



IGLESIA DEL REDENTOR

40 días

de oración y ayuno 2018

DESCONECTARSE

haciendo espacio para Dios

TABLA DE CONTENIDO

Introducción • page 4
Disciplinas espirituales • page 6
Como Profundizar • page 8
Celebrando la Cuaresma • page 9
¿Por qué el ayuno? • page 10
Como Ayunar • page 12
Consejos Principales de Ayuno • page 13

Febrero 4 - Febrero 10 • page 14
Reflexión antes de ayunar

Febrero 11 - Febrero 17 • page 16
Digno de todo lo que tenemos

Febrero 18 - Febrero 24 • page 18
Preparandonos para el cambio

Febrero 25 - Marzo 3 • page 20
Secretos y suelos, parte 1

Marzo 4 - Marzo 10 • page 22
Secretos y suelos, parte 2

Marzo 11 - Marzo 17 • page 24
No sientes el amor?

Marzo 18 - Marzo 24 • page 26
El secreto de como perdonar libremente

Marzo 25 - Marzo 31 • page 28
El reto de la gracia

Abril 1 - Abril 7 • page 30
Reflexion Post-Ayuno

INTRODUCCIÓN

Los 40 Días de Oración y Ayuno ha sido un tiempo especial para nuestra familia de iglesia. Es un tiempo en que buscamos la voluntad y transformación de Dios en nuestras vidas, y también en nuestra comunidad y ciudad. Nuestro tema para los 40 días de Oración y Ayuno será nuevamente “Desconectarse - Haciendo Espacio para Dios.”

“En la alabanza experimentamos la verdad que la primera y mejor cosa de la vida es una relación cambiante con el Dios que nos hizo, nos llamó, y nos dió la vida.”¹

Un paso importante en crecer en relación con Dios y aprender a confiar y obedecerle es pasar tiempo con él. Mientras que nuestros horarios y mundo se hacen más ocupados y caóticos, tenemos que hacer activos en hacer más espacio para Dios en nuestras vidas.

Durante la Cuaresma este año, practicaremos haciendo espacio para Dios en hacer el ayuno de la tecnología y también el ayuno tradicional de comida. El diario semanal de reflexión seguirá nuestra serie de sermones. Las preguntas nos ayudará conectar con Dios mientras que reflexionamos sobre dónde viene nuestra fuerza.

Mientras que tomamos tiempo para escuchar y hablar con Dios, encontremos que somos fortalecidos y transformados más plenamente hacia lo que él nos a criado para ser. Además, que podremos aprender a disfrutar y confiar en él más y más cada día.

Que “el Padre, de quien recibe nombre toda familia en el cielo y en la tierra...te de, por medio sus riquezas gloriosas, hacer fortalecido con poder a través de Su Espíritu en lo íntimo de su ser, para que por fe Cristo habite en sus corazones; y que, arraigados y cimentados en amor, seamos plenamente capaces de comprender con todos los santos cuál es la anchura, la longitud, la altura y la profundidad, y conocer el amor de Cristo que excede todo conocimiento, para que seamos llenos de toda la plenitud de Dios” (Efesios 3:14-19, NVI)

1. Adele Ahlberg Calhoun, *Spiritual Disciplines Handbook: Practices that Transform Us*, InterVarsity Press: 2005, p. 20

DISCIPLINAS ESPIRITUALES

Disciplinas espirituales son prácticas que nos ayudan a crecer en nuestra relación con Dios. En esta temporada, estaremos practicando las tres disciplinas que se describen a continuación.

DESCONEXIÓN

Desconexión es una invitación a alejarse del mundo impersonal de tecnología/media (Facebook, radio, juegos de video, correo electrónico, teléfono celular, podcasts, Hulu, etc.) y hacia la presencia de Dios y de los demás. Como seres personales, necesitamos el contacto personal con los demás para nuestra salud en general.

<p>La práctica incluye:</p> <ul style="list-style-type: none"> la comunicación cara a cara en lugar de virtualmente no revisar el correo electrónico en el fin de semana limitando la cantidad de tiempo en la tecnología/media 	<p>El fruto de esta práctica incluye:</p> <ul style="list-style-type: none"> libertad de las adicciones de tecnología da el regalo de estar presente con Dios y los demás disfrutando y creciendo al estar con Dios y los demás
--	--

“El hacer espacio es siempre un comienzo, una posibilidad, un potencial, una capacidad para el nacimiento.” - Gerald May

AYUNO

El ayuno es negarse intencionalmente a sí mismo necesidades básicas o comodidades como un recordatorio de que sólo Dios es quien verdaderamente nos puede satisfacer.

<p>La práctica incluye:</p> <ul style="list-style-type: none"> la abstención de alimentos con el fin de estar con Dios rindiéndose adicciones, compulsiones, caprichos y antojos a Dios arrepentirse y esperando en Dios 	<p>El fruto de esta práctica incluye:</p> <ul style="list-style-type: none"> tener más espacio para orar salir de comportamientos adictivos o compulsivos identificándose con Jesús en búsqueda de la fuerza en Dios para ser obediente y amar a los demás
---	---

“El propósito del ayuno es para aflojar hasta cierto punto los lazos que nos unen con el mundo de las cosas materiales y nuestro mundo completo alrededor, con el fin de que podamos concentrar todos nuestros poderes espirituales hacia las cosas invisibles y eternas.” - Ole Hallesby

EXAMEN

El examen es una forma de prestar atención a la voz y la actividad de Dios en todo el día.

<p>La práctica incluye viniendo regularmente a la presencia de Dios y reflexionar sobre cuestiones como éstas:</p> <ul style="list-style-type: none"> Por cual momento estoy más agradecido hoy? Por cual momento estoy menos agradecido hoy? Cuando di y recibí más amor hoy? Cuando di y recibí menos amor hoy? 	<p>El fruto de esta práctica incluye:</p> <ul style="list-style-type: none"> reconociendo que Dios está con usted en sus tiempos de alegría y en sus tiempos de dificultad el fomento de la gratitud en su vida reconociendo más como Dios te creó para ser y discernir dirección para tu vida
--	---

“El examen nos hace conscientes de los momentos que en un principio podríamos pasar fácilmente como insignificantes, momