, uno. Es un pasaje bíblico que nos ofrece ayuda. Por eso es tan importante memorizarlo. Alzaré mis ojos. Dos ojos. A los montes. Por cierto, la NIV y todas las demás traducciones utilizan la palabra «montaña», lo cual creo que es significativo. Podríamos decir «una montaña». Alzaré mis ojos hacia las montañas, ¿de donde vendrá mi ayuda? Alzaré mis ojos hacia las montañas, ¿de donde vendrá mi ayuda? . Es un versículo sobre la confianza realmente genial. Les contaré una breve historia que, para mí, ilustra esto a la perfección.

00:06:57 Cualquiera que diga que le encantan las giras miente descaradamente. Es que las giras son muy duras. Sí, me encanta actuar, pero no me encantan las giras. David Simone, nuestro mánager, también fue el mánager de los Beach Boys. Y sé que tú, John, eres un gran fan de los Beach Boys. Así que este es un tipo que sabe de lo que habla. Un día fui a verle y le dije: «David, ¿cómo hace la gente esto? ¿Cómo es posible que la gente esté de gira durante décadas de su vida?». Básicamente, te subes a un autobús, vas a un recinto, haces la prueba de sonido. A veces, en esa prueba de sonido hay público. Luego das un concierto. Después, haces un encuentro con los fans en el que hablas con cientos de personas. Luego te subes a ese

mismo autobús, vas a la siguiente ciudad y lo repites una y otra y otra vez. Y él me miró sin sonreír y me dijo: «Drogas». Y yo le respondí: «Bueno, David, yo no voy a hacer eso». Es decir, le dije: «En un día realmente duro, quizá me tome una Mountain Dew, pero eso es lo más fuerte que puedo llegar a tomar». Él me contestó: «Bueno, pero tú has hecho una pregunta», y no bromeaba.

00:07:50 Dice: «Lo que pasa es que un artista, al principio de forma inocente, se toma un poco de un tranquilizante para poder dormir, porque siente la expectación de la gira y el nerviosismo. Luego, cuando llega al escenario, está demasiado cansado. ¿Qué hace? Se toma un estimulante. Entonces se siente demasiado animado por eso y por la adrenalina del espectáculo. ¿Y qué hace entonces? Se toma dos tranquilizantes. Por eso se vuelve tan horrible. Lo que quería decir es que, durante la gira, estaba muy cansado. El cansancio que sentía era de ese tipo que te cala hasta la médula. Recuerdo que estaba al lado del escenario, y como The Piano Guys nos habíamos comprometido a que esto no fuera solo una gira. Queríamos convertirlo en un ministerio en el que esperáramos que la gente trajera sus cargas a nuestro concierto y se fuera más ligera.

00:08:33 Nuestro esfuerzo consistía en ayudar a la gente a sentir el Espíritu y dejar que el Espíritu se encargara de la parte más pesada. Estaba al lado del escenario, sabía que ese era mi ministerio y estaba orando. Lo único que quería era acurrucarme en posición fetal en el rincón más oscuro de aquel escenario que pudiera encontrar y no volver a hablar con nadie jamás. Porque estaba tan cansado, agotado y quemado de estar siempre en acción. En la prueba de sonido, en la actuación, en el encuentro con el público, una y otra y otra vez, día tras día, tras día. Y estaba sentado al lado del escenario y dije: «Padre Celestial, no me obligues a salir ahí fuera. No puedo hacerlo». Justo antes de darme la vuelta para buscar ese rincón oscuro, viví un momento increíble. Sea cual sea la forma en que Dios te hable, ¿podrías, por favor, no dar por sentado que la forma en que me habla a mí es la misma en que tiene que hablarte a ti?

00:09:23 En mi caso, una vez más, Él utiliza un poco de humor, y es más bien una voz que puedo sentir, porque soy muy torpe y necesito algo más evidente que esas pequeñas pistas sutiles. Y Él lo sabe. Así que estoy de pie al lado del escenario, a punto de buscar ese rincón oscuro. Y oigo esta voz que dice: «Oh, mi querido hijo. ¿Cuándo te he dado la impresión de que todo depende de ti? Solo tienes que salir ahí fuera. Pon un pie delante del otro, y yo me encargaré del resto». Y salí a ese escenario y me senté en esa silla. Y durante toda la noche, me sentí flotando a seis

pulgadas por encima de esa silla. Llevado, fortalecido, ayudado. ¿De dónde vino mi ayuda? De la montaña, que es Jesucristo. La montaña del Señor es, a veces, el propio Señor. Él puede mover montañas, puede moverse a sí mismo y puede moverme a mí. Es simplemente increíble pensarlo. Tenemos esta fuente de ayuda, pero ¿cuándo te ha dado la impresión de que todo depende de ti? Y si te sientes desanimado en cualquier etapa en la que te encuentres y tienes ganas de acurrucarte en posición fetal, recuerda que Él nunca ha dicho que todo dependa de ti. Acude a Él, ora pidiendo su ayuda, y Él te ayudará. Él vendrá. Él vendrá. Salmos 121.

Hank Smith: 00:10:48 Me encanta. El 121. Era uno, dos, uno.

Steven Sharp Nelson: 00:10:52 Sí.

John Bytheway: 00:10:53 Me encanta la hermana Chieko Okazaki. Ella contó esto en uno de sus libros, y yo pensé: «¡Vaya, vaya, espera, espera, ¿qué?» Encontré el número de enero de 1996 de Guideposts. Y encontré la historia del capitán James Ray, cuyo F-105 Thunder Chief fue derribado en mayo de 1966; da la casualidad de que sé exactamente cómo es ese avión porque soy un poco raro en ese sentido, pero...

Steven Sharp Nelson: 00:11:23 Me encanta.

John Bytheway: 00:11:24 Está tirado en el suelo de una celda. Solo puede ver lo que pasa fuera por debajo de la puerta. Esto es lo que me hace llorar. Los guardias van y vienen, y solo pueden comunicarse cuando los guardias están al otro lado. Pero alguien empieza a susurrar, presentándose y diciendo su nombre y el de su familia. Y entonces esta voz, la de Bob Purcell, dice: «¿Conoces algún versículo de la Biblia?». Imagínate esto. Él dice: «Me sé el Padrenuestro». Y él responde: «Todo el mundo se lo sabe. ¿Y el Salmo 23?». Piensa en un preso recitando el Salmo 23. «Jehová mi pastor es; nada me faltará. Él prepara la mesa delante de mí en presencia de mis enemigos». Estos salmos le están dando consuelo. Dijo: «A medida que aumentaba el número de presos, dos de nosotros compartíamos celda. Mi primer compañero de celda fue Larry Chesley, un mormón de Idaho».

Steven Sharp Nelson: 00:12:23 ¿De verdad pone eso ahí? Qué guay.

John Bytheway: 00:12:26 Sí. Dijo: «Aunque teníamos algunas diferencias de creencias, nuestros denominadores comunes eran la Biblia y Jesucristo, y pudimos compartir y anotar gran parte de las Escrituras. Se convirtió en algo vital para nuestra existencia diaria, a menudo

atormentada por la disentería y debilitada por una dieta a base de arroz, col aguada y sopa de calabaza. Nuestras vidas físicas se redujeron entre los muros de la prisión. Pasábamos 20 horas al día encerrados en las celdas. Esos versículos bíblicos se convirtieron en rayos de luz. Constantemente nos aseguraban el amor y el cuidado de Dios. Fabricábamos tinta con polvo de ladrillo y agua o con las preciadas gotas de medicina. Escribíamos versículos bíblicos en trozos de papel higiénico, se los pasábamos a otros y los dejábamos caer detrás de los ladrillos sueltos de las letrinas. Hacer eso era peligroso. La comunicación estaba prohibida y cualquiera que fuera sorprendido pasando una nota se veía obligado a permanecer de pie con los brazos contra la pared durante varios días sin dormir.

00:13:21 Una noche, me tumbé con la oreja pegada a la áspera pared de madera de mi celda para escuchar un «bum, bum, bum, bum, bum». Y en algún lugar, alguien estaba golpeando en código morse. I-W-I-L-L-L-I-F-T-U-P. Alzaré mis ojos hacia los montes, de dónde viene mi ayuda. Eran estos salmos los que se transmitían entre ellos en código morse, lo que les ayudaba a sobrellevar ese tiempo en prisión. De esa forma se conectaban con Dios. Él lo garabateaba en el suelo con un trozo de azulejo roto del suelo de su celda. Alzaré mis ojos hacia los montes. Lo que me ha llamado la atención es que no le preguntaban a este nuevo prisionero de guerra: «¿Quién ha ganado la Serie Mundial?». Le preguntaban: «¿Conoces algún pasaje de las Escrituras?». Lo único que suplicaban era una Biblia en inglés.

00:14:30 Una noche, un guardia trajo una Biblia en inglés y empezaron a copiarla tan rápido como pudieron, comparando lo que habían recordado. Y, al percibir que esto les estaba dando fuerzas, vinieron y se la quitaron. Pero él dice esta frase magnífica, este párrafo magnífico: «De aquello aprendimos una lección muy importante. Los versículos bíblicos en el papel no son ni una pizca tan útiles como las escrituras grabadas en tu mente, de las que puedes recurrir en busca de orientación y consuelo».

Steven Sharp Nelson: 00:15:00 ¿Quién tendría la mirada más baja que un prisionero de guerra en un campo como aquel? ¿Cuánto tendría que levantar la vista en comparación contigo y conmigo? Ese es el poder de Jesucristo. Es una historia increíble que nos da cierta perspectiva sobre nuestras situaciones actuales. Es precioso. Gracias, John. El último salmo es el más fácil porque ya te lo sabes. Es el Salmo 23. Es el que todo el mundo conoce. ¿Cómo lo recuerdo? Pueden recordarlo como quieran. Pero el 23 es significativo para mí, y este es el motivo. Sufro de insomnio. A veces puede ser agotador. Se debe a que tengo la mente

hiperactiva y a mi sistema nervioso, que es un superpoder, pero que también es mi kriptonita. Si son como yo —y que Dios los ayude si lo son—, como he dicho, a menudo se despertan a las dos o a las tres de la madrugada.

00:15:54 Hay algo especial en esa hora, las dos o las tres de la madrugada. No sé qué es. A menudo me encuentro despierto a las dos o tres de la madrugada. Y esto es lo que he aprendido: que, en lugar de contar ovejas, deberías hablar con el Pastor. Porque si te despiertas a las dos o tres de la madrugada, te garantizo que Dios tiene algo que decirte. Ya sea que hables con Él en ese momento —lo cual a veces no queremos hacer porque eso prolongará nuestro insomnio—, pero puedes hacerlo, y yo lo he hecho muchas veces. O le preguntas a la mañana siguiente, cuando estás haciendo tu tiempo de oración con Él: «¿Qué está pasando con este despertarme a las dos o las tres? ¿Puedes decirme, como mi pastor, qué tengo que hacer, qué no estoy haciendo o cómo puedo superar esto?». Así que recuerda el Salmo 23. Cuando te despiertes a las dos o las tres de la madrugada, a las dos o las tres de la madrugada, recuerda el Salmo 23.

00:16:37 El Señor es mi pastor. No contaré ovejas. No moriré. Este es el valle y la sombra. Quiero decir, este es el salmo que todo el mundo debería memorizar, y es tan hermoso. Les animo a que lo lean y lo memoricen todo lo que puedan. Pero ahora al menos saben dónde está y lo recuerdan. Incluso en plena noche, diré que el Salmo 30:5 debe relacionarse con él, por favor. Si se despiertan a las dos o tres de la madrugada, esta es una conexión directa. Por la noche durará el llanto, y a la mañana vendrá la alegría. Si están estancados, ¿podrían recordar, por favor, la mentira favorita de Satanás? La mentira favorita del adversario es que las cosas nunca mejorarán. Nunca mejorarán. Estás estancado. Es su mentira favorita. ¿Por qué? Porque nos convertimos en ángeles para el diablo, como dice Jacob en 2 Nefi 9. Estamos estancados. No progresamos. Estamos convencidos de que las cosas nunca van a mejorar. Pero creemos en un evangelio de cosas buenas por venir.

00:17:45 Creemos en el sumo sacerdote de las cosas buenas que están por venir, que es Jesucristo. Él dijo: «No temáis. Tened buen ánimo. Yo he vencido al mundo. Venid a mí todos los que estáis trabajados y cargados, y yo os haré descansar. Porque mi yugo es fácil y ligera mi carga». ¿Es fácil? Bueno, es mucho más fácil con Él que sin Él. El llanto puede durar toda la noche, pero la alegría llega por la mañana. He pasado por momentos así, en los que la nube oscura es tan densa que ni siquiera puedo albergar esperanza más allá de ella ni sentirme agradecido por ello.

		Limítate a pronunciar una oración de una sola palabra. Di simplemente «ayuda» una y otra y otra vez. Y luego escucha. Él vendrá en tu ayuda porque es tu pastor y reconocerás su voz cuando te llegue. Te contaré una anécdota divertida para aligerar el ambiente, porque nos estamos poniendo un poco demasiado serios aquí. Pero tú te graduaste en Highland High, igual que yo. ¡Vamos, Rams! ¿Alguna vez tuviste a Julie Hewlett en la asignatura de Humanidades?
John Bytheway:	00:18:47	Por supuesto que sí.
Steven Sharp Nelson:	00:18:48	Oh, ¿no te encanta Julie Hewlett?
John Bytheway:	00:18:50	Me encanta Julie Hewlett. Me dio clase de historia. Bueno, también daba clases de coro a los chicos o algo así.
Steven Sharp Nelson:	00:18:56	Sí. Sí. Claro.
John Bytheway:	00:18:57	Pero creo que tuve clase de Historia de Estados Unidos con ella. Julie Hewlett era genial. Me encantaba.
Steven Sharp Nelson:	00:19:02	Quiero contarles algo sobre la creatividad que tiene que ver con la experiencia de Julie Hewlett. Voy a empezar diciendo esto: si no ejercitamos la creatividad en nuestra vida, esta encontrará la manera de salir a la luz de una forma u otra. La creatividad que no se ejerce de forma positiva se vuelve maligna. Déjame repetirlo. La creatividad que no se ejerce de forma positiva se vuelve maligna. ¿Qué quiero decir con eso? Empezamos a usar nuestra imaginación y nuestra creatividad para inventarnos historias falsas e imaginar el peor de los escenarios. Construimos grandes estructuras, como castillos, en torno a lo peor que podría suceder. ¿Por qué? Porque esa es nuestra creatividad intentando salir. Si la ejercemos de forma positiva, nuestra imaginación y creatividad no tendrán espacio para crear los peores escenarios posibles que, sencillamente, no son factibles. Un amigo mío me dijo el otro día: «Me preocupo todo el tiempo, pero el 90 % de las cosas por las que me preocupo nunca suceden». Preocuparse funciona.
	00:20:05	Un momento. Espera un poco. Recuerda que si te das cuenta de que estás pensando demasiado, analizando en exceso, imaginando los peores escenarios posibles y contándote historias sobre lo que alguien ha dicho a tus espaldas —cuando en realidad no lo ha hecho—, es porque no estás ejerciendo suficiente creatividad positiva. Es una función natural de la creatividad intentar salir de una forma u otra y volverse maligna. ¿Por qué te cuento esta historia? ¿Qué tiene que ver

con Julie Hewlett? Bueno, Julie Hewlett daba clases de humanidades y me enseñó este principio a través de una historia divertida. Estaba mostrando unas diapositivas. Estábamos en la clase de arte. Ya sabes, historia del arte. Tenías que memorizar todas esas obras de arte. Mostró una obra de arte moderno. Y yo no soy muy fan del arte moderno. Creo que tiene su lugar, pero pienso que a veces se trata más de innovación que de estética.

00:20:49 Estoy viendo esto y es un lienzo austero, pintado a grandes pinceladas, con salpicaduras de pintura roja por todas partes. Y parecía, ya sabes, como si un niño pequeño se hubiera puesto manos a la obra. Ella baja la vista y dice: «Esto se titula El pastor y sus ovejas». Luego lo analiza. Y con su increíble y prolífica imaginación, su imaginación prodigiosa, dice: «¿Ves en la esquina superior cómo esta representación abstracta de una salpicadura podría ser la llamada del pastor?». Y luego interpreta el cuadro y todos pensamos: «Vaya, ¿cómo ves todo esto?». Y en la esquina inferior, se ven las ovejas acercándose y nosotros nos quedamos como diciendo: «¿Qué?». Da al botón de la diapositiva y aparece la siguiente, y es un pastor con tres ovejas.

