



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**FACULTAD DE DERECHO Y HUMANIDADES
ESCUELA DE EDUCACIÓN SECUNDARIA**

**Efectividad del retiro espiritual en la actividad religiosa en
estudiantes de secundaria de una institución educativa, Iquitos,
2023**

**TRABAJO DE SUFICIENCIA PROFESIONAL PARA OBTENER EL TÍTULO
PROFESIONAL DE:**

Licenciado en Educación Secundaria

AUTOR:

Ortiz Muñoz, Jose Martin (orcid.org/0009-0001-0830-8478)

ASESOR:

Mg. Pacheco Pumaleque, Alex Abelardo (orcid.org/0000-0001-9721-0730)

LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA:

Apoyo a la reducción de brechas y carencias en la educación en todos sus niveles

LIMA – PERÚ

2024



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

FACULTAD DE DERECHO Y HUMANIDADES

PROGRAMA DE TITULACIÓN

Declaratoria de Autenticidad del Asesor

Yo, PACHECO PUMALEQUE ALEX ABELARDO, docente de la FACULTAD DE DERECHO Y HUMANIDADES de la escuela profesional de EDUCACIÓN SECUNDARIA con especialidad Religión de la Universidad César Vallejo SAC - TRUJILLO, asesor de Trabajo Suficiencia Profesional titulado: "Efectividad del Retiro espiritual en la actividad religiosa en estudiantes de secundaria de una institución educativa, Iquitos, 2023", cuyo autor es ORTIZ MUÑOZ JOSE MARTIN, constato que la investigación tiene un índice de similitud de 13.00%, verificable en el reporte de originalidad del programa Turnitin, el cual ha sido realizado sin filtros, ni exclusiones.

He revisado dicho reporte y concluyo que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio. A mi leal saber y entender el Trabajo Suficiencia Profesional cumple con todas las normas para el uso de citas y referencias establecidas por la Universidad César Vallejo.

En tal sentido, asumo la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto de los documentos como de información aportada, por lo cual me someto a lo dispuesto en las normas académicas vigentes de la Universidad César Vallejo.

TRUJILLO, 06 de Junio del 2024

Apellidos y Nombres del Asesor:	Firma
ALEX ABELARDO PACHECO PUMALEQUE DNI: 41651279 ORCID: 0000-0001-9721-0730	Firmado electrónicamente por: AAPACHECOP el 06- 06-2024 21:02:24

Código documento Trilce: TRI - 0756966



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

FACULTAD DE DERECHO Y HUMANIDADES

PROGRAMA DE TITULACIÓN

Declaratoria de Originalidad del Autor

Yo, ORTIZ MUÑOZ JOSE MARTIN identificado con N° de Documento N° 09975334, estudiante de la FACULTAD DE DERECHO Y HUMANIDADES y de la escuela profesional de EDUCACIÓN SECUNDARIA con especialidad Religión de la Universidad César Vallejo SAC - TRUJILLO y del PROGRAMA DE COMPLEMENTACIÓN UNIVERSITARIA, declaro bajo juramento que todos los datos e información que acompañan el Trabajo Suficiencia Profesional titulado: "Efectividad del Retiro espiritual en la actividad religiosa en estudiantes de secundaria de una institución educativa, Iquitos, 2023", es de mi autoría, y por lo tanto:

1. No ha sido plagiado ni total, ni parcialmente.
2. He mencionado todas las fuentes empleadas, identificando correctamente toda cita textual o de paráfrasis proveniente de otras fuentes.
3. No ha sido publicado, ni presentado anteriormente para la obtención de otro grado académico o título profesional.
4. Los datos presentados en los resultados no han sido falseados, ni duplicados, ni copiados.

En tal sentido asumo la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto de los documentos como de la información aportada, por lo cual me someto a lo dispuesto en las normas académicas vigentes de la Universidad César Vallejo.

Nombres y Apellidos	Firma
JOSE MARTIN ORTIZ MUÑOZ DNI: 09975334 ORCID: 0009-0001-0830-8478	Firmado electrónicamente por: JORTIZMU11 el 06-06- 2024 11:54:56

Código documento Trilce: TRI - 0756967



Dedicatoria

A Dios por la vida y darme sabiduría.

A mi querida esposa e hija por darme su apoyo, amor y comprensión incondicional que fueron una inspiración para elaborar este trabajo.

A mi madre, por sus sabios consejos que me motivaron a conseguir mis metas y objetivos con mucho optimismo.

Agradecimiento

A mi asesor, por su asesoramiento a lo largo del desarrollo del presente estudio.

A mis amigos y compañeros que me apoyaron en momentos difíciles.

A la Universidad César Vallejo por darme la oportunidad de culminar mis estudios de licenciatura.

Índice de contenidos

Carátula.....	i
Declaratoria de autenticidad del asesor.....	ii
Declaratoria de originalidad del autor.....	iii
Dedicatoria	iii
Agradecimiento.....	iv
Índice de contenidos.....	v
Resumen	vii
Abstract	viii
I. INTRODUCCIÓN.....	28
II. MARCO TEÓRICO	31
III. METODOLOGÍA.....	38
3.1 Aspectos temáticos	38
3.2 Escenario de la experiencia profesional	38
3.3 Participantes.....	39
3.4 Aspectos éticos	40
IV. EXPERIENCIA PROFESIONAL.....	41
4.1 Descripción de Experiencia	41
4.2 Impacto de la Experiencia	44
V. CONCLUSIONES.....	49
VI. RECOMENDACIONES	50
REFERENCIAS	51
ANEXOS	54
Tabla 1	54
Practicar la meditación de la Biblia.....	54
Tabla 2	54

Encuesta sobre el estudio de la Biblia	54
Tabla 4	55
Tabla 5	55
Meditación de la Biblia.....	55
Figura 1	56
Tabla 7	56
Práctica de la oración	56
Tabla 8	57

Resumen

Este trabajo académico se enfocó en la labor docente relacionada con la promoción de una vida saludable, específicamente vinculada al Objetivo de Desarrollo Sostenible número 3: Salud y Bienestar. Se llevó a cabo un estudio en el año 2023 en una institución educativa en Iquitos, donde se evaluó la efectividad de un retiro espiritual en la actividad religiosa de los estudiantes. Durante el estudio, se destacaron las diversas actividades diarias que forman parte de la vida cristiana y su impacto en la participación de los estudiantes. Se examinó detalladamente la influencia del retiro espiritual en la meditación de la Biblia, la comunión a través de la oración y el testimonio cristiano en las relaciones interpersonales. Los resultados obtenidos revelaron mejoras significativas en la capacidad de los estudiantes para participar en su desarrollo espiritual personal de manera cotidiana. Además, se observó un aumento en la confianza y la fe en Dios entre los participantes. Estos hallazgos sugieren que las actividades religiosas, en particular el retiro espiritual, son efectivas para promover el desarrollo espiritual de los estudiantes, lo que subraya su importancia en este ámbito.

Palabras clave: Meditación de la Biblia, Promoción de la vida en comunión con Dios y testimonio a través de las relaciones

Abstract

This academic work focused on the teaching work related to the promotion of a healthy life, specifically linked to Sustainable Development Goal 3: Health and Well-being. A study was conducted in 2023 in an educational institution in Iquitos, where the effectiveness of a spiritual retreat in the religious activity of students was evaluated. During the study, the various daily activities that are part of Christian life and their impact on student participation were highlighted. The influence of the spiritual retreat on Bible meditation, fellowship through prayer and Christian witness in interpersonal relationships was examined in detail. The results obtained revealed significant improvements in the students' ability to participate in their personal spiritual development on a daily basis. In addition, an increase in trust and faith in God was observed among the participants. These findings suggest that religious activities, particularly the spiritual retreat, are effective in promoting students' spiritual development, underscoring their importance in this area.

Keywords: Meditation of the Bible, Promotion of life in communion with God And
witnessing through relationships

I. INTRODUCCIÓN

Los retiros espirituales son eventos que ofrecen a los participantes la oportunidad de retirarse de sus vidas cotidianas para reflexionar, orar y profundizar en su fe religiosa. Estos retiros son comunes en muchas tradiciones religiosas y pueden tener un impacto significativo en la vida espiritual de los participantes, especialmente en los jóvenes en edad escolar. En este trabajo, se examinó la efectividad del retiro espiritual en la actividad religiosa de estudiantes de secundaria, centrándose en los beneficios que puede aportar a su vida espiritual y su desarrollo personal.

La realización de retiros espirituales como parte de actividades religiosas para estudiantes de secundaria obedece a varias problemáticas: (1) Falta de interés o resistencia de los estudiantes: debido a que algunos de ellos no están interesados en participar en actividades religiosas o pueden sentir resistencia hacia ellas a causa de sus propias creencias o falta de interés. Según un estudio llevado a cabo por Hoge et al. (2019), se observa que los jóvenes de hoy en día muestran con mayor frecuencia una disminución en su participación y compromiso religioso en comparación con generaciones anteriores. (2) Diversidad de creencias religiosas: los estudiantes de secundaria provienen de diversas tradiciones religiosas o pueden identificarse como no religiosos. La imposición de un solo Sistema de creencias puede generar alienación o incomodidad en aquellos que no comparten esas creencias. Un estudio de Regniers y Ueker (2018), encontró que la diversidad religiosa en la adolescencia está en aumento. (3) Influencia en las creencias y valores: existe preocupación por la posibilidad de que los retiros espirituales influyan en las creencias y valores de los estudiantes de manera no deseada o coercitiva. Un estudio de Twinch, C. (2021), encontró que la religión puede influir significativamente en la identidad y el comportamiento de los adolescentes, lo que plantea preocupaciones sobre la influencia potencial de retiros religiosos.

Dado que hay una falta de lealtad basada en la doctrina cristiana, el mundo se enfrenta a la crisis familiar. Estamos hablando de conceptos cristianos en la familia, de la ocupación de la fe cristiana; Podemos concluir que la familia es, símbolo

importante en la comunidad universal de todas las personas que están llamadas a ser parte del pueblo de Dios. La identidad cristiana proviene desde la antigüedad, la cual ha sido misión de todos los creyentes; como señaló (Blasco, 2018).

En este sentido, un colegio en la ciudad de Iquitos, se posiciona como una institución cristiana dedicada al desarrollo integral de las familias, cubriendo al máximo las necesidades espirituales de los estudiantes a través de diversas actividades como retiros espirituales. Sin embargo, las familias enfrentan limitaciones en la práctica de la identidad cristiana y la demostración de valores que deben abordarse de manera positiva y efectiva.

En relación con ello, surgió la siguiente pregunta: ¿Cómo mejorar la actividad religiosa de los estudiantes a través del retiro espiritual? En ese sentido, se estableció practicar la meditación de la Biblia. Promover la vida en comunión con Dios a través de la oración. Inspirar el testimonio a través de las relaciones con los demás y como objetivo principal: resaltar la práctica religiosa de los estudiantes de un colegio de Iquitos a través de retiros espirituales. (Keller, M. (2018).

La justificación de la investigación anterior es crucial por varias razones: En primer lugar, la adolescencia es un periodo de desarrollo importante en el que los jóvenes están moldeando sus identidades y valores. La religión y la espiritualidad juegan un papel significativo en este proceso y comprender cómo las experiencias como los retiros espirituales influyen en la actividad religiosa de los estudiantes puede proporcionar información valiosa sobre su desarrollo personal y social. Además, en un contexto donde se observa una disminución en la participación y el compromiso religioso entre los jóvenes, es importante investigar estrategias efectivas para fomentar su conexión con la religión. Los retiros espirituales son una práctica común en muchas tradiciones religiosas y pueden ser una herramienta poderosa para involucrar a los jóvenes en su fe. Este estudio también puede tener implicaciones prácticas significativas para educadores, líderes religiosos y padres. Comprender qué aspectos de los retiros espirituales son más efectivos para promover la actividad religiosa en los estudiantes de secundaria puede ayudar a informar el diseño y la implementación de programas religiosos y educativos más efectivos. Asimismo, este trabajo de investigación es importante porque contribuirá a nuestro entendimiento

sobre cómo los retiros espirituales impactan la actividad religiosa de los estudiantes de secundaria y puede proporcionar información valiosa para abordar la disminución en la participación religiosa entre los jóvenes

La contribución de este trabajo está relacionada con el Objetivo de Desarrollo Sostenible ODS 3, que pretende garantizar una vida saludable y promover el bienestar en todas las edades. Esto se debe a que los retiros espirituales suelen tener un efecto positivo en la salud mental y emocional de las personas, promoviendo la relajación, la conexión y la trascendencia, además de brindar espacios para la reflexión y el autocuidado. Todo ello ayuda a mejorar la calidad de vida y el bienestar general de las personas.

II. MARCO TEÓRICO

A nivel internacional, en Colombia, en un estudio realizado por Buesaquillo et al; 2023, titulado “El retiro espiritual kerigmático como experiencia de formación discipular de docentes de Educación Religiosa Escolar”; cuyo objetivo principal fue analizar el surgimiento de la predicación de la espiritualidad como experiencia de discipulado en el desarrollo espiritual de profesores de educación religiosa. El método utilizado fue el sociocrítico, de una investigación- acción, donde el sujeto es partícipe importante de la transformación de su realidad espiritual. Las herramientas de recolección de datos utilizadas fueron: seminarios online con entrevistas virtuales simultáneas y encuestas online con cuestionarios tipo Likert. Se observó que la investigación-acción realizada les permitió participar en la autorreflexión y la toma de decisiones durante la transformación personal. Se concluyó que la predicación del evangelio tuvo un impacto significativo en la vida espiritual de los discípulos de estos maestros. Esta investigación muestra la importancia de realizar retiros espirituales y la lectura del evangelio, actividades que permiten que los maestros puedan tener un encuentro personal con Dios.

En Colombia, Puche & García del Cid; 2020, realizaron un estudio titulado: Desarrollo personal y Práctica Espiritual: Análisis narrativo de vivencias. Cuyo principal objetivo fue desarrollar un análisis experimental de las narrativas de eventos espirituales. La investigación fue del tipo experimental. Los resultados se presentan en forma de mapas conceptuales y macrocategorías de importancia empírica. Concluyendo en un concepto central llamado sensibilidad espiritual y una definición con base en las categorías encontradas, centradas en la oración que fortalece los vínculos familiares y promueve los valores cristianos. Este estudio destaca la importancia de practicar retiros espirituales y la práctica de la oración reflexiva para encontrarse con Dios, con uno mismo y con sus compañeros.

En Irán, Hamid Sharif Nia, Zainab Alimohammadi, et al.; 2019, trabajaron en una investigación titulada: El impacto de un retiro espiritual en las prácticas religiosas, el bienestar espiritual y la calidad de vida que ofrece a las personas mayores iraníes. Cuyo objetivo general fue investigar el impacto de un retiro espiritual en las prácticas religiosas, el bienestar espiritual y la calidad de vida de las personas mayores iraníes.

Se realizó una investigación del tipo experimental. La metodología incluyó salidas de campo y “focus group” con lectura de pasajes bíblicos y oraciones. Se encontró que las estrategias utilizadas mejoraron las prácticas religiosas en los adultos mayores. Se concluye, que el retiro tuvo un impacto positivo en las prácticas religiosas, el bienestar espiritual y la calidad de vida de los participantes. Este artículo sugiere que los retiros espirituales pueden ser beneficiosos para las personas mayores.

A nivel nacional, en Juliaca, Prensaupeu; 2022, investigó un Retiro espiritual para reavivar, involucrar y disciplinar. Teniendo como objetivo analizar los espacios destinados a la oración, la reflexión y la alabanza. Se aplicó el método experimental en la que, cada orador enfatizó la importancia de cumplir la obra que el Señor nos ha dado y participar activamente en todos los proyectos apoyados por la Iglesia Adventista del Séptimo Día, independientemente de la necesidad. Se encontró que las estrategias aplicadas en el Programa lograron que, los participantes asumieran que la misión debe ser una forma de vida en la que se pueda llevar muchas vidas a Dios a través del testimonio personal. Concluyendo que los participantes reforzaron su vocación misionera y aceptaron el reto de ser usados por el Señor. Este artículo destaca la importancia de la oración como un medio para acercarse al Señor.

En Cajamarca, un artículo escrito por Zambrano ;2019, titulado: Acción Social de las Iglesias Evangélicas de los Peregrinos del Perú y del Nazareno en la Ciudad de Cajamarca. Analizó las acciones de los miembros de una congregación evangélica. Los principales resultados encontrados fueron: Cambios positivos en la vida de los feligreses que forman parte de dicha denominación estudiadas, porque los principios y valores de las iglesias evangélicas los beneficiaron en las relaciones sociales y personales. Estos lugares enseñan por qué tienen el deseo de hacer cosas solo con creer en Dios. Concluyendo que, las actividades sociales religiosas es educar a los pacientes fuera de la Iglesia en principios y valores morales, liderazgo, música, arte y oración, realizar actividades de ayuda humanitaria, evangelizar a la población y en algunos casos escuchar y recibir la Palabra para la guía de Dios en la doctrina que predicán,). Esta investigación demuestra la importancia que tiene el retiro espiritual como parte de nuestra vida cristiana.

En Lambayeque, un estudio realizado por Castillo; 2022. Titulado: Experiencia de jornadas espirituales y formación en valores morales en una institución educativa. Donde destaca la necesidad de un enfoque humanista cristiano en las jornadas espirituales para mejorar la práctica de los valores morales. ayudando a estudiantes, administradores y directores a enfrentar los desafíos del día a día en el mundo de la educación y en sus propias vidas. Se aplicó una metodología descriptiva, aplicando la técnica de la observación directa. Se encontró que las jornadas espirituales previstas deben realizarse de forma sistemática y activa para contribuir a la consecución del objetivo de la educación: la formación general de la personalidad humana. Concluyendo que este tipo de formación debe aplicarse de manera consistente y sistemática para mejorar el comportamiento y las actitudes personales, ya sean en esta situación estudiantil, de padres o maestros en las instituciones educativas. La importancia del retiro espiritual nos permite tener una experiencia especial con Dios.

Es importante adaptar las teorías y enfoques conceptuales según los objetivos y el contexto específico de la investigación sobre **el retiro espiritual como actividad religiosa**.

En ese sentido, la teoría de la desconexión en los retiros espirituales es esencial para el crecimiento y desarrollo espiritual, al facilitar la separación del ruido y las distracciones del mundo, permitiendo así una comunicación personal con Dios. En la sociedad moderna, que está constantemente conectada con los medios de comunicación, es crucial encontrar tiempo al retirarse para conectarse con Dios (Willard, 2021). Además, **La teoría de la introspección** del retiro espiritual menciona que, a través de ejercicios de introspección y reflexión, el autor guía al lector en el proceso de dejar de lado los pensamientos y preocupaciones del pasado y el futuro, para centrarse en la experiencia presente y encontrar la paz interior. Este enfoque en la introspección y el retiro espiritual es fundamental, se enfatiza la importancia de la conexión con el ser interior para alcanzar la iluminación y la realización de uno mismo (Tolle, 2019). Asimismo, **La teoría de la renovación del retiro espiritual** nos dice que es un tiempo de desconexión del mundo exterior para poder conectarse más profundamente con Dios y renovar el espíritu. En el retiro espiritual se pueden

experimentar momentos de reflexión, meditación y oración profunda, lo cual ayuda a recargar energías, encontrar claridad y dirección en la vida espiritual. El retiro espiritual no tiene que ser necesariamente largo ni complicado, puede ser tan simple como tomarse un día para estar en silencio y en comunión con Dios. Lo importante es hacer un espacio en nuestra vida cotidiana para dedicar tiempo a la conexión con lo divino y encontrar renovación en nuestra fe (Foster, 2019). En ese sentido, el enfoque conceptual de la conexión con lo trascendental argumenta que todo individuo tiene necesidad de tener un objetivo en la vida, y que esta necesidad apunta hacia la existencia de lo trascendental, es decir, algo más allá de lo material y lo temporal. Además, se sugiere que la conexión con lo trascendental puede proporcionar a las personas un marco de referencia al entender de manera clara el propósito de la vida, así como para encontrar consuelo y esperanza en tiempos de dificultad. Además, argumenta que la conexión con lo trascendental puede conducir a una mayor comprensión de la moralidad y la ética, ya que nos hace conscientes de un estándar superior al que podemos aspirar. La conexión con lo trascendental puede ser una fuente de sentido y objetivo en los seres humanos, lo que puede proporcionar un marco para comprender el tiempo que nos toca vivir (Keller, 2018). También, el enfoque conceptual, transformación personal y crecimiento espiritual enfatiza que nuestro estado mental y nuestras creencias son fundamentales para crear la realidad que experimentamos, y que, al cambiar nuestra percepción y pensamiento, podemos cambiar nuestra vida. Al adoptar un enfoque positivo y enfocado en la abundancia, podemos atraer más éxito y felicidad a nuestras vidas. Además, enfatiza la importancia de vivir en armonía con las leyes naturales del universo, para obtener una transformación personal profunda y duradera. Al cultivar un enfoque conceptual positivo y alineado con las leyes espirituales del universo, podemos experimentar un crecimiento espiritual significativo y lograr la satisfacción plena en nuestra vida (Chopra, 2020).

Con relación al retiro espiritual, se refiere a prácticas espirituales como las meditaciones, la lectura espiritual y los largos ratos ante el Santísimo Sacramento, según la espiritualidad cristiana, por ello, es más fácil formular propósitos de conversión, de renovación y mejora de la vida interior de apostolado y hasta descubrir la propia vocación en la Iglesia (Dolz, 2020). De igual manera, el retiro espiritual es

un momento de conexión profunda con uno mismo y con Dios. Es necesario para desconectarse de las distracciones del mundo exterior y encontrar la paz interior y la claridad espiritual. Durante un retiro, se tiene la oportunidad de reflexionar sobre la vida, meditar, orar y reconectarse con la divinidad que habita en nuestro interior. El retiro espiritual es una herramienta poderosa para sanar heridas emocionales, superar miedos y reconectar con el amor incondicional que nos rodea. En resumen, el retiro espiritual es un regalo que nos ayuda a fortalecer nuestra conexión con lo divino y transformar nuestras vidas desde adentro hacia afuera, (Williamson;2023). Al respecto, Se encontró que los retiros, mejoran tanto el bienestar espiritual como el psicológico de los participantes, lo que sugiere que los retiros espirituales pueden ser efectivos para mejorar la salud mental y espiritual de las personas, (Heidi Laakso, Taina Hintikka, et al.; 2019). Asimismo, se comprobó los efectos de un retiro de bienestar de fin de semana en el estrés percibido y el sentido de propósito en la vida de los participantes. Se encontró que la duración del retiro y el grado de participación en las actividades del retiro estaban asociados con mayores mejoras en el estrés percibido y el sentido de propósito en la vida. (Kirsten H. Dillon, Lynden K. Miles, y Jonathan S. Kaplan; 2019).

Acerca del método de implementación existen diferentes métodos para implementar un retiro espiritual, algunos de los más comunes son: Retiros en centros especializados: muchos centros espirituales y monasterios ofrecen programas de retiro que incluyen alojamiento, comidas, actividades espirituales y espacios de meditación. Retiros en la naturaleza: Realizar un retiro en un entorno natural, como en un bosque, en la montaña o cerca del mar, puede ayudar a conectarse con la espiritualidad y encontrar paz interior. Retiros individuales: Puedes organizar tu propio retiro espiritual en tu hogar o en algún lugar tranquilo donde puedas dedicar tiempo a la meditación, la introspección y la reflexión. Retiros virtuales: En la actualidad, existen muchas opciones para realizar retiros espirituales de forma online, a través de plataformas digitales que ofrecen cursos, meditaciones guiadas y actividades virtuales. Sesiones de meditación y prácticas espirituales diarias: como meditar, orar, o la lectura de textos sagrados en nuestra costumbre lo cual nos mantiene conectados de manera efectiva con lo espiritual. En general, la clave para implementar un retiro espiritual es dedicar tiempo y espacio para conectar contigo mismo, reflexionar sobre

tus valores y creencias, y buscar la paz interior y la armonía con el mundo que te rodea.

En ese sentido, el estudio sobre la actividad religiosa debe adaptar **La teoría funcionalista**, presenta la importancia de la vida espiritual en los seres humanos y que sigue siendo una fuerza significativa en la sociedad contemporánea. Además, sostiene que la religión ha experimentado un resurgimiento en muchos lugares, desafiando así la idea de secularización (Stark, 2022). En ese sentido **la teoría simbólica**, presenta que las prácticas religiosas no solo tienen un significado espiritual, sino que también funcionan como un sistema de poder simbólico que perpetúa las estructuras de poder existentes (Bourdieu, 2021). **Desde el enfoque teológico aplicado a la actividad religiosa** no debe ser vista como una carga o una obligación, sino como una respuesta natural a la misericordia divina al participar en la actividad religiosa, los creyentes pueden experimentar la manifestación del Señor y profundizar su comunión con Él. La actividad religiosa es un camino hacia la santificación y la transformación del ser humano a la imagen de Cristo. es fundamental para la cohesión y solidaridad de una sociedad. La espiritualidad es una parte importante en la sociedad ya que las creencias y prácticas religiosas reflejan y refuerzan los valores y normas de una comunidad. La religión tiene una razón vital de crear un sentido de pertenencia y en la regulación del comportamiento social (Whitney, 2021). **El enfoque psicológico de la actividad religiosa**, tiende a reducir las experiencias religiosas a simples estados mentales o emocionales. Las experiencias religiosas van más allá de lo meramente psicológico y tienen una dimensión trascendental que no puede ser explicada únicamente desde la perspectiva de la psicología. La actividad religiosa involucra una conexión con realidades más allá de lo material y desafía las concepciones convencionales de la percepción y la conciencia (Sheldrake, 2022).

En referencia a la actividad religiosa, se dice que, la actividad religiosa no debe ser simplemente una serie de rituales o prácticas externas, sino que debe ser un proceso de transformación interior en el que la persona se libere de su ego y se abra a la gracia de Dios. Enfatiza la importancia de la comunión y la comunidad en la vida religiosa, ya que a través de la interacción con los demás podemos aprender a amar

y servir a los demás como lo haría Cristo. Además, sugiere que la verdadera actividad religiosa debe ser guiada por el amor y la compasión, en lugar de la rigidez dogmática o el legalismo. En resumen, la actividad religiosa apoyado en la oración, es una forma poderosa de conexión con Dios y de transformación personal, siempre y cuando se realice con un corazón abierto y amoroso (Palacio, 2021). La espiritualidad es una disciplina especial, y por supuesto tiene menos que ver con el hacer que con el ser, ser como Jesús. Pero la manera bíblica de crecer como Jesús es a través de disciplinas espirituales bíblicas debidamente motivadas (White & Brown, 2021). Algunas características de la actividad espiritual tienen que ver con Leer la Biblia, la oración, llevar una vida de comunidad cristiana, mostrar servicio cristiano, pasar tiempo a solas con Dios (Graham, 2020).

