

# Exigencias de la vida misional

Adaptado de *Adaptarse a la vida misional* (cuadernillo de recursos, 2013)

Al emprender cualquier experiencia nueva (como unirse a la Iglesia o ir a una nueva institución educativa), uno se siente entusiasmado por la oportunidad y al mismo tiempo nervioso porque no sabe bien qué esperar. Con el tiempo, uno aprende a hacer frente a esos desafíos y crece en el proceso.

La misión no es la excepción. A veces la misión parece una maravillosa aventura espiritual, o al menos un desafío que tú estás en condiciones de manejar. En otros momentos, quizá también te encuentres con problemas o experiencias inesperados que resulten ser más difíciles o desagradables que lo que habías imaginado. Podrías preguntarte cómo salir adelante. Los recursos en los que te apoyaste en algún momento y que te ayudaban a sobrellevar la situación quizá no estén disponibles. En vez de sentirte motivado a esforzarte, quizá termines ansioso, irritable, exhausto o frustrado. Podrías tener síntomas físicos como dolor, malestar estomacal, insomnio o alguna enfermedad. Podría costarte aprender o relacionarte con la gente. Podrías sentirte desanimado o desear darte por vencido.

Las exigencias de la obra misional pertenecen a varias categorías:

## Exigencias generales

Durante toda la misión se experimentan muchos cambios y transiciones. No siempre podrás recurrir a las maneras conocidas de enfrentar dichas situaciones y tendrás que aprender formas nuevas. Las últimas horas de la tarde y los fines de semana, que solían ser momentos de relajamiento, ahora son los momentos más ocupados. Podrías sentirte incómodo. A veces pasarás dificultades. Quizá te preguntes cómo ayudar a otros misioneros que pasan dificultades.

## Exigencias físicas

Es probable que pases 11–12 horas al día de pie, caminando, andando en bici y subiendo escaleras. Es probable que no

duermas tantas horas como antes. Quizá la comida sea extraña. Estarás fuera cuando haya malas condiciones climáticas y estarás expuesto a nuevos gérmenes. El simple carácter nuevo de la situación podría resultar agotador.

## Exigencias emocionales

Podrías sentirte nervioso por todo lo que tienes que hacer y quizá te cueste relajarte. Podrías extrañar tu casa, desalentarte, aburrirte o sentirte solo. Quizá hagas frente al rechazo, el desaliento e incluso el peligro. Quizá te preocupen tu familia y amigos cuando no estés con ellos para ayudarlos.

## Exigencias sociales

Compartirás tu habitación con un compañero con quien bien podrías tener mucho en común como no tenerlo. Se espera que hables con extraños, interactúes con líderes de la Iglesia, llegues a conocer a los miembros de la Iglesia rápidamente y aprendas a amar a los investigadores.

## Exigencias intelectuales

Quizá estés aprendiendo un idioma nuevo. Tendrás que ser capaz de dominar las lecciones y las Escrituras, adquirir habilidades para enseñar y resolver problemas que surjan. Tendrás que planificar, organizar metas, adaptarte a los cambios y solucionar todo tipo de problemas prácticos.

## Exigencias espirituales

Tendrás que esforzarte mucho para fortalecer tu testimonio, resistir la tentación y aprender a sentir y reconocer al Espíritu. Tendrás que aceptar las correcciones, arrepentirte, hacer frente con humildad a tus debilidades y cosas por las que te lamentes, y deberás confiar en el Señor más que nunca antes.

# Adaptarse a nuevas experiencias

Tal como muchas personas que se encuentran en una situación nueva, los misioneros a menudo pasan por cuatro fases o etapas durante su adaptación emocional cuando ingresan en el CCM y nuevamente cuando entran en el campo misional:

## 1. Expectativas

Quizá te sientas entusiasmado ante el desafío (véase 1 Nefi 3:7).

Quizá entiendas mejor cuál es tu objetivo y aumente tu compromiso con el Padre Celestial (véase 3 Nefi 5:13).



## 2. Descubrimiento de lo inesperado

Quizá empieces a extrañar tu casa, tu familia y tus amigos, e incluso cuestionas la decisión de prestar servicio (véase Alma 26:27).

Podrías notar manifestaciones físicas de estrés, como alteración del sueño, cambios en el apetito o irritabilidad.

Podrías sorprenderte al notar que criticas las reglas y expectativas y que estas te ponen impaciente.

Esos sentimientos son normales. Si te enfrentas a alguno de esos problemas o a todos ellos, debes saber que es una situación temporal por la cual pasan muchos misioneros. Cobra ánimo y recuerda que esos sentimientos pasarán y podrás adaptarte.

## 3. “Puedo hacerlo”

Tus aptitudes para enseñar y tu habilidad con el idioma empiezan a mejorar.

Aprendes a cumplir de buena gana con las reglas y expectativas de la misión.

Tienes paciencia contigo mismo al aprender “mandato tras mandato” (véanse Isaías 28:10; Mosíah 4:27).

Los síntomas físicos de estrés, en caso de que hayas tenido alguno, comienzan a disminuir.

## 4. Autosuficiencia emocional

Te sientes a gusto con la rutina diaria.

Reconoces tus puntos fuertes y tu progreso.

Logras comprender qué significa enfrentar la vida paso a paso (véase D. y C. 98:12).

Tienes más confianza en ti mismo y un deseo mayor de prestar servicio.