00:21:37 Había etiquetado mal el cuadro y había descrito esta obra de arte moderna basándose en el título erróneo de «El pastor y sus ovejas», y se había pasado un buen rato haciéndolo. Y esto es lo que hacemos en nuestra vida. Le ponemos una etiqueta a algo. Lo pensamos demasiado, lo analizamos en exceso, imaginamos los peores escenarios posibles y llegamos a un punto en el que ya no se trata de arte, creatividad ni alegría. Se trata de quedarnos atrapados en este lodazal, este lodazal, absolutamente, de darle demasiadas vueltas a las cosas. Así que, si estás atrapado en ese ciclo, recuerda al «Pastor y sus ovejas» y cómo el joven David, cuando era niño, no hacía lo mismo que sus hermanos mayores. ¿Qué hacía? Estaba fuera, cuidando de las ovejas. ¿Te imaginas lo bucólica que debía de ser su vida? ¿Lo meditativa, lo sencilla, lo clara que era su misión? En lugar de ir por ahí buscando a toda costa la aprobación de los demás en el grandioso Israel, se limitaba a cuidar de las ovejas.

00:22:34 Y esa es una forma preciosa de ver la vida: vale, quizá simplemente cuide de mis ovejas en lugar de intentar conquistar esa gran meta que estoy convirtiendo en el peor de los escenarios. Ahora pasamos al tercer acto. Estamos en el tercer acto de nuestra obra de tres actos aquí, en el podcast followHIM. Señoras y señores, ¿cuál sería el siguiente concursante si fueran el presentador de un concurso, con un

córtex prefrontal como el mío? ¿Qué hacemos con los Salmos? A medida que nos convertimos en salmistas, parte de ello consiste en reconocer y utilizar el poder de la música y la escritura en nuestra propia vida. Hablemos del poder de la música: escuchar, aprender y elevar el espíritu. Podemos escuchar, aprender y elevar el espíritu con el poder de la música. Lo primero que quiero hacer es abrir este tema, y quiero plantearles esta pregunta a ustedes, los oyentes. Les haré la pregunta mientras les cuento mi historia, para que puedan reflexionar. Voy a utilizar el Salmo 126:5-6. Es un salmo magnífico. Los que siembran con lágrimas con regocijo segarán. Los que siembran con lágrimas cosecharán con alegría.

00:23:42 Quiero hacerte esta pregunta. ¿Dónde estabas la primera vez que la música te hizo llorar? O, si no eres de los que lloran fácilmente, ¿la primera vez que la música te infundió vida, te levantó y te sacudió el polvo, o te impulsó a vivir más plenamente? ¿Dónde estabas la primera vez que eso ocurrió? Si es que lo recuerdas. Quizá no recuerdes la primera vez, pero entonces cuéntame la primera vez que recuerdes. Y yo te contaré mi historia. Tenía 11 años. Estaba en el segundo piso de nuestra pequeña casa en la zona de Sugarhouse, en Utah. Mi padre, que intentaba animarme a aprovechar mi tiempo libre para algo útil, me ofrecía incentivos. Era un padre muy inteligente. Me dijo: «Steve, necesito tu ayuda. Tengo un disco que hay que pasar a casete». Ahora bien, ninguno de nosotros entiende eso, salvo John, que está en este podcast. Pero lo que quiero decir es que se trataba de formatos de audio antiguos que había que actualizar.

00:24:42 Así que tenía que convertir el disco en cinta. Y él me dijo: «Apuesto a que eres un chico de la tecnología. Ya sabes, seguro que puedes averiguarlo». Y yo le dije: «Vale». Y él añadió: «Incluso te pagaré por hacerlo», porque mi padre era así de generoso. Subí las escaleras y recuerdo una pequeña cómoda con unos cajones pintados de un blanco roto opaco que se atascaban al abrirlos. Dentro de uno de ellos, encontré una grabadora de casete a la que podía conectar un cable RCA desde nuestro tocadiscos para reproducir el disco y pulsar «grabar». Había que pulsar «grabar» y «reproducir» al mismo tiempo. Pulsé «reproducir» y «grabar», coloqué la aguja con cuidado sobre el disco y empezaron los chirridos.

00:25:22 Y lo que oí a continuación me cambió para siempre. Oí la voz de un ángel, una soprano, como nunca había oído en mi vida. Era tan trascendente, tan natural, como si flotara sobre las volutas de las nubes. Me elevó a un nuevo lugar. Se me llenaron los ojos

de lágrimas por primera vez en mi vida. La música me había hecho llorar y mi corazón se abrió. Como niño de 11 años que luchaba con el pico de autoestima propio de la etapa de la secundaria —¡ay!—, me sentí en armonía con quien realmente soy por dentro. Esa sensación nunca me ha abandonado desde entonces. Dije: «¿Qué música es esta?». Miré el reverso de la ficha que había dentro de la funda del disco. Y ponía que la soprano era Lynne Sanders. Seguramente no conocen ese nombre, amigos míos, pero yo sí. Era el apellido de soltera de mi madre.

00:26:34 Nunca la había oído cantar. Le diagnosticaron un tumor cerebral cuando yo tenía dos años. Eso le robó la voz. Y, de niño, no era lo suficientemente consciente como para preguntarle a mi padre: «Oye, ¿a qué se dedicaba mamá antes de que ese tumor cerebral la incapacitara?». ¿Qué hacía mi padre? ¿Se lo pueden creer? Que encontrara una forma de que yo conectara no solo con la música, sino también con mi madre, mi ángel, que en el momento en que grababa del disco a la cinta, estaba en la cama, luchando, viviendo la ley de la caridad. Y mamá, en mis escrituras, donde dice «y la caridad», en lugar de «y la caridad», dice: «y mamá es paciente». «Y no envidia, y no se envanece». No piensa mal. Todo lo espera. Todo lo soporta». Quizá tengas a alguien en tu vida cuyo nombre debas escribir encima de «caridad» en Moroni 7:45. Quizá esté soportando con paciencia. ¿Por qué? Porque mi madre me enseñó mil sermones sin pronunciar una sola palabra. Así era ella. Y ver a mi padre cuidar de ella fue la mejor lección de espiritualidad que jamás podría haber recibido más allá de las Escrituras.

00:27:43 Allí estaba yo, viviendo ese momento de conexión con lo divino. Tal y como dice Beethoven, me elevé hacia lo divino, guiado por la voz de mi madre, que ahora procedía, en esencia, del polvo. El polvo de un disco polvoriento. Y lo ponía una y otra y otra vez. Y el canto de los justos es una oración para mí, pero no cometas el error de pensar que tienes que cantar esa canción. Puedes estar escuchando la canción de otra persona y que esa sea tu oración. Ese día fue mi oración. A partir de ese momento, me comprometí ante Dios a alabarle con música, tal y como mi madre había hecho con tanta naturalidad. Hasta el día de hoy, nunca olvidaré esa sensación. Así que mi pregunta para ti es: ¿cuándo llegó el poder de la música a tu corazón?

John Bytheway: 00:28:40 Por extraño que parezca, fueron los Beach Boys. ¿Te vas a reír?

Steven Sharp Nelson: 00:28:47 No, ya me encanta.