III. METODOLOGÍA

3.1 Aspectos temáticos

Se exploró el contexto educativo actual en la Efectividad del Retiro espiritual en la actividad religiosa en estudiantes de secundaria de una I. E., Iquitos, 2023. Para ello, se revisó artículos relacionados con el retiro espiritual para mejorar la Efectividad del Retiro espiritual en la actividad religiosa, así como tesis sobre la importancia del retiro espiritual en la actividad religiosa. Se realizó una descripción detallada de las actividades religiosas y su importancia en el retiro espiritual, así como su base teórica y los fundamentos cristianos que la sustentan. Además, se revisaron casos similares que nos permitan llegar a conclusiones positivas respecto al tema. Se desarrollaron los resultados como importancia en el contexto específico del colegio en Iquitos, en cuanto a la efectividad del retiro espiritual en la actividad religiosa de los estudiantes. Se describió el impacto que generó los resultados en el ámbito religioso, social, discusión sobre la efectividad de la estrategia, así como posibles limitaciones y áreas para futuras investigaciones. Siguiendo con la Reflexión sobre las implicaciones prácticas de los resultados del retiro espiritual en la actividad religiosa en instituciones educativas similares, así como recomendaciones para profesores y futuras investigaciones en el área. Terminando con las conclusiones finales, destacando la importancia del retiro espiritual para mejorar la actividad religiosa en estudiantes de Iquitos.

3.2 Escenario de la experiencia profesional

El escenario donde se implementó la efectividad del retiro espiritual en la actividad religiosa en estudiantes de un colegio en Iquitos presenta características espirituales, físicas, sociales y humanas particulares.

Ambiente físico: La institución educativa se ubica en el centro de Iquitos, en un edificio moderno y funcional con aulas amplias y bien equipadas. Las salas están dispuestas de forma que se favorezca la interacción entre alumnos y profesores, proporcionando un espacio confortable para el desarrollo de actividades

individuales y grupales. El entorno físico está diseñado para promover la participación activa y el desarrollo mental efectivo.

Ambiente social y humano: En cuanto al ambiente social y humano, los estudiantes del nivel secundario provienen de diversos contextos socioeconómicos y culturales, reflejando la diversidad propia de la ciudad de Iquitos. Se observan que los estudiantes se organizan de acuerdo a intereses de amistad, así como para actividades extracurriculares. Los estudiantes demuestran un nivel importante de motivación y compromiso con Dios en su vida espiritual, lo que crea un ambiente propicio para la efectividad del retiro espiritual.

Los maestros y administradores de la escuela son profesionales altamente capacitados y preocupados por la calidad de la educación. Existe una cultura institucional de trabajo en equipo que fomenta la práctica espiritual sostenida y fomenta el crecimiento cristiano continuo. La dirección de la comunicación es abierta y fluida, lo que promueve una comunicación efectiva entre toda la familia educativa.

El escenario donde se desarrolló la efectividad del retiro espiritual es un entorno físico moderno y adecuado, enmarcado por una comunidad estudiantil diversa y motivada, así como por un equipo docente comprometido con la excelencia educativa. Estas características proporcionaron un contexto propicio para el éxito de la efectividad del retiro espiritual en la actividad religiosa en los estudiantes de secundaria de un colegio en Iquitos.

3.3 Participantes

Los participantes de este trabajo fueron los estudiantes de secundaria de un colegio en Iquitos. Este grupo de participantes abarcaron aspectos importantes de su muestra cristiana en el ámbito religioso, así como, antecedentes culturales y motivaciones de estudio.

Además, los profesores de secundaria participan en la implementación y evaluación de los retiros. Su experiencia y apoyo son esenciales para aplicar

estrategias efectivas de retiro espiritual a las prácticas religiosas de los estudiantes e identificar posibles mejoras futuras.

En cuanto a las fuentes de información, se recopilaron datos a través de observaciones directas en el aula, en el campo, así como mediante entrevistas personales a los estudiantes participantes. Estos métodos permitieron obtener una visión integral de la efectividad del retiro espiritual en la actividad religiosa y su impacto en el desarrollo cristiano en el contexto específico de un colegio en Iquitos.

3.4 Aspectos éticos

La integridad ética del trabajo se mantuvo al seguir estrictamente los principios éticos delineados en la resolución N° 0340-2021-UCV. Dicha resolución enfatiza la importancia de la integridad científica, respaldando valores fundamentales como la responsabilidad, la honestidad y la rigurosidad en la investigación científica. Este compromiso con la ética aseguró que el estudio se llevase a cabo de manera responsable y transparente, respetando los estándares científicos y éticos establecidos.

Los principios éticos adoptados para esta investigación incluyeron: veracidad, al comunicar claramente el propósito del estudio; autonomía, al respetar la decisión de los colaboradores que decidieron no participar; confidencialidad, al mantener el anonimato de la información recopilada con fines estrictamente académicos; equidad, al tratar a los trabajadores de manera justa durante la investigación; anti plagio, al citar trabajos conforme a la norma Apa 7ma edición, para prevenir plagio intelectual; originalidad, al expresar las ideas del autor basadas en lecturas, reflexiones y análisis propios; y el respaldo de la originalidad y medidas contra el plagio se llevó a cabo a través del Turnitin.

IV. EXPERIENCIA PROFESIONAL

4.1 Descripción de Experiencia

Se presentan las actividades religiosas que se realizan en el día a día y de manera efectiva en el retiro espiritual como son: la meditación de la Biblia, práctica de la oración y testimonio cristiano a través de relacionamiento.

Practicar la meditación de la Biblia: La aplicación de la investigación se realizó en base a 225 alumnos del nivel secundario de un colegio en Iquitos. Al inicio de la aplicación de la investigación (anexo 1), había una carencia respecto al interés y estudio por la Biblia, el libro sagrado que cada cristiano tiene como guía para sus vidas. No le daban la importancia debida a la Palabra de Dios, así como en la meditación de la Biblia (figura 1). Fue entonces que motivamos a todos los docentes y alumnos con las siguientes actividades: Cada primera hora del día se realizó de manera permanente una meditación con el libro de texto sagrado la Biblia, la cual los alumnos pudieron llevar a la institución educativa todos los días, en las demás áreas académicas se dio énfasis a que cada maestro pueda integrar a en sus enseñanzas la Palabra de Dios. De igual manera se llevó un estudio sistemático de la Biblia a fin de poder estudiarla un capítulo diario con el lema “Reavivados Por su Palabra”, de tal manera, docentes y alumnos comprendieron cuán importante es estudiar la Biblia, ya que es fundamental en nuestra vida cristiana (figura 2). La dedicación tuvo sus frutos, ya que los alumnos manifestaron cambios en su experiencia cristiana lo que permitió que comprendieran que cada mensaje es vital e importante para sus vidas; asimismo hubo cambios en la muestra de sus valores ético cristianos. En el retiro espiritual, los alumnos demostraron (figuras 3, 4 y 5), con mayor énfasis en cada jornada del día en el campo, al levantarse, en la tarde y antes de dormir, que, tener momentos a solas con Dios, y meditar en la Biblia, es una actividad importante y necesaria como parte de su experiencia religiosa para su crecimiento y desarrollo cristiano.

Promover la vida de comunión con Dios a través de la oración: En este punto se aplicó en base a 225 alumnos del nivel secundario de un colegio en Iquitos. Al iniciar la aplicación de la investigación (anexo 2), había una carencia respecto al interés y práctica en la oración por parte de los alumnos, como parte del fortalecimiento cristiano y parte vital en sus vidas. Se realizó una encuesta a fin de determinar la condición espiritual de los estudiantes (anexo 7). De la misma manera se realizó una encuesta para comprender la necesidad de practicar la oración (anexo 8), por ello, se escogió una hora indicada a fin de que todos juntos nos podamos unir en oración con la ayuda de los docentes de aula, en esa hora los alumnos podían compartir sus pedidos de oración por sus necesidades, problemas y agradecimientos por las bendiciones de Dios, en grupos de dos, tres o cuatro o de manera general en todo el aula, con todos los compañeros, esto motivó que la institución en su totalidad, docentes y alumnos podamos practicar no solo al iniciar nuestras actividades diarias, sino también que podamos encontrar la fortaleza y dependencia al llevar una vida de comunión y entrega mediante la oración. Asimismo, en cada hogar en una hora determinada todos podíamos participar de la oración con la actividad llamada “Conectados con Dios”. Estas prácticas nos permitieron unirnos como una familia cristiana en la escuela, así como en cada hogar, al orar juntos, y unos por otros. Se pudo observar el progreso y crecimiento de nuestra fe en Dios, así como nuestra dependencia del Señor y su voluntad en nuestras vidas. En el retiro espiritual (figura 3 y 4), se evidenció la efectividad de este ejercicio espiritual en los estudiantes, quienes participaron de los momentos de oración al levantarse, al desayunar, en la hora de hablar con Dios (hora determinada como práctica personal a solas con Dios), en el almuerzo, en el momento de la meditación (reunión donde escuchaban un tema y compartían sus experiencias y practicaban la oración intercesora por grupos), al cenar, así como al acostarnos, gracias al ejemplo de Jesús quién pasaba horas con su Padre. Los alumnos intensificaron su deseo de llevar una vida de oración constante siguiendo el modelo y ejemplo de Jesús.

