

MIEDO ESCÉNICO

ser3986 Solo en la habitación, parte 2
8 de noviembre de 2020 E & L

Como la mayoría de ustedes sabrán, he sido profesor de canto profesional durante casi tres décadas y , además de mi profundo y sincero amor por el ministerio, la enseñanza siempre ha sido una pasión insaciable en mi vida. He tenido la suerte de haber formado a miles de estudiantes en el arte de la voz contemporánea, y algunos de ellos comenzaron conmigo a los 8 años de edad, y ahora están llegando casi a los 30. Eso se siente bien!

Un área que he encontrado que es la más gratificante ha sido ayudar a quienes sufren de pánico escénico. De hecho, estadísticamente, el miedo número uno que tiene la gente en la vida no es el miedo a las alturas, ni a las arañas, ni siquiera el miedo a la muerte; sino el miedo a **hablar en público**. Cantar en público entra en la misma categoría. Es conocido como **trastorno de ansiedad de rendimiento** o “glossophobia” y es en realidad muy relacionado con el **Desorden de Ansiedad Social**.

La forma en que tratamos de combatir esto lograr que los estudiantes asistan a un curso de 6 semanas en el que, literalmente, se enfrentan a su miedo de cantar en público al actuar delante de los otros estudiantes. Cuando terminan, discutimos su interpretación

de la canción como grupo, luego esa persona se sienta y se convierte en un miembro de la audiencia mientras la siguiente persona sube y canta. Entonces, son un miembro de la audiencia y un artista en la misma clase. ¡Funciona muy bien!

La una parte más graciosa de todo esto es el día uno . Todo el mundo tiene tanto miedo, incluso a tomar el curso, que durante la primera, o incluso de segunda clase, no hablan o interactúan y entierran sus caras en sus teléfonos.

Ahora, contrasta esto con el último día cuando terminamos el curso con concierto a todo dar. Ellos simplemente cantan con todo su corazón para todos los amigos y familiares que han invitado. Sin fallar, todos esos estudiantes callados, que ni siquiera se miraban, ahora se abrazan y lloran. ¿Por qué? Porque se han unido al enfrentar **juntos** sus miedos. **Y verlo es increíble.**

Les voy a hacer la misma pregunta que a los estudiantes en el primer día: ***¿Por qué las personas tienen miedo escénico?*** La respuesta es: sienten que están separados del grupo y están en exhibición (como yo ahora), y creen que todas sus acciones están siendo observadas y, por lo tanto, analizadas en busca de errores.

Ustedes están todos allá, juntos en sus grupos, mientras yo estoy aquí. Estoy solo, esperando que les guste. Y eso asusta a la gente.

Verá, hay cierta comodidad y seguridad en ser parte de un grupo. Cuando estamos solos o separados de un grupo, nos volvemos vulnerables, inseguros, y tememos lo peor. Esto no es sólo al hablar en público o al cantar; **aplica para todo.**

Recuerdo que cuando tenía alrededor de 10 años, mis padres me dejaron en casa por un par de horas mientras salían a comprar comida (se podía hacer eso en aquel entonces). Encendí la televisión y estaban pasando una película de miedo llamada “El Exorcista”. Tengo que decirle, yo estaba tan asustado que, literalmente, me oriné encima porque tenía miedo hasta de levantarse para ir al baño. Quiero decir, estaba tan asustado como nunca en mi vida.

¿Sabes lo que pasó? Mis padres volvieron y todo ese miedo se fue. ¿Por qué? Porque ya no estaba solo. El solo hecho de saber que no era solo yo en la habitación me hizo sentir seguro.

Ese es el problema que enfrentamos en la vida. Ya ves, como cristianos, tu y yo estamos **solos**.

SERÁS la única persona que vive tu fe. ESTARÁS separado de todos los demás que no compartan tus creencias. Y entonces, la ansiedad social entra en acción y nos volvemos vulnerables, inseguros y tememos lo peor. Luego, o tratamos de encajar en un grupo de cualquier manera que

podamos o nos volvemos solitarios y evitamos los grupos para escapar de la posibilidad del rechazo.

Por ejemplo, puedo estar en el vestuario del gimnasio y hay un montón de hombres levantadores de peso ahí que están hablando de una chica que vieron haciendo ejercicios, y describiendo con vividos detalles lo que les gustaría hacer con ella. Se ríen y continúan hablando y ahí estoy yo. Lo opuesto a un levantador de pesas. **(El único peso que levanto es el mío propio.)** Siento que debería participar. Es incómodo estar allí sentado en silencio, sin reír como ellos. W sombrero Qué hago? Me uno a en esas conversaciones de manera que me siento a la par? ¿O me mantengo fiel a quién soy?