John Bytheway:	00:28:48	Hay una canción de los Beach Boys que se titula «The Warmth of the Sun», y yo acababa de romper con mi novia; la letra, creo, dice algo así como: «El amor de mi vida me dejó un día». Lloré cuando me dijo: «Ya no siento lo mismo». Y luego viene esta frase: «Aun así, esta noche tengo el calor del sol dentro de mí». Y, de repente, S-U-N se convirtió en S-O-N.
Steven Sharp Nelson:	00:29:11	Vaya.
John Bytheway:	00:29:12	Tengo el calor del Hijo. Tenía una página en mi agenda Franklin. Esto se remonta a la época de las cintas de casete y los discos de vinilo; a veces simplemente pasaba a esa página y leía frases de mis bendiciones patriarcales y de los himnos para animarme. Y una de ellas decía: «¿Qué más puede decirte, si ya te lo ha dicho?». Y recordé cuántas veces, en mi bendición, el Señor me decía —y, de hecho, lo tenía anotado en esa página—: «Steven, quédate quieto y reconoce que yo soy Dios. Toda la humanidad está en mis manos». Todo estaba ahí. Repasaba esos versículos y el Señor me decía: «¿No te lo he dicho ya? ¿Qué más puedo decirte?». Hay una estrofa en «Oh, noche santa». Hay una frase: «la emoción de la esperanza». Y Jesús es la esperanza, y es emocionante saber que siempre hay esperanza. Lo cambia todo: que, gracias a Cristo, hay esperanza. Es un pensamiento emocionante. Siempre hay esperanza. Y todo eso, en conjunto, es mi aporte a esa pregunta.
Steven Sharp Nelson:	00:30:23	Vaya. Se me acercó un joven adulto soltero que sufría de escrupulosidad. A ustedes, los líderes que están ahí fuera, a ustedes, hombres y mujeres a quienes se les ofrece temporalmente un cargo de liderazgo para animar a los demás, por favor, sean muy comprensivos y muestren misericordia en estas situaciones. Es muy complicado saber cómo actuar. Me dijo llorando: «Me siento tan culpable cuando escucho música que no sea del Coro del Tabernáculo». Le dije: «Espera un momento. No te precipites». Espera un momento. ¿De dónde sacas eso? ¿De dónde viene esa expectativa? Lo analizamos y descubrimos que carecía por completo de fundamento. Hermana Bonnie Parkin, presidenta general de la Sociedad de Socorro, la verdad es la verdad, independientemente de dónde se encuentre. El Espíritu es el Espíritu, independientemente de dónde se encuentre. Si se encuentra en una canción de los Beach Boys, se encuentra en una canción de los Beach Boys. Sé honesto contigo mismo. Tú eres el DJ de tu propia alma.
	00:31:22	Sabes lo que te ayuda y sabes lo que te hace daño. No tienes que fingir lo contrario. Tú decides, lo resuelves con el Señor, pero Él confía en ti. Confía en ti. Resuélvelo con Él para asegurarte de que la música que escuchas no sea monótona, no

se ciña a un género concreto. Eso es como insistir en vivir todo el tiempo en la misma habitación de tu casa porque es la más bonita. No. Vive tu vida ahí fuera. Explora todos los géneros musicales que puedas. Descarta aquello que ahuyente al Espíritu. Incorpora aquello que atraiga al Espíritu. La distancia más corta entre mí y el Espíritu es la canción adecuada en el momento adecuado. He encontrado canciones que han surgido de la nada. A ti también te ha pasado. Sé que sí. Cuando la canción surge de la nada y piensas: «¿Me estás tomando el pelo?».

00:32:11 ¿En serio? ¿Justo ahora? Esto es exactamente lo que necesitaba oír. Y escucharé esa canción con mi hiperconcentración de TDAH una y otra y otra y otra vez hasta que se me haga pesada. Menos mal que ya no tenemos discos. En mi caso, estarían todos rayados porque eso es lo que hago. Pero esto es lo que te aconsejaría. Aquí tienes una forma práctica de ayudarte. La tecnología nos ofrece una oportunidad increíble para que nos ayude a encontrar buena música. Puede ser al revés. Si enciendes la radio, lo más probable es que te metan un montón de basura. Pero aquí tienes una forma de usar la tecnología en su contra y en tu beneficio. Existe una función —cada plataforma utiliza un término diferente— llamada «reproducción automática» en YouTube. Creo que en Spotify se llama «Smart Shuffle». En Amazon, se llama algo así como «mi banda sonora» o «mi emisora».

00:33:04 Así es como funciona. Quiero que elijas la canción que te apetezca escuchar en ese momento, pero que sea una buena, porque te voy a explicar por qué. Puedes ir a Spotify, Amazon o Apple Music y decir: «Crea una lista de reproducción», «Smart Shuffle» o «reproducción automática» basándote en esta canción. Ahora bien, esto es lo genial de lo que ocurre. No quiero parecer raro, chicos, pero creo que hay un poder angelical que a veces puede superar a la tecnología. Sin duda, hemos visto lo contrario: cada vez que alguien imparte una clase de catequesis, hay una especie de poder diabólico que intenta apoderarse de la tecnología cada vez que esta falla.

Hank Smith: 00:33:46 Esto funcionaba hace cinco minutos, ¿verdad? Funcionaba hace cinco minutos.

Steven Sharp Nelson: 00:33:50 Bueno, yo creo que es todo lo contrario. Y no lo digo por decir. Lo digo con sinceridad. Escucho un discurso del élder Holland que me encanta, activo la reproducción automática y lo dejo sonar. Y, a menudo, mientras lo hago, es como si mi cuerpo se duplicara debido al TDAH: una parte está trabajando en algo y otra, , hablando de fondo. A menudo, la reproducción

automática me lleva a algo que necesito escuchar. Pongo mi canción favorita del momento, me pongo los auriculares o la dejo de fondo y activo la reproducción automática basándome en esa canción. Y elijo esa canción con mucho cuidado. La reproducción automática me sugiere canciones, algunas que ya he escuchado y otras que nunca había oído antes. He visto cómo esto funciona de maravilla. Me ha pasado que ha sonado una canción y he pensado: «¡Dios mío, eso es exactamente lo que necesitaba oír!».

00:34:34 Dale a Dios la oportunidad de crear un momento en el que puedas escuchar algo que realmente necesitas oír. Te pondré un ejemplo. Estoy conduciendo en mi coche y utilizo la reproducción aleatoria inteligente, y me dirijo a una reunión que me da pánico. Es una situación realmente complicada. Creo que podemos rezar para que ángeles específicos vengan en nuestra ayuda. No digo esto a la ligera; es lo que he estudiado y lo que he experimentado en mi vida. Puedes decir: «Dios, necesito ayuda. Necesito a un especialista». Recuerdo una vez en la que no estaba lo suficientemente preparado para un concierto que iba a dar, y dije: «Dios, sé que mi madre era muy buena apareciendo y saliendo del paso. El Espíritu la elevaba a un nivel de maestría y perspicacia que no era natural. Ella me contó esa historia. ¿Podría venir y ayudarme de alguna manera en eso?».

00:35:23 Gracias al poder expiatorio de Jesucristo. Y ese concierto lo toqué a la perfección, algo que nunca antes había conseguido en mi vida, por mucho que lo ensayara. Creo que ángeles concretos, personas y nuestros seres queridos fallecidos pueden acudir en nuestra ayuda y rescatarnos, y que podemos pedirles ayuda específicamente. Por eso no podemos ser salvos sin ellos. Ellos no pueden ser salvos sin nosotros. ¿Por qué queremos estudiar la historia familiar? Se te pueden ocurrir muchas razones que a mí no me parecen suficientes, pero mi razón es que, cuanto más sé sobre mi historia familiar, más puedo recurrir a especialistas. No sabía que mi abuelo había fallecido joven y nunca lo conocí, pero descubrí que era un orador público increíble gracias a la historia familiar. Cuando voy a dar un discurso y estoy nervioso, digo: «Dios, envía al abuelo Elroy».

00:36:14 ¿Puedes enviar al abuelo Elroy? Sé que se le daba muy bien esto. Y lo siento cerca. ¿Te imaginas que, en la próxima vida, aunque no lo haya conocido en esta, voy a estar mucho más conectado con él cuando lo vea? Gracias, abuelo, por echarme una mano. ¿Por qué no viene Jesús a rescatarnos siempre? Porque quiere delegar eso para que las personas que están al otro lado del velo puedan tener la alegría de participar en

nuestra salvación. Es genial. Piensa en todas las personas por las que has realizado obra del templo. ¿No querrían ellas, de forma desesperada, hacer algo por ti? Yo hice esto el otro día. Estoy escribiendo mi musical de Broadway y me estoy encontrando con grandes obstáculos. Un bloqueo creativo que ni se pueden imaginar, amigos míos. De hecho, hice una oración mientras caminaba, porque tengo TDAH y suelo orar mucho mientras camino.

00:36:57 Y hacerlo en voz alta ayuda mucho. Hablando en voz alta, digo: «Dios, sé que entre las personas para las que he realizado el trabajo del templo hay escritores realmente buenos. ¿Podrías enviar a uno o dos de ellos para que me ayuden a superar este bloqueo creativo?». Y vuelvo a sentarme. Fue alucinante. Las palabras fluyeron, fluyeron, fluyeron de forma maravillosa en ese momento. Y sentí la ayuda divina. Y puedo imaginarme la alegría de estas personas que piensan: «Ya sabes, cuando Dios creó el plan, ¿te acuerdas de lo que dijo? Dijo: "¿A quién enviaré?". ¿No crees que podría haber ahí un microcosmos para nosotros cuando decimos: "Ya sabes, Hank Smith está orando ahora mismo y realmente necesita ayuda con esto. Necesita ayuda con esta cosa concreta"? Y Dios dice: «¿Quién quiere ir?». ¿No es un momento genial de libre albedrío que tu bisabuelo, que resulta ser muy bueno en aquello con lo que tú estás luchando, diga: «Ooh, ooh, elígeme a mí»?