Inspirar mediante el testimonio cristiano a través del relacionamiento con los demás: En la aplicación de este punto se realizó, asimismo en base a 225 alumnos del nivel secundario de un colegio en Iquitos. Al inicio del trabajo había carencia

respecto al testimonio cristiano a través del relacionamiento por parte de los alumnos (anexo 9), Se realizó una encuesta para conocer la necesidad de testificar de la vida cristiana de los alumnos de la institución (anexo 3). y esto se demostraba en sus actitudes como el lenguaje, formas de tratarse unos a otros. A través de la consejería en con los docentes tutores de aula, el capellán del colegio, así como el área de psicología, se pudo poner énfasis en la importancia del testimonio cristiano y la manera como debemos relacionarnos de manera efectiva y positiva como hijos de Dios. Aunque al comienzo se mostraron indiferentes al cambio, asumieron el desafío de mostrar lo que Dios puede hacer en sus vidas. Esta práctica nos permitió poder ayudar a los alumnos en su estilo de vida cristiano, trabajando en equipos, escuchando sus interrogantes o dudas, siendo empáticos y solidarios, poniendo mucho esfuerzo y dedicación guiarlos en el ¿Qué hacer por mi hermano, compañero o amigo? Gracias a Dios los resultados fueron visibles en su manera de vestir, hablar, pensar y relacionarse no sólo entre ellos, sino también con todos los que forman la familia educativa. **En la actividad del retiro espiritual** (figura 2), los alumnos demostraron de manera efectiva su relacionamiento eficaz y positivo al participar de cada actividad con sus compañeros mostrando en sus vidas que ser cristianos e hijos de Dios, es identificarse por medio de sus vidas a través del testimonio personal (figura 3 y 4), en todo momento y lugar como nuestros hogares, el colegio, en la sociedad, así como, con todas las personas que se relacionen. De esta manera su testimonio estará de acuerdo al ejemplo de nuestro Señor Jesús como parte de su práctica de actividad religiosa.

Resaltar la práctica religiosa de los estudiantes de un colegio de Iquitos a través de retiros espirituales: (anexo 4) Para que exista efectividad del retiro espiritual en la actividad religiosa es necesario poner en práctica la meditación en la Biblia, la comunión con Dios a través de la oración y el testimonio cristiano a través del relacionamiento, esto al llevarse de manera gradual y permanente, permitió obtener los resultados de manera efectiva en cada uno de los que componen la familia educativa y de manera especial los estudiantes quiénes necesitan crecer y desarrollarse en la vida espiritual.

4.2 Impacto de la Experiencia

Con referencia a practicar la meditación de la Biblia: Surge como una actividad religiosa que promueve en forma activa, el ejercicio espiritual de los estudiantes. Esta práctica permite a los estudiantes alcanzar el conocimiento y acercamiento a Dios al meditar diariamente en su palabra. La capacidad de los estudiantes se ve demostrada en el día a día, al observarse como buscan a Dios y encuentran respuestas en la Palabra de Dios lo que le permite crecer en discernimiento de la verdad para su vida espiritual. La meditación en la Biblia es una práctica espiritual que implica reflexionar profundamente sobre las enseñanzas divinas y buscar una conexión más cercana con Dios. Esta meditación implica no sólo leer las escrituras, sino también internalizarlas, entender su significado y aplicarlas a la vida diaria. Es una forma de cultivar la fe, encontrar orientación y fortalecer la relación con lo divino. En este contexto, se comprobó la efectividad de esta práctica la cual fomentó mejorar la meditación personal y grupal de la Palabra de Dios en el retiro espiritual. Además, se observó su impacto en el desarrollo y crecimiento de la fe en los estudiantes a través de la Biblia, lo que nos permite considerar esta experiencia positiva para futuras investigaciones de adolescentes en los colegios.

En este sentido la predicación del evangelio tuvo un impacto significativo en la vida espiritual de los maestros de un colegio en Colombia (Buesaquillo, 2023). Los hallazgos de este estudio respaldan la eficacia de la meditación de la Biblia. Por eso vivimos hoy sin la palabra de Dios, la humanidad se siente vulnerable a la muerte, sin esperanza, la fe se debilita, las personas se vuelven cada vez más arrogantes, sin bondad, por eso es necesario conocer y predicar la enseñanza de Cristo, y ella fortalece. nuestra conciencia, que es la buena noticia y permite vivir junto a Dios y al prójimo. Combinar la educación sobre las mejores prácticas en apoyo psicológico con la lectura de la Biblia puede tener importantes beneficios para la salud mental de las personas, resultados que se asemejan a los hallazgos encontrados por (Hamid Sharif Nia, Zainab Alimohammadi, et al.; 2019) en la que manifiesta que la lectura de pasajes bíblicos y oraciones mejoran las prácticas religiosas de los adultos mayores. Aunque la Biblia no es un libro de texto sobre metodología de la investigación, constituye la base de nuestra investigación desde

una perspectiva bíblica cristiana. La Biblia no sólo proporciona ejemplos de personas involucradas en importantes actividades de estudio, sino que también describe los elementos clave de cada tipo y al mismo tiempo enfatiza algunos de sus principios (Castillo, 2022). Se examinan la práctica de meditación en contextos religiosos y demuestran los efectos de meditar en el contexto espiritual. Además, presentan evidencia de cómo la meditación puede ser una herramienta efectiva para conectar con lo divino y potenciar la experiencia religiosa (Williamson et al., 2023).

Respecto a promover la vida de comunión con Dios a través de la oración: La actividad surge como una práctica religiosa que fomenta el desarrollo espiritual de los estudiantes, brindándoles la oportunidad de acercarse a Dios a través de la oración. Los estudiantes tienen la oportunidad de ver en esta práctica un motivo de confiar, estar seguros y tener la esperanza de comprender cuán importante es buscar a Dios a solas cada mañana, en algún momento del día, en la noche, a fin de poder hablar con Dios lo que le permite crecer en su vida espiritual. Para algunos, la oración es una forma de comunicación con lo divino, una manera de expresar gratitud, buscar orientación o encontrar Consuelo. Para otros puede ser una práctica meditativa para calmar la mente y conectarse consigo mismos. En ambos casos, la oración es crucial para el desarrollo del crecimiento personal y espiritual. En este contexto, se comprobó la efectividad de esta práctica de la oración, ya que poder hablar con Dios como un amigo, nos hace sentir nuestra necesidad y dependencia de Él, en todos los días, así como en el retiro espiritual donde los estudiantes pasaban momentos de comunión con Dios. Además, se analizó su impacto en el progreso y aumento de la fe de los estudiantes, lo que nos permite tener un precedente positivo para futuras experiencias de adolescentes en los colegios.

En tal sentido, se explora cómo la oración fortalece los vínculos familiares y promueve los valores cristianos, promoviendo así la convivencia armoniosa y sentando bases sólidas para la vida espiritual de la familia, reconociendo que la práctica de la oración dentro de la unidad familiar promueve y puede contribuir al desarrollo espiritual de sus miembros, (Puche & García del Cid; 2020).