Ves, esto mismo es lo que sucede con nosotros. Comenzando con los chismes, chistes sucios, emborracharse en una fiesta, ver las cosas que no debemos, nos da miedo escénico cuando otras personas están haciendo estas cosas y no queremos ser los únicos que no lo hacen. ¿Sabes qué? Eso no es nada nuevo. El apóstol Pablo lidió con la misma situación con la iglesia que leemos en 1st y 2nd Corintios.

Verá, en ese momento Corinto era muy metropolitana. Tenía dos puertos que canalizaban a las personas hacia un istmo, lo que lo hacía atractivo para las personas que se quedaban y disfrutaban del botín de la ciudad. Que era como una combinación de Nueva York City y Las Vegas.

Tenía todo tipo de comercio, venían de todos los grupos étnicos, de todas partes del mundo trayendo a la ciudad todos sus bienes, así como sus identidades culturales.

Debido a esto, Corinto aloja al menos 12 templos que eran dedicados a todo tipo de dioses falsos.

Uno de los más infames de éstos era el templo dedicado a Afrodita, la diosa del amor. Tenía en promedio , 1, 000 hombre y mujeres prostituidos en el templo a quienes los adoradores de Afrodita pagarían indulgencias por tener relaciones sexuales con ellos. La inmoralidad de Corinto se hizo tan ampliamente conocida que el verbo griego " corintianizar " pasó a significar "practicar la inmoralidad sexual".

Y así, los cristianos recién convertidos se encuentran atrapados en los hábitos pecaminosos que los rodeaban. ¿Cual fue la respuesta que Pablo da a su iglesia? Veamos la lectura:

2 Corintios 6: 14-18

¹⁴ No formen yunta con los incrédulos. ¿Qué tienen en común la justicia y la maldad? ¿O qué comunión puede tener la luz con la oscuridad? ¹⁵ ¿Qué armonía tiene Cristo con el diablo?^[a] ¿Qué tiene en común un creyente con un incrédulo? ¹⁶ ¿En qué concuerdan el templo de Dios y los ídolos? Porque nosotros somos templo del Dios viviente. Como él ha dicho: «Viviré con ellos y caminaré entre ellos. Yo seré su Dios, y ellos serán mi pueblo».^[b] Por tanto, el Señor añade:...
«Salgan de en medio de ellos, y apártense;

¡ Note algo aquí ! Pablo no dijo que no **“ESTÉN en yugo”** con el incrédulo. Dijo **“no estéis en yugo desigual.”** Nosotros podemos tener relaciones con los incrédulos. Lo que el nos dice es que: “No debemos estar atados a esas cosas en la vida con la que se vamos a estar tirando nosotros todo el peso.” Te vas a cansar , y ya sabes lo que va a pasar después. El más débil eventualmente será dirigido por el más fuerte.

Cuando vemos que estas cosas estan sucediendo en nuestras vidas , tenemos que hacer lo más difícil que hay que hacer. Debemos separarnos. A nadie le gusta eso. Nadie quiere estar fuera del grupo, porque seremos señalados y nos sentiremos incómodos. Queremos la facilidad y la seguridad de hacer lo que hacen los demás.

Es como los cristianos de Corinto. Todo comienza tan inocente, y es así, hasta que migramos a la siguiente etapa, y a la etapa siguiente, y así sucesivamente. Salimos a bares y clubes, tal vez solo cantando karaoke, hasta que finalmente comenzamos a beber. Entonces comenzamos a beber demasiado, porque todos en el grupo lo hacen. Y terminamos tan emborrachados y nos metemos en problemas haciendo cosas que hubiéramos deseado no haber hecho... Estas cosas crecen y crecen porque el mundo acepta estas cosas como normal y cuando suficientes personas dicen que es lo normal , entonces no lo vemos de otra manera.

Bueno, eso fue Corinto. La actitud de la ciudad de Corinto hacia la inmoralidad no implicaba condenación alguna; por el contrario, se consideraba que la inmoralidad era una parte normal de la vida. Y así, se ha abrió camino dentro de la Iglesia y ellos no tuvieron las agallas para decir: ***“No me importa si yo 'soy el único', voy a vivir mi fe. Actuaré para una audiencia de uno: Dios, mi Padre celestial”.***

Mira lo que Pablo les dice en **1st Corintios 5** :

5 Es ya del dominio público que hay entre ustedes un caso de inmoralidad sexual que ni siquiera entre los paganos se tolera, a saber, que uno de ustedes tiene por mujer a la esposa de su padre. ² ¡Y de esto se sienten orgullosos!