00:37:49 Es una idea genial. Él piensa: «Oh, quiero estar ahí. Quiero estar ahí para mi bisnieto, Hank». Y quizá, justo cuando sales por la puerta, te transmite un pequeño pensamiento. Simplemente creo que hay mucho más de eso sucediendo entre bastidores de lo que nos damos cuenta. Y voy a cambiar de tema para hablar de mi padre, porque él también falleció prematuramente a causa de una demencia vascular. Mientras padecía la demencia, estaba sentado en el asiento del copiloto. Y le escribí una canción. Era una mezcla de «Fight Song» y «Amazing Grace». Porque mi padre me enseñó que, cuando las luchas de nuestra vida se vuelven demasiado duras para enfrentarlas por nuestra cuenta, puedes entregarlas a la gracia y dejar que la gracia luche por ti. Ese fue el legado que me dejó: enseñarme eso.

00:38:27 Voy conduciendo y simplemente digo: «Pon esta canción y luego hazme una reproducción aleatoria inteligente basada en ella». Pues bien, cuando terminó esa canción, ¿adivinas cuál fue la segunda que sonó? Esa canción que escribí para mi padre. Y allí estaba él, en el asiento del copiloto, en uno de los últimos momentos que pasé con él. Las probabilidades de que eso ocurriera son cero. Cero. Pero eso es lo que pasó. Así que creo

que puede suceder. Así que, si buscas un pequeño empujón para que Dios te inspire con la música, prueba ese principio.

Hank Smith: 00:38:54 Estaba pensando en tu pregunta. Se me han ocurrido un par de cosas. Una: no sé qué edad tenía. Debía de tener, ya sabes, 13 o 14 años cuando escuché *Los Miserables* por primera vez. La mera historia de la redención me conmovió de verdad. Probablemente sea una experiencia muy común , porque está un peldaño por debajo de las Escrituras, pero está ahí mismo. Es un buen rincón de la casa, como has dicho, Steven. También recuerdo haber leído la letra. Eso tuvo que ser aún más atrás en el tiempo. Recuerdo haber leído la letra y debía de tener menos de diez años. Debía de tener ocho o nueve años. Estaba leyendo la letra de «Hay una colina verde muy lejos». Estaba sentado en la iglesia y la cantaron en la reunión sacramental, y yo simplemente me quedé allí sentado leyéndola. No sé muy bien por qué.

00:39:42 Mi pequeño cerebro con TDAH. Leí: «Hay una colina verde muy lejos, sin murallas». Y podía verla. Donde el querido Señor fue crucificado, el que murió para salvarnos a todos. Oh, ¡cuánto, cuánto nos ha amado! Debemos amarlo también y confiar en su sangre redentora, y esforzarnos por seguir sus obras. Todavía lo recuerdo. Debía de tener ocho años, pero recuerdo haber leído esas palabras y que me impactaran. No creo que llorara. La última vez que lloré fue cuando los Jazz perdieron contra los Bulls en 1998. Pero creo que ese movimiento provoca algo muy parecido al llanto.

John Bytheway: 00:40:22 Hank, ¿alguna vez cantaste ese himno en el Centro de Jerusalén? La primera vez que fui a Tierra Santa, empezamos a cantar «There is a Green Hill Far Away». Y recuerdo haber pensado: «Bueno, en realidad, está justo ahí». Y así era.

Steven Sharp Nelson: 00:40:37 Hay una colina verde justo al lado.

John Bytheway: 00:40:40 Me quedé tan sorprendido de estar allí. De hecho, está justo al otro lado de eso. ¡Dios mío! Estar allí y pensar lo cerca que estabas de ello. Gracias por mencionarlo. Ese fue el himno de la Santa Cena que pedí en mi despedida de la misión y que aún recuerdo porque también me encantaba su mensaje.

Steven Sharp Nelson: 00:41:01 Hablemos de cómo la música nos ayuda con uno de los mayores motivos de dolor de la vida en estos momentos, especialmente para los padres, los padres que nos escuchan, y los abuelos que están ahí. Uno de los mayores motivos de dolor es que hay muchas reuniones de testimonios en las que un abuelo o un padre se levanta y se lamenta por un hijo perdido. Una oveja

perdida. Una oveja que se ha descarriado, sea cual sea el término que se utilice, que ha abandonado la Iglesia. Se utiliza el término «crisis de fe». Y, hermanos, les invito a que se unan a mí en una pequeña cruzada para intentar cambiar y replantear el concepto de «crisis de fe». No me gusta ese término. Estoy de acuerdo con el élder Holland. Él dice: «Tener fe es estar en crisis». Así que, para referirnos a personas que quizá estén tomando un camino más tortuoso y buscando otros rumbos, yo diría que hablemos de «camino de fe» en lugar de «crisis de fe». Las palabras pueden ser poderosas.

00:41:56 Creo que todos deberíamos considerarnos en algún tipo de crisis. Y por eso necesitamos a Cristo. En lugar de señalar a la gente como si nosotros no estuviéramos en crisis, pero tú sí. Creo que eso nos separa. Y traza una especie de abismo entre nosotros. No ayuda en nada. Pero quiero contar una historia sobre algo que realmente me ha ayudado con esto, y espero que sea útil para la gente que nos escucha. Es la parábola de la cola para el encuentro con el artista. Quiero compartirla a la luz de lo que significa en relación con dos puntos delicados. Hagamos una pausa en el punto delicado para los padres de un hijo que está atravesando un largo proceso de búsqueda de la fe. Y pasemos a otro punto delicado que a menudo me expresan, aunque sea relativo. Hay gente que espera en la cola de «meet and greet» entre dos y tres horas. Lo primero que me dicen cuando me dan la mano después de ver el espectáculo, tras esperar tanto tiempo, es: «Ay, qué pena que mi hijo no haya seguido con el piano o el violonchelo». «Me da mucha pena no haber hecho lo suficiente». Era un bajón. Ya sabes, ahí estaba yo, intentando dar este espectáculo y atender la cola para saludar al público, manteniendo mi energía lo más alta posible. Y alguien me dice: «Estoy deprimido». Y yo: «Oh».

Hank Smith: 00:43:14 Esperé en la cola para decírtelo.

John Bytheway: 00:43:15 He hecho cola para decirte que has suspendido.

Steven Sharp Nelson: 00:43:20 Es como: «Vale, gracias por venir». Cualquier cosa que dijera ahora sonaría muy cutre después de eso. Me pasa tantas veces que Alma me dice que puedo orar por mi rebaño, y este es el rebaño. Le dije: «Dios, esto me está costando mucho. Es muy deprimente. No sé qué decir. ¿Puedes ayudarme?». Lo que se me ocurrió fue realmente genial. De lo más genial. Y tiene que ver con nuestro punto débil, ese punto débil como padres del que estaba hablando. Me dijo: «La próxima vez que te encuentres en la fila para saludar a la gente, yo te cubro». Simplemente me dijo: «Tú abre la boca. Yo pondré las palabras». Le dije: «Vale. Ya he visto que eso pasa antes. Lo

volveré a intentar». Se me acercó una mujer y me dijo: «Me da mucha pena que mi hijo haya dejado el piano». Levanté la vista pensando: «Este es el momento». La miré y le dije: «Cada segundo que tu hijo pasó con ese instrumento valió la pena».

00:44:19 Cada segundo que pasó en el banco del piano amplió su mente, mejoró su confianza y aumentó su autodisciplina. Cada segundo contó». Ella me miró como si se hubiera quitado un peso de encima y lo hubiera dejado ir. Sé que suena muy tonto, pero fue un intercambio muy profundo. Desde entonces, he descubierto muchas cosas al respecto. Fue muy especial. Vivimos ese momento maravilloso. Lo he utilizado innumerables veces desde entonces. Cada segundo dedicado a ese instrumento contaba, importaba y ejercitaba ambos hemisferios del cerebro. Y lo utilizo con personas que se arrepienten de haber abandonado el instrumento. Ahora apliquemos esto al punto de dolor de un padre o una madre que siente que no ha hecho lo suficiente. Un abuelo o una madre que siente que no ha hecho lo suficiente por su hijo, que está recorriendo un largo camino de fe.