La oración es una forma de comunicación entre Dios y las personas. Así es como las personas dan gracias, piden reconciliación y buscan respuestas a sus necesidades y demandas. Tal como concluye en su estudio Prensaupeu (2022), en la que destaca la importancia de la oración como un medio para acercarse al Señor. La práctica de la oración es muy importante en la vida diaria, porque fortalece la dimensión espiritual y purifica el alma, para que pueda experimentar la paz interior y resistir las tentaciones, para que la persona de oración viva en la presencia de Dios y siembre pureza en su vida, amor de corazón y buena convivencia social, tal como lo afirma Palacio (2021), que la oración es forma poderosa de conexión con Dios. La oración influye en la relación de los cristianos con Dios, en su crecimiento espiritual y en su relación con los demás. Además, se observa cómo los cristianos perciben la eficacia de la oración en su vida diaria y en su proceso de discipulado (White & Brown, 2021). La oración tiene efectos en el crecimiento espiritual de los creyentes cristianos a lo largo del tiempo. La práctica regular de la oración puede influir en la profundización de la fe, la conexión con lo divino y el desarrollo personal de los creyentes. Existen diferencias en el crecimiento espiritual entre aquellos que oran regularmente y aquellos que no lo hacen. Los hábitos de oración pueden afectar la vida espiritual a lo largo de un período de tiempo prolongado (Davis & Wilson, 2022)

Con respecto a inspirar mediante el testimonio cristiano a través del relacionamiento con los demás: Surge como una actividad religiosa que promueve el ejercicio espiritual de los estudiantes. Esta práctica permite a los estudiantes testificar su fe por medio del relacionamiento con los demás, dentro de sus hogares, en la escuela, con los amigos y en cada lugar donde podamos encontrar. Esto implica vivir una vida que refleje los valores y enseñanzas de Jesús, mostrando amor incondicional, perdón y servicio hacia los demás. En lugar de, simplemente hablar sobre nuestra fe, buscamos demostrarla a través de nuestras acciones y relaciones, compartiendo el mensaje del evangelio a medida que vivimos vidas transformadas por el amor de Dios. Testificar para cada estudiante significa no solo conocer la vida cristiana sino también practicarla en cada situación que vivimos. Los alumnos pueden mostrar con sus diferentes actitudes cuán importante es llevar una vida de testimonio a través del relacionamiento, siguiendo

el ejemplo de Nuestro Señor, asimismo esta práctica se vio demostrada en el retiro espiritual donde podía compartir su experiencia cristiana en su relación con los demás. En este contexto, se demostró la efectividad de la práctica testimonial con vidas dedicadas a servir a Dios y a nuestros semejantes. Asimismo, se evidenció su impacto para futuras experiencias en contextos educativos diversos.

En este sentido, se enfatiza la importancia del testimonio cristiano como herramienta terapéutica eficaz para mejorar la salud mental y emocional de las personas. Los testimonios cristianos brindan a los oyentes esperanza, consuelo y guía espiritual a medida que encuentran significado y propósito en medio de los desafíos. Además, el testimonio cristiano puede fomentar la conexión con otros creyentes y fortalecer la fe de quienes comparten, lo que a su vez puede aumentar la resiliencia emocional a fin de poder afrontar las circunstancias de la vida diaria (Tolle, 2020). La fe cristiana responde a la revelación de Dios. Pero se presenta a la humanidad a través del testimonio y, por tanto, el testimonio es el vehículo de la verdad divina. Después de presentar los rasgos más esenciales del testimonio (sacrificio propio por los demás; búsqueda de la justificación en la fuente de la verdad; identidad del testigo y de lo que testifica), se explica cómo llegó a existir Cristo (O'Callaghan, 2019). Ahora bien, el testimonio cristiano presupone una vida cristiana. Vivir como cristiano significa aceptar los consejos que el Señor nos da en cada momento de nuestro camino, haciendo su voluntad. Cualquiera que sea nuestra elección, elige a Cristo. En el dilema entre Cristo y algo más, por importante que sea para nosotros, elige siempre a Cristo (Martínez, 2023). La validez del testimonio cristiano es una validez a la vez humana y cristiana, a la vez temporal y escatológica. Toma la forma de cooperación en la transformación social al servicio del bien común, es también encarnación de la salvación y una comunicación que no proviene del hombre sino de Dios (Pellitero, 2020).

Con respecto a resaltar la actividad religiosa a través del retiro espiritual: Su importancia radica en cómo los estudiantes mostraron su desarrollo cristiano al realizarlo día a día, manteniendo una relación personal con Dios, de tal manera al tener la experiencia cercana con el Señor en la meditación de la Biblia, la comunión con Dios a través de la oración y el testimonio cristiano a través del

relacionamiento, se demostró que gradual y en forma permanente pueden desarrollar su vida espiritual de acuerdo a los principios cristianos que encontramos en la Biblia, siguiendo el fiel ejemplo de Jesús, quién nos enseñó que para crecer y vivir con Dios es necesario la práctica permanente de éstos elementos anteriormente mencionados.

En ese sentido, un artículo describe una valiosa experiencia de jornada espiritual en una institución educativa de la región Lambayeque, infiriéndose la necesidad e importancia de realizar programas de jornadas espirituales con un enfoque humanista cristiano para mejorar la práctica de valores morales de estudiantes, profesores, administrativos y directivos para que puedan afrontar y resolver sus dificultades cotidianas tanto en la comunidad educativa como en sus propias vidas. Se concluye que las jornadas espirituales programadas deben desarrollarse de manera sistemática y activa, de tal manera que se contribuya a la consecución del fin de la educación: la formación integral de las personas (Castillo Vera, 2018)

V. CONCLUSIONES

Primera: Resaltar la práctica religiosa de los estudiantes a través de retiros espirituales, fortalece el sentido de comunidad, fomenta valores positivos y proporciona un espacio para la reflexión personal, lo que contribuye al desarrollo integral del estudiante.

Segunda: La meditación de la Biblia se posicionó como una práctica efectiva en el retiro espiritual, para mejorar la vida religiosa de los estudiantes del colegio. Se destacó la práctica permanente y vivencial en el día a día de todos los que formaron parte de esta investigación, de manera especial los estudiantes, quienes demostraron que, no sólo se necesita leer la Biblia, sino que también es necesario meditar en ella, para comprender lo que Dios nos dice en su Palabra, lo cual nos dará fortaleza espiritual y crecimiento de nuestra vida cristiana.

Tercera: La experiencia de orar se posicionó como la práctica efectiva para progresar en el desarrollo de la comunión diaria y constante de nuestra fe en Dios. Se destacó la práctica en el retiro espiritual observando como los estudiantes pasaban momentos de oración de manera personal con Dios, así como en forma grupal, para aumentar la confianza, esperanza y seguridad que podemos tener en las grandes promesas de Dios. Asimismo, nos permitió fortalecernos, crecer y desarrollarnos en nuestra experiencia cristiana lo cual beneficia la fe de los estudiantes.

Cuarta: El Testimonio cristiano a través del relacionamiento, se posicionó como la práctica efectiva para mejorar el desarrollo de nuestra vida cristiana como hijos de Dios. Se destacó esta práctica en el retiro espiritual porque nos permite testificar del amor de Dios, siguiendo el ejemplo de Jesús, es en esta actividad como se ve muestra nuestro desarrollo personal cristiano con el Señor por medio de la Biblia, así como en la comunión con Dios, lo cual resultará en la importancia de poder mostrar un efectivo testimonio personal cristiano con todas las personas que nos rodean, como lo son, nuestra familia, nuestros compañeros y las demás personas con las cuales nos relacionamos.

VI. RECOMENDACIONES

Primera: Considerar diferentes formas de adaptar los retiros espirituales para que sean inclusivos y respetuosos con la diversidad religiosa de los estudiantes, asegurando así que todos puedan beneficiarse de esta experiencia en igual medida.

Segunda: Es de vital importancia considerar una planificación sistemática y detallada que incluya la meditación de la Biblia de manera diaria y permanente, incluyendo la práctica activa en el retiro espiritual. Esto garantiza que dicha actividad esté alineada con los objetivos del desarrollo cristiano, así como las necesidades espirituales de los estudiantes.

Tercera: Es fundamental poner énfasis en la práctica de la oración como la comunión especial con Dios, incluyendo la práctica espiritual en el retiro espiritual. Esto garantiza y permite a los alumnos a crecer en su vida cristiana por medio de su fe. De tal manera se podrá cumplir con los objetivos no solo de aprendizaje, sino también de su vida religiosa.

Cuarta: Es de vital importancia considerar una planificación detallada en el retiro espiritual, que incluya testificar nuestra vida religiosa a través del relacionamiento con los demás. Esto nos permite comprender que las actividades mencionadas anteriormente como meditar en la Biblia y orar refuerzan nuestra vida espiritual, a fin de poder seguir el ejemplo de Jesús. Esto nos llevará a tener estudiantes dispuestos a servir a Dios y a sus semejantes, mostrando un testimonio efectivo a través del relacionamiento.