¿Orgullosos? ¿Por qué están orgullosos? Eso es asqueroso. Ellos decían, ***“ Sabias que este hombre se está acostando con la mujer de su padre? Ese hombre está loco, verdad? Ja ja ja ! Si, mi hijo siempre se está metiendo en problemas. ”***

¿Suena familiar? ¿Suena como hoy? Nosotros casi admiramos a los que viven en total abandono y los definen como el rebelde que ellos mismo, en el interior, quisieran ser. Actuamos como si nos sorprendiera, pero los admiramos.

Pablo les decía, ***“ ¿Que está haciendo? Están muy orgullosos de ustedes mismos, pero deberían estar apenados y avergonzados... entrégalo a Satanás para que por su naturaleza pecaminosa sea destruida y él mismo sea salvo el día que el Señor regrese.***

¿Lo entendiste? Entregarlo a Satanás. Ese individuo se debe ir, para que aprenda y sea salvado. **Es para su beneficio** que se deben alejar de él y de los que aplauden sus acciones. Verá, hay un gran beneficio en separarse de lo que hacen los demás. ***Estar solo en la habitación es algo bueno para la otra personas, así como para nosotros mismos.***

Es igual a lo que lo que enseño a mis estudiantes en nuestras clases de actuación. Sí, estás separado del grupo y se siente incómodo. Pero mira lo que esto hace. Mira el poder que te da. Si todos en la sala estuvieran cantando al mismo tiempo, y cantan lo que quisieran cantar, sería solo ruido. Pero cuando te separas del grupo, TU VOZ ES ESCUCHADA, TU MENSAJE se oye , tu corazón se siente . Y haces un impacto en otras personas, en la vida de las personas. Tu no puedes hacer esto a menos que estés separado en la habitación.

Mírame. **Si todos estuviéramos** hablando como yo ahora, ¿qué beneficio obtendríamos? Sería una cacofonía (discordia) con o sin mensaje, sin dirección. De nuevo, solo ruido. Hay PODER al estar separando del grupo.

Hay muchas veces que me han preguntado si quiero usar drogas con algunos de mis clientes de grabación y les digo, *“No, gracias. Yo tomo muy en serio mi fe en Jesús y yo no vivo la vida como antes”*. Normalmente, están bien con eso, pero siempre hay alguien que hace algún comentario sarcástico como, **“Que porquería es ser como tu”**. Y me siento estúpido.

Pero no sabes lo que pasa? Con el tiempo, se vuelven a mí y empiezan a pedirme que responda alguna pregunta acerca de Dios o para orar por una situación en la que se encuentran. **(POTS - Potencia En el lugar)** Entonces no estoy sólo en la habitación, ahora estoy tirando del yugo de la relación.

Hay poder en la separación de grupo y en realidad hay poder en el pánico escénico, sí. ¿Sabía usted eso? En realidad no debes querer deshacerte del miedo escénico... completamente. ¿Por qué? Porque nos hace estar en nuestro mejor momento. Nos ponemos nerviosos, llenos de adrenalina y a menudo, eso nos hace estar concentrados y en nuestro mejor momento. Si entro aquí, a esta plataforma, sin ningún miedo escénico, eso significa que no me importa.

Cuando te separas de la situación de pecado en la que te invitan a participar, ese momento te hará sentir incómodo, sí, pero concentrado. Tu sangre bombeará y cuando tengas la oportunidad de compartir tu fe, verás un lado de ti que te sorprenderá. Te abrazaste al miedo de actuar, no para el grupo, sino para una audiencia de uno. El Uno, que vivió y murió para liberarnos de las garras del pecado. ¿Ya tienes una relación con Jesús?

Invitación:

A- Admitir: que tus pecados te han separado de Dios. **(Sal. 14: 1-3; Rom 3: 23);**

B-Creer - que Dios hizo algo por tus pecados a través de Jesucristo. (El final Pascal Lamb / Messiah.) (**Lev 17:10; Hebreos 9: 19-22**);

C-Someterse- a su justicia al confesar a Jesús como Señor y Salvador. (**Isa 53: 5; Col 1:22**);

D-Hágalo hoy! (**Isa 49: 8; 2 Cor 6: 2**).

Si eso es algo que quieres hacer, simplemente reza esta oración conmigo.

Padre Celestial, Me arrepiento por las cosas que he hecho que están mal: soy un pecador; Perdóname. Gracias por amarme y enviar a tu Hijo, Jesús, a pagar la pena por mi pecado. Espíritu Santo, entra en mi corazón; Jesús, Se mi Señor y mi Salvador. Te entrego mi vida. ¡Amén!

ser3986, Stage Freight (Solo en la habitación, Pt 2) de Stephen Childs

TOTAL PALABRAS 2192
16.8 minutos