00:45:15 Me dirijo a ti. Dios te ama y ama tu esfuerzo. Y puedo decir con suficiente confianza que supongo, y espero, que si te acercaras a Dios y le dijeras: «Ay, ojalá mi hijo o mi hija se hubieran quedado en la iglesia», Él te miraría y te diría: «Cada segundo que pasaron en ese banco importó, contó y enriqueció su vida para siempre». Y aquí es donde la cosa se pone especialmente bonita. Veamos el Salmo 78, versículo siete. a fin de que pongan en Dios su confianza y no se olviden de las obras de Dios. Voy a relacionar esto con Proverbios 22:6, que es el quid de la cuestión. «Instruye al niño en su camino y aun cuando fuere viejo, no se apartará de él». Eso no puede ser cierto en todos los casos.

00:46:10 Esta es otra forma de interpretarlo: «Instruye al niño en el camino que debe seguir, y no se apartará de él». Cada segundo que leíste las Escrituras, cada segundo que intentaste y fallaste en «Ven, sígueme». Cada segundo que insististe en que estuvieran en ese banco de la iglesia, cada segundo importó, contó y nunca los abandonará. Lo último que diré al respecto es esto: si tu definición de éxito familiar o de éxito como padre o abuelo se basa, depende de algo que no puedes controlar, nunca serás feliz. En cambio, ¿y si tu definición de éxito fuera «amo a mi hijo y él lo sabe»? Basa tu definición de éxito como padre, abuelo o familia en algo que puedas controlar y tu vida cambiará.

Hank Smith: 00:47:17 Vaya. Ha sido maravilloso, Steven. Eso nunca se le olvidará.

Steven Sharp Nelson:	00:47:22	Hay una palabra que aparece una y otra vez en los Salmos, y es «selah». «Selah» es significativa. ¿Por qué? Porque «selah» significa pausa. Para mí, «selah» es la versión de los Salmos de la fermata. La fermata en la música. Para aquellos que no pueden ver y están escuchando, es como un arco sobre un punto. Así que se parece un poco a una vista aérea. ¿Qué significa cuando se coloca sobre una nota? De hecho, es mi símbolo musical favorito.
John Bytheway:	00:47:53	Fíjate en el director de orquesta.
Steven Sharp Nelson:	00:47:54	Sí. «Hold». Significa mantener esa nota. Y lo mejor de todo es que queda a discreción del artista o del director decidir cuánto tiempo se mantiene. De repente, está en tus manos. Aunque sea la música de Dios, de repente te preguntas: «¿Cuánto tiempo debo mantenerla?». Es precioso porque aquí es donde volvemos también a Mozart. Mozart dijo que la música no está en las notas, sino en el espacio entre ellas. Yo diría que los Salmos, el significado de los Salmos, no está necesariamente en las palabras, sino en el espacio entre ellas. Ese espacio está entre tú y el Señor, y en cómo los grabas en tu mente, como hemos comentado, y en cómo te conviertes tú mismo en un salmista. Cómo tus experiencias se convierten en tus salmos, tus historias, tus parábolas. También diría esto: he descubierto que la vida no está en nuestras expectativas, sino en el espacio que hay entre ellas.
	00:48:50	A menudo tenemos estas expectativas que nos son impuestas o que nos imponemos a nosotros mismos, y que provienen de un sistema o de una persona. Y cuando no se cumplen, sentimos esta tensión. Es una tensión entre el tiempo humano y el tiempo divino. Vivimos en la abundancia, y eso puede crear una sensación de control sobre nuestros resultados. Así que, cuando un resultado no se produce como queremos, no solo sentimos que algo se ha roto, sino que es una traición. De ahí provienen nuestros problemas de confianza. Pero para conciliar esto, las expectativas en este mundo pueden tomarse con ligereza, mientras que la fe se afianza en la creencia de que, en última instancia, la resolución y la liberación se producirán, pero según los términos de Dios.
	00:49:30	«Esperad milagros», del presidente Nelson. Reflexionemos sobre ello. Su enseñanza nos anima a estar abiertos a la intervención divina, pero sin pretender que se produzca en un momento o de una forma concretos. A menudo, si te quedas atrapado en las expectativas en lugar de en el espacio que hay entre ellas, puedes sentirte infeliz en tu vida. Recuerda «selah», que significa «pausa», «quédate quieto». La fermata depende

		de ti: mantén esa pausa todo el tiempo que puedas o quieras. Pero recuerda también que la sinfonía es del Señor. La tensión entre nuestro tiempo y el tiempo divino de Dios es, sin duda, intensa. Pero lo que yo diría es: fíjate en el espacio que hay entre las expectativas de tu vida. Encuentra allí un sentido. Encuentra felicidad, encuentra alegría, encuentra consuelo, encuentra quietud en el espacio entre las expectativas. Y eso es lo que significa «selah» para mí.
Hank Smith:	00:50:19	Steven, ha sido fantástico. Tengo páginas y páginas de notas. John, ¿has estado intentando anotar todo esto, toda esta sabiduría?
John Bytheway:	00:50:27	Sí. Es realmente bueno.
Hank Smith:	00:50:29	Ni siquiera nos avisa de lo que viene. Simplemente suelta algo muy perspicaz y profundo y sigue adelante. Y yo pienso: «Bueno, espera. Espera. Déjame apuntarlo». Sí, avísanos cuando estés a punto de cambiarlo todo, de cambiar todo mi paradigma. Antes de que te dejemos marchar, danos una última reflexión. Oye, ¿te has dado cuenta de lo que he hecho ahí? ¿Qué quieres que recuerden nuestros oyentes?
Steven Sharp Nelson:	00:50:50	Creo que me gustaría hablar de algo que es, en cierto modo, un tema inconcluso en muchas de nuestras vidas. He descubierto que no hay oraciones sin respuesta. Solo hay oraciones inconclusas. Recuerdo que hace un tiempo estaba en medio de una entrevista. Habíamos tenido muchísimas entrevistas al principio de The Piano Guys porque la gente se quedaba perpleja. Se preguntaban: «¿Por qué tienen éxito The Piano Guys? Estos chicos no son estrellas del rock. No encajan en el molde. Ya sabes, nadie cuelga sus fotos en las taquillas de ningún sitio. Es como: «¿Quiénes son estos tipos?». Pero nos hacían esa pregunta muy a menudo. «¿Cómo lo han conseguido?». Por ejemplo: «¿Y si la gente quiere hacer lo mismo que ustedes?». «Esas personas que también son tan frikis como ustedes, ¿cómo podrían hacer lo que hacen?». «¿Qué consejo les darías?». Y eso suponía mucha presión.
	00:51:30	Y sentía que solo soltaba tópicos. Así que decía: «Bueno, practica mucho. Esfuérzate. Vive tu sueño». Era tan empalagoso. Recuerdo que un día empecé con eso, y era en una publicación liberal. Así que tenía mucho cuidado con lo de la espiritualidad —algo que, por cierto, ya no hago—, porque la gente te va a criticar digas lo que digas, así que más vale ser uno mismo. Yo soy simplemente yo mismo, así que expreso mi testimonio siempre que me sale de forma natural y sin resultar prepotente. Y dije: «¿Sabes qué? El único consejo que puedo

dar es la única forma que hemos visto que ha funcionado en nuestras vidas y la única explicación que tenemos para el éxito, y es una cita de un hombre llamado Ezra Benson». Y cité textualmente la cita que John está a punto de leerte.

John Bytheway: 00:52:10 El presidente Ezra Taft Benson dijo: «Los hombres y las mujeres que entregan su vida a Dios descubrirán que Él puede sacar mucho más provecho de su vida de lo que ellos mismos pueden. Él profundizará sus alegrías, ampliará su visión, agudizará su mente, elevará su espíritu, multiplicará sus bendiciones, aumentará sus oportunidades, consolará su alma, les proporcionará amigos y derramará paz».