REFERENCIAS

- Blasco Herranz, I. (2018). *Identidad en movimiento: la acción de las «católicas» en España (1856-1913)*. *Historia y Política. Ideas, Procesos y Movimientos Sociales*, 37, 27–56. <https://doi.org/10.18042/hp.37.02>
- Bourdieu, P. (2021). *El Sentido Práctico* (Siglo XXI Editores). https://www.sigloxxieditores.com/libro/el-sentido-practico_17671/
- Buesaquillo, M. C., Yela Ortega, J. F., & Rodríguez Ortiz, D. A. (2023). *El retiro espiritual kerigmático como experiencia de formación discipular de docentes de Educación Religiosa Escolar*. En *Retos y desafíos de los resultados de aprendizaje en instituciones educativas*. Editorial UNIMAR. <https://doi.org/10.31948/editorialunimar.203.c295>
- Castillo Vera, J. A. (2022). *Experiencia de jornadas espirituales y formación en valores morales en una institución educativa*. *Educare et comunicare: Revista de investigación de la Facultad de Humanidades*, 6(1), 38–51. <https://doi.org/10.35383/educare.v1i10.186>
- Chopra, D. (2020). *Las 7 Leyes Espirituales del éxito* (Amber-Allen). <https://www.colomos.ceti.mx/documentos/goe/sieteLeyesEspiritualesdelExito.pdf>
- CuerpoMente. (2023). *Retiro espiritual: qué es, para qué sirve y cómo se medita en el retiro espiritual*. <https://www.cuerpomente.com/temas/espiritualidad>
- Davis, L. & Wilson, M. (2022). *The Effects of Prayer on Spiritual Growth: A Longitudinal Study of Christian Believers*. 1–25.
- Dolz, M. (2020). *Retiros Espirituales*. *Revista Diocesana* N° 15-2020.
- Foster, R. (2019). *Celebración de la disciplina: Hacia una vida espiritual más profunda* (Peniel). <https://www.amazon.com/-/es/Richard-J-Foster/dp/9875572128>.
- Graham, B. (2020). *El secreto de la felicidad (Vida)*. <https://www.buscalibre.pe/libro-el-secreto-de-la-felicidad/48091767/p/48091767>

- Hamid Sharif Nia, Zainab Alimohammadi, et al. (2019). *El impacto de un retiro espiritual en las prácticas religiosas, el bienestar espiritual y la calidad de vida que ofrece a las personas mayores iraníes*. Revista de Religión y Salud. <https://doi.org/10.1007/s10943-017-0403-0>
- Heidi Laakso, Taina Hintikka, et al.; (2019). *Los efectos de un retiro espiritual en el bienestar espiritual y psicológico de los participantes: Un estudio prospectivo*. Revista de Religión y Salud. (<https://doi.org/10.1007/s10943-018-0684-5>)
- Keller, M. (2018). *Religión y Espiritualidad*. Colombia: Ediciones Prisma.
- Kirsten H. Dillon, Lynden K. Miles, y Jonathan S. Kaplan; (2019). *La eficacia de un retiro de bienestar de fin de semana sobre el estrés percibido y el propósito en la vida: El papel de la duración del retiro y el compromiso del retiro*. Revista Explorar: De ciencia y curación. (<https://doi.org/10.1177/1178221818801722>).
- Martínez, A. (2023). *Haciendo la voluntad de Dios como en el cielo*. Independiente.
- O'Callaghan, J. (2019). *El testimonio cristiano: Su significado y relevancia en el mundo contemporáneo* (Rialp). <https://dadun.unav.edu/handle/10171/10244>
- Palacio Vargas, C. J. (2021). *La espiritualidad como medio de desarrollo humano*. *Cuestiones Teológicas*.<http://www.scielo.org.co/pdf/cteo/v42n98/v42n98a09.pdf>
- Pellitero, R. (2020). *La fe en acción: el testimonio cristiano en la sociedad contemporánea* (Claretianas).
- Prensaupeu. (2022). *Retiro espiritual para reavivar, involucrar y disciplinar*. <https://upeu.edu.pe/noticias/facultad-de-ciencias-humanas-y-educacion-realizo-retiro-espiritual-para-reavivar-involucrar-y-disciplinar%ef%bf%bc/>
- Puche Echegaray, A., & Botella García del Cid, L. (2020). *Desarrollo Personal y Práctica Espiritual: Análisis Narrativo de Vivencias*. *Revista de Psicoterapia*, 31(117), 57–83. <https://doi.org/10.33898/rdp.v31i117.449>

- Sheldrake, R. (2022). *La ciencia y la práctica religiosa: la nueva alianza entre ciencia y espiritualidad*. Colombia: Kairos.
- Sodalicio de Vida Cristiana. (2022). *Retiro espiritual para profundizar en el Matrimonio en Lima*.
- Stark, P. (2022). *Espiritualidad y Religión*. España: Ediciones Océano
- Tolle, E. (2020). *EL PODER DEL AHORA, Un camino hacia la realización espiritual* (Grijalbo).
<http://biblioteca.ucn.edu.co/Coleccion/Espiritualidad/EI%20poder%20del%20ahora.%20Un%20camino%20hacia%20la%20realizaci%C3%B3n%20espiritual.pdf>
- Twinch, C. (2021). IBN ‘Arabī: Retiro Y Recuerdo. *El Azufre Rojo*, 9.
<https://doi.org/10.6018/azufre.504071>
- Willard, D. (2021). *El divino en la era de la tecnología: cómo encontrar tiempo para retirarse y conectar con lo divino en la sociedad moderna* (Índice).
- Williamson. (2023). *Return to Love: Reflections on the Principles of A Course in Miracles* (HarperOne). <https://www.amazon.com/Return-Love-Reflections-Principles-Miracles/dp/0060927488>
- White, R. & Brown, D. (2021). “*The Importance of Prayer in Christian Discipleship: A Qualitative Study of Christians’ Perspectives*”. 1–15.
- Zambrano Carranza, D. Y. (2019). *Acción Social de las Iglesias Evangélicas de los Peregrinos del Perú y del Nazareno en la Ciudad de Cajamarca*.
<https://repositorio.unc.edu.pe/handle/20.500.14074/3191>

ANEXOS

Tabla 1

Practicar la meditación de la Biblia

Meditación de la Biblia	Frecuencia	Porcentaje
Alumnos que se interesan por meditar en la Biblia	42	19%
Alumnos que no muestran interés por meditar en la Biblia	154	68%
Alumnos que dudaban de la Biblia	29	13%
TOTAL	225	100%

Fuente: Cuestionario de preguntas

La tabla muestra que, de un total de 225 alumnos, sólo 42 alumnos estudiaban la Biblia es decir, el 18%, 154 alumnos no muestran interés por meditar en la Biblia lo que hace un 68% y 29 alumnos dudan de la Biblia lo que da un 13%.

Es por ello que fue necesario hacer una encuesta a fin de crear la necesidad de meditar en la Palabra de Dios.

Tabla 2

Encuesta sobre el estudio de la Biblia

Encuesta sobre el estudio de la Biblia:	SI		NO	
	f	%	f	%
1. ¿Tienes una Biblia?	85	38%	140	62%
2. ¿Lees tu Biblia?	55	24%	170	76%
3. ¿Crees que es importante meditar en la Biblia?	120	53%	105	47%
4. ¿Has realizado un estudio sistemático de la Biblia?	92	41%	133	59%
5. ¿Crees que es importante la Biblia en la vida de los cristianos?	166	74%	59	26%
TOTAL	104	46%	121	54%

Fuente: Cuestionario de preguntas

La tabla muestra que, de un total de 225 alumnos, 120 alumnos aceptan que es importante estudiar la Biblia es decir, el 53%, 170 alumnos no leen la Biblia lo que hace un 76%, sin embargo 166 alumnos (74%) manifestaron que es importante la Biblia en la vida de los cristianos.

Ante estas respuestas, fue necesario trabajar en ellos la meditación en la Palabra de Dios.

Tabla 4

Lo que permitió que estos datos cambiaran fue el estudio sistemático de la Biblia:

Fecha:			
Texto	Interpretación	Meditación	Aplicación para la vida
Un capítulo de la Biblia	¿Qué es lo que me dice el texto? ¿Por qué dice esto el texto? ¿Cuál es el propósito del texto?	¿Qué enseñanza obtengo del texto leído?	¿En qué situaciones de la vida diaria puedo aplicar el texto leído?

Tabla 5

Meditación de la Biblia

Meditación de la Biblia (Post test)	Frecuencia	Porcentaje
Alumnos que se interesan por meditar en la Biblia	198	92%
Alumnos que no muestran interés por meditar en la Biblia	12	6%
Alumnos que dudaban de la Biblia	5	2%
TOTAL	225	100%

Fuente: Cuestionario de preguntas

Gracias al apoyo de todo el personal docente de los 225 alumnos, 198 mostraron interés por meditar en la Biblia lo que creció en un 92%, 12 alumnos no mostraron interés por meditar en la Biblia lo que hace un 6% y sólo una minoría es decir 5 dudan de la Biblia lo que resulta en un 2%.