Steven Sharp Nelson: 00:52:36 En primer lugar, si te estás preguntando: «¿Cómo entrego mi vida a Dios?», ya lo estás haciendo. Ya has empezado. Tus pies están en ese camino. Y, para terminar, quiero recitar mi salmo favorito y mis versículos favoritos de él. Voy a terminar con eso. Y tiene que ver con los pies en el camino. Tus pies ya están en ese camino, en primer lugar. En segundo lugar, qué hacer a continuación. Diré que la razón por la que es difícil expresar esto y por la que rehuimos el «cómo» es porque es diferente para cada uno. Es algo personal. Es algo entre tú y el Señor. Si nos pusiéramos en plan «influencers de Instagram» y te explicáramos exactamente una fórmula de cómo hacerlo, en realidad podría ser más un obstáculo que una ayuda, porque eso tiene que ser algo entre tú y el Señor. Sin embargo, no quiero decepcionarte con una respuesta evasiva.

00:53:34 Me encantaría compartir al menos lo que me funcionó a mí, con la esperanza de que te ayude a dar el siguiente paso. Tras el primer paso de pedir, da el siguiente paso. El presidente Oaks dio un magnífico discurso titulado «Bueno, mejor, óptimo». La inspiración para lo que voy a contarte proviene de ahí. Sin embargo, hay un toque muy personal en todo esto. Cuando escuchamos un discurso como ese, a veces sentimos la presión. Y esto me encanta. Cuando estábamos hablando de este discurso en el quórum de élderes, uno de mis buenos amigos, Mike, levantó la mano. Dijo algo así como: «¿Puedo aclarar algo? Todos vosotros estáis hablando de “bueno, mejor, excelente”, pero hay muchos de nosotros que realmente nos cuesta mucho llegar siquiera a lo “bueno”». Y me identifiqué mucho con eso. Dejen a un lado el escrupulismo. Dejen a un lado el perfeccionismo tóxico.

00:54:25 Sé cómo se siente eso. Por el amor de Dios, crecí en el mundo de la música clásica. Dejen todo eso a un lado. Quiero que hagan borrón y cuenta nueva. ¿Pueden despejar su mente y empezar de nuevo conmigo? Empiecen, en cambio,

simplemente por su relación con Dios. Empecemos por ahí. He trabajado mucho en esto con mis jóvenes adultos solteros. Hay tantas expectativas. «Bueno, tienes que hacer esto. Tienes que hacer aquello. Tienes que cumplir con un llamamiento. Tienes que casarte. Tienes que estudiar. Tienes que conseguir un trabajo». Deja todo eso a un lado. Quiero que quites todo del plato. Y quiero que solo haya una cosa en ese plato. Y esa cosa eres tú y tu relación con Jesús. Empieza por ahí. ¿Cómo entregamos nuestra vida a alguien como Jesús? Bueno, tenemos que llegar a conocerlo. Tenemos que hablar con él. Este es el comienzo del camino para entregar tu vida a Dios.

00:55:17 La razón por la que lo llamo «bueno, mejor, excelente» es porque no quiero crear en ti la expectativa de que cada día vaya a ser un éxito rotundo. Al igual que no todas las canciones que escribo serán éxitos ni todos los golpes de béisbol serán jonrones. No todos los días en los que intentes entregar tu vida a Dios serán óptimos. Pero serán buenos. Y hay días en los que «bueno» es suficiente. Elige tu libro favorito de las Escrituras. Y te recomiendo encarecidamente que sea el Libro de Mormón. ¿Por qué? Porque es el libro que más nos acerca a Dios. Es el libro que más habla de Jesús. Y es el libro que más habla de Cristo. Es mi libro favorito. Te recomiendo encarecidamente que utilices el Libro de Mormón. El Libro de Mormón es un punto de partida para entablar una conversación con Dios.

00:56:04 Eso es todo. Empecemos por ahí. Lo que vamos a hacer es sacar una hoja de papel, abrir la pantalla del ordenador o un iPad. Yo dudaría en usar el móvil porque hay demasiadas distracciones. Es mejor un teclado. ¿Escriben a mano o a máquina? Eso lo deciden ustedes. Tiene que ser escribir, ya sea a mano o a máquina. Y aquí es donde entra en juego el salmista. Si no escribimos lo suficiente, simplemente no va a funcionar. Quiero que saquen su agenda, su calendario. Quiero que todo lo que forma parte de su vida esté sobre la mesa. Estamos hablando de su vida. Tenemos abierto nuestro Libro de Mormón. Y digan una oración en voz alta a Dios, y derramen todo lo que llevan dentro. No se trata de una oración para nutrir y fortalecer, ni de una para humedecer, ¿vale? Sé que esas son oraciones estupendas, pero esta es una oración en la que hay que profundizar de verdad. Pongan sus cargas sobre Él.

00:56:48 Desahoga tus pensamientos. Pídele ayuda. Dilo en voz alta para no distraerte. Luego ve al Libro de Mormón y empieza a leer. Puede ser donde lo dejaste. Puede ser una página abierta al azar. Puede ser en «Ven, sígueme», lo que tú quieras. Abre el libro. Empieza a leer. Cuando una palabra, una frase o un versículo te llame la atención —puede ser un versículo, dos o

tres—, cuando te llame la atención, es Dios indicándote: «Quiero hablar contigo». Me encantaría hablar contigo. Entonces, lo que haces es que has abierto la puerta, y ahora quiero que escribas hasta que no quede nada de tinta en ese bolígrafo, nada en tus dedos. Probablemente, ese primer párrafo será una porquería. Así es como yo también compongo música. Puede que sea un flujo de conciencia.

00:57:33 Simplemente escribe y, al poco tiempo, se pondrá realmente bien. Y las cosas de las que has hablado en tu oración en voz alta podrían estar relacionadas con el pasaje de las Escrituras que acabas de leer. O quizá no. Podría tratarse de algo con lo que estabas luchando mentalmente. Podría ser algo de lo que estás intentando arrepentirte. Podría ser alguien a quien estás intentando amar. Y sea cual sea la impresión que te llegue en ese momento, quiero que la plasmes en el papel y la expreses por escrito. Simplemente sigue, sigue, sigue. Y luego, cuando llegues al final y creas que ya no te queda nada, quiero que hagas como el élder Scott. Y quiero que digas: «¿Hay más?». Y, a menudo, en ese momento se abrirán las compuertas. Y tendrás una conversación con Dios y empezarás a entregarle tu vida, preguntándole: «¿Qué hago hoy? ¿Cómo, qué hago para entregarte mi vida?». Y Él te lo dirá.

00:58:17 Lo que acabo de describir es el mejor escenario posible. No sucederá todos los días, pero lo «bueno» y lo «mejor» contribuirán a lo «excelente». ¿Qué quiero decir con eso? Si estás teniendo un día difícil y lo único que haces al final del día —lo único que haces a lo largo del día— es escuchar el Libro de Mormón en audio mientras conduces, eso es bueno. Y algunos días eso es suficiente. Empieza por ahí. «Mejor» es cuando lo abres y subrayas algunas cosas. Reflexionas sobre ello. Dedicas 10, 15 minutos, quizá más. Eso es «mejor». «Bueno», «mejor», «excelente». «Excelente» es lo que he descrito: la oración en voz alta seguida de esta sesión de escritura en la que colaboras con Dios para obtener revelación para tu propia vida. Así es como he descubierto cómo puedo entregar mi vida a Dios. Él me ha dado una revelación tras otra en esos días mejores, que, sinceramente, para mí son una o dos veces a la semana, si es una buena semana. Esos días mejores me aclaran muchas cosas, amplían mi mente y me elevan tanto que te encontrarás inmerso en la obra que Dios tiene preparada para ti, y ocurrirán milagros, y podrás esperarlos.

John Bytheway: 00:59:26 Eso es precioso. El Libro de Mormón nunca me ha decepcionado. Solo quiero sumar mi testimonio al tuyo: ahí es donde esa conexión puede realmente comenzar, crecer y continuar. Gracias por eso.