Al finalizar la investigación la mayoría de los alumnos comprendieron la importancia de meditar en la Biblia, como lo muestra el gráfico siguiente:

Figura 1
Meditar en la Biblia

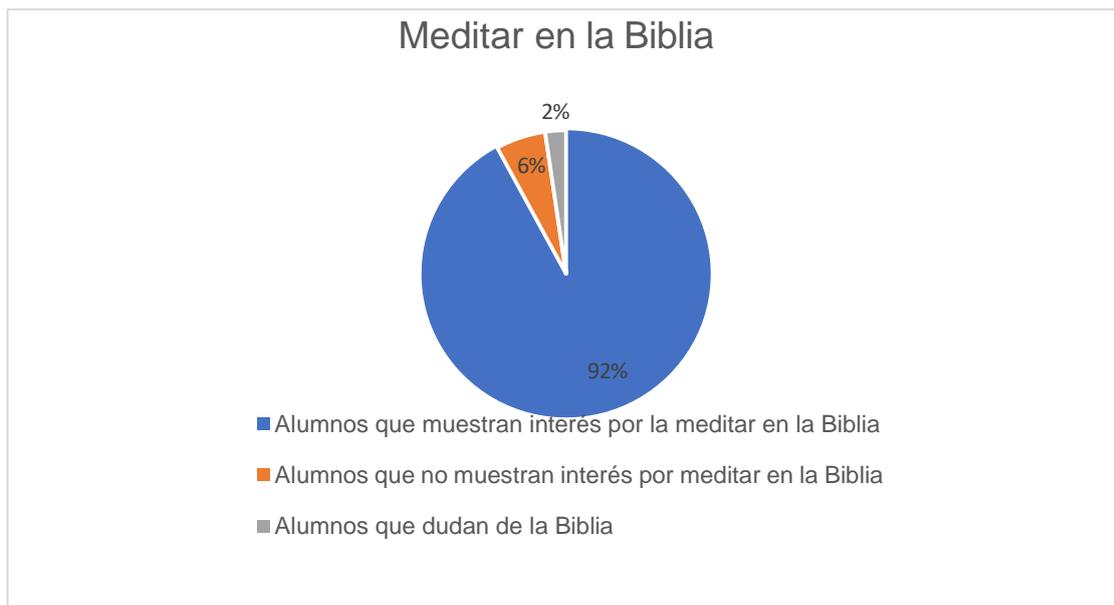


Tabla 7
Práctica de la oración

Práctica de la Oración	Frecuencia	Porcentaje
Alumnos que practican la oración	43	19%
Alumnos que no practican la oración	162	72%
Alumnos que dudaban del poder de la oración	20	9%
TOTAL	225	100%

Fuente: Cuestionario de preguntas

La tabla muestra que, de un total de 225 alumnos, sólo 43 alumnos practican la oración es decir, el 19%, 162 alumnos no practican la oración lo que hace un 72% y 20 alumnos dudan del poder de la oración, lo que da un 9%.

Es por ello que fue necesario hacer una encuesta a fin de crear la necesidad de tener comunión con Dios a través de la oración.

Tabla 8

Encuesta sobre la comunión de la oración:	SI		NO	
	f	%	f	%
1. ¿Practicas la oración diaria?	105	47%	120	53%
2. ¿Comprendes el significado de orar a Dios?	155	69%	70	31%
3. ¿Sientes que Dios te responde cuando oras?	142	63%	83	37%
4. ¿Aceptas la voluntad de Dios en tu vida?	70	31%	155	69%
5. ¿Cuándo oras intercedes por los demás?	98	44%	127	56%
TOTAL	114	51%	111	49%

Fuente: Cuestionario de preguntas

La tabla muestra que, de un total de 225 alumnos, 155 alumnos comprenden el significado de orar a Dios es decir, el 69%, la misma cantidad observamos 155 alumnos que No aceptan la voluntad de Dios en sus vidas, lo que hace un 69%. Ante estas respuestas, fue necesario trabajar en ellos la comunión de la oración.

Tabla 9

Práctica de la Oración (Post test)	Frecuencia	Porcentaje
Alumnos que comprenden la importancia de la oración	212	94%
Alumnos que aún no comprenden la importancia de la oración	8	4%
Alumnos que dudan de la oración	5	2%
TOTAL	225	100%

Fuente: Cuestionario de preguntas

Gracias al apoyo de todo el personal docente de los 225 alumnos, 212 comprendieron la importancia de la oración, lo que creció en un 25%, 8 alumnos aún no

comprendieron la importancia de la oración, lo que hace un 4% y sólo una minoría es decir 5 dudan de la oración, lo que resulta en un 2%.

Después de la encuesta y fomentando la práctica de la comunión con Dios a través de la oración se obtuvieron los siguientes resultados:

Figura 2

Práctica de la oración

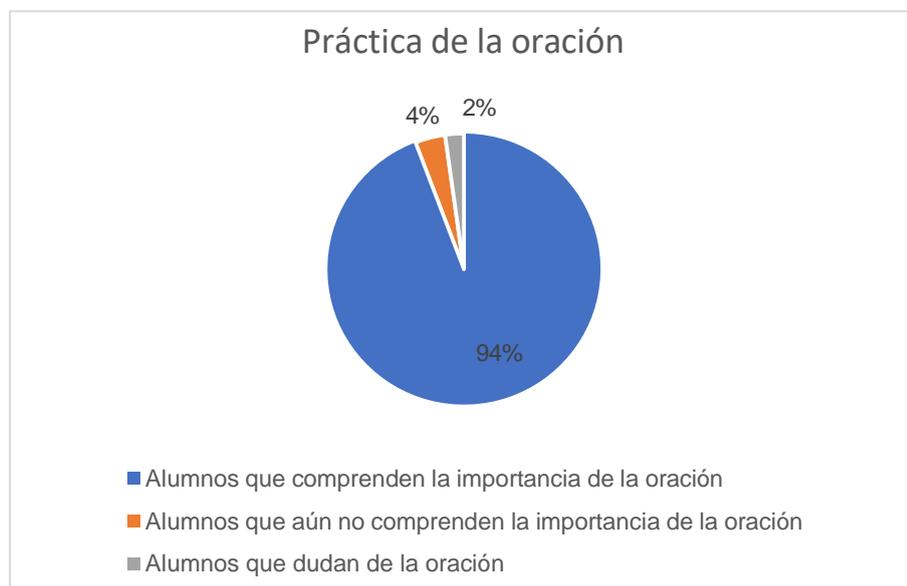


Tabla 10

Testimonio Cristiano

Testimonio cristiano	Frecuencia	Porcentaje
Alumnos que testifican una vida cristiana	38	68%
Alumnos que no testifican una vida cristiana	154	17%
Alumnos que no creen en la importancia de llevar una vida cristiana	33	15%
TOTAL	225	100%

Fuente: Cuestionario de preguntas

La tabla muestra que, de un total de 225 alumnos, sólo 38 testifican una vida cristiana o sea el 68%, 154 alumnos no muestran interés por testificar su vida cristiana, lo que hace un 17 y 33 no creen en la importancia de llevar una vida cristiana, lo que da un 15%.

Figura 3

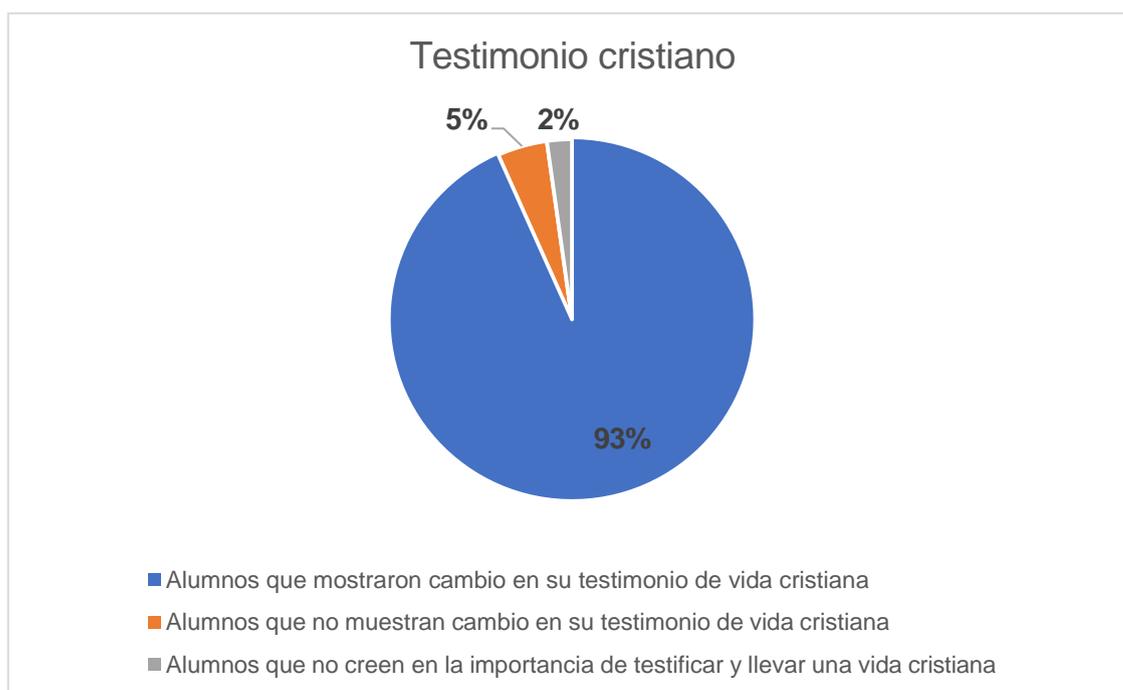


Tabla 11

Testimonio Cristiano

Testimonio cristiano (Post test)	Frecuencia	Porcentaje
Alumnos que mostraron cambio en su testimonio de vida cristiana	210	93%
Alumnos que no muestran cambio en su testimonio de vida cristiana	10	5%
Alumnos que no creen en la importancia de testificar y llevar una vida cristiana	5	2%
TOTAL	225	100%

Fuente: Cuestionario de preguntas

Figura 4

Testimonio Cristiano



Figura 5