Steven Sharp Nelson:	00:59:42	Abre toda tu vida a Dios, ponla sobre la mesa, literal y figuradamente, y deja que Él dirija tu vida para tu bien. Y eso es entregar tu vida a Dios. Puedes hacerlo todos los días, pero recuerda que no todo va a salir a la perfección cada día. Y sé indulgente contigo mismo por ello. Bien, mejor, lo mejor.
Hank Smith:	00:59:58	Ya puedo ver que lo que he escrito va a tener un gran impacto en mi forma de criar a mis hijos, en mi forma de pensar, en cómo trato a mi mujer; mi deseo de ir al templo ha aumentado. La mentira favorita de Satanás es que las cosas nunca mejorarán.
John Bytheway:	01:00:13	Y voy a cambiar mi dieta. Se acabaron las patatas fritas recalentadas.
Hank Smith:	01:00:17	Sí. Se acabaron las patatas fritas recalentadas. Steven, gracias. Gracias por formar parte de followHIM.
Steven Sharp Nelson:	01:00:23	Muchísimas gracias. Solo quiero terminar con mi himno favorito. Mi salmo favorito de todos los tiempos es el Salmo 119. «Tu palabra es lámpara para mis pies y luz para mi camino». Jesús es real. Es tan real. Te ama y quiere conectar contigo y pasar tiempo contigo. Eso es lo que busca. Y te prometo que puedes lograrlo. Pero recuerda esto: «Luz bondadosa, guíame en medio de la oscuridad que me rodea. Guíame. La noche es oscura y estoy lejos de casa. Guíame. Guarda mis pasos; no pido ver el panorama lejano. Un paso me basta. Al terminar este podcast, no te preocupes por el panorama lejano. No se preocupen por el mañana, pues el mañana se preocupará de sí mismo. Aunque la noche sea oscura y estés lejos de casa, Él te guiará. Lo que espero que hayamos aprendido de esto es que Jesús no solo nos ha grabado en las palmas de sus manos, sino que nos ha grabado en los salmos de sus manos, porque los Salmos son de Él. Y tus salmos personales pueden ser de Él si le entregas tu vida . Doy mi testimonio de que Jesús es el Gran Libertador, es el Gran Abogado, y que su amorosa bondad es suprema.
Hank Smith:	01:02:05	Te queremos, Steven Sharp.
Steven Sharp Nelson:	01:02:06	Gracias. Yo también los quiero.
Hank Smith:	01:02:08	Sí, claro que sí. Queremos dar las gracias a Steven Sharp Nelson por ser nuestro invitado hoy. Queremos dar las gracias a nuestra productora ejecutiva, Shannon Sorensen. Te queremos, Shannon. Queremos dar las gracias a nuestros patrocinadores, David y Verla Sorensen. En cada episodio, recordamos a nuestro

fundador, Steve Sorensen. Tenía tu energía, Steven. Esperamos que nos acompañes la semana que viene. Vamos a seguir con los Salmos en followHIM.



Hank Smith:	00:03	Bienvenidos a «FollowHIM Favorites». Aquí es donde John y yo compartimos una historia que acompaña a la lección de cada semana. John, esta semana estamos en el libro de los Salmos. Es la primera de tres lecciones, y tengo una historia para ti. ¿Has oído hablar alguna vez del almirante William H. McCraven?
John Bytheway:	00:19	Sí.
Hank Smith:	00:20	Pronunció un discurso en la ceremonia de graduación de la Universidad de Texas en 2020, y tuvo un gran éxito.
John Bytheway:	00:27	Sí, tengo su librito. El título tiene tres palabras. Imagínate a un general dando una charla que empieza así: «Haz la cama». ¿Estamos hablando del mismo tipo?
Hank Smith:	00:36	El mismo. El mismo. Dio este discurso en la Universidad de Texas. Habló de todas las lecciones que se aprenden en el entrenamiento de los Navy SEAL. De hecho, cuando lo estaba escuchando, pensé: «¡Oh, oh!». Bueno, para la sección «Favoritos» de hoy, quería hablar de una de las lecciones que él aprendió. Dice: «El entrenamiento básico de los SEAL dura seis meses. Largas y tortuosas carreras por arena blanda, baños a medianoche en agua fría, pistas de obstáculos, ejercicios calisténicos interminables, días sin dormir y estar siempre con frío, mojado y sintiéndote miserable. Son seis meses en los que te acosan constantemente guerreros entrenados profesionalmente que buscan detectar a los débiles de mente y cuerpo y eliminarlos para que nunca lleguen a ser Navy SEAL». ¡Madre mía! Aquí es donde empieza a repasar las lecciones. Dice: «A la novena semana del entrenamiento de los SEAL se la conoce como la “Semana del Infierno”.
	01:31	Son seis días sin poder dormir. Acoso físico y mental constante y un día especial en las marismas. Las marismas son una zona entre San Diego y Tijuana donde el agua se escurre y forma los Tijuana Slews, una zona pantanosa donde el barro te engulle. Es el miércoles de la Semana del Infierno, cuando remas hasta las

marismas y pasas 15 horas intentando sobrevivir al frío glacial en el barro. El viento aullaba a y los instructores ejercían una presión incesante para que abandonáramos. El sol comenzó a ponerse el miércoles por la tarde y él estaba con su clase de entrenamiento. Les ordenaron meterse en el barro. El barro se tragó a cada uno de nosotros hasta que no se veía nada más que nuestras cabezas. Los instructores nos dijeron que podríamos salir del barro si tan solo cinco hombres abandonaran. Solo cinco hombres. Podríamos escapar de aquel frío opresivo. Cuando dice «abandonar», se refiere a abandonar todo el programa.

02:35 No llegarán a ser Navy SEAL. Al mirar a su alrededor en la marisma, dice que era evidente que algunos alumnos estaban a punto de rendirse. Todavía quedaban más de ocho horas para que saliera el sol. Ocho horas más de un frío que calaba hasta los huesos; el castañeteo de los dientes y los gemidos de los reclutas, sacudidos por los temblores, eran tan fuertes que resultaba difícil oír nada más. Entonces, una voz comenzó a resonar en la noche. Una voz se alzó cantando, porque esta semana estamos estudiando los Salmos. Son cantos. La canción estaba terriblemente desafinada, pero se cantaba con gran entusiasmo. Una voz se convirtió en dos y dos en tres. Y en poco tiempo, todos los que estábamos en el fango estábamos cantando. Los instructores nos amenazaron con más tiempo en el fango si seguíamos cantando, pero el canto persistió. Y, de alguna manera, el barro parecía un poco más cálido. Y el viento, un poco más apacible, y el amanecer, la salida del sol, no tan lejos. Y él dice lo siguiente: «Si algo he aprendido en mis viajes por el mundo, es el poder de la esperanza, el poder de una sola persona que puede cambiar el mundo dando esperanza a la gente». Así que dice: «Si quieres cambiar el mundo, empieza a cantar cuando estés metido en el barro hasta el cuello».

John Bytheway: 03:51 La música tiene poder. He oído a gente decirlo. Estoy pensando, ya sabes, en los pioneros de las carretillas cantando canciones de W. W. Phelps mientras avanzaban.

Hank Smith: 04:00 Por supuesto. John, ¿alguna vez escuchas alguna canción que te recuerde a tu madre o a tu padre? Cada vez que escucho el himno de los Cougars, pienso en mi padre, los sábados por la mañana temprano quería despertarnos con ese himno de BYU. «Levántense y griten, los Cougars están ahí fuera». Era su forma de decir: «Vamos a animarnos un poco. Vamos a ponernos en marcha».

John Bytheway: 04:18 Sí. Y recuerdo irme a acampar una vez y escuché a alguien, que estaba demasiado animado a esas horas de la mañana, cuando

		empezó a dar vueltas por el campamento cantando para intentar despertar a todo el mundo. Cantaba algo así: «Oh, qué bien es levantarse por la mañana cuando el sol empieza a brillar, a la una, las dos, las tres de la dorada época del verano... ¡Basta ya!».
Hank Smith:	04:35	Oh, eso es genial. Oh, qué mañana tan bonita. Y tú simplemente empiezas a cantar. Pero me encanta. Las canciones, como las que vamos a leer esta semana en el libro de los Salmos, pueden aportar esperanza, quizá cuando nada más puede hacerlo.
John Bytheway:	04:49	Es que, Hank, alguien mencionó que los Salmos eran como el himnario de los antiguos. Todos eran canciones.
Hank Smith:	04:55	Sí. Esperamos que nos acompañen en nuestro podcast completo. Se llama «followHIM». Podéis encontrarlo dondequiera que escuchéis vuestros podcasts. Esta semana estamos con Steven Sharp Nelson. Es miembro de The Piano Guys. Seguro que lo conocéis. Es el violonchelista de The Piano Guys. ¡Y vaya si sabe enseñar! Oh, les va a encantar lo que hace con el libro de los Salmos. Vuelvan aquí la semana que viene. Haremos otro episodio de «FollowHIM Favorites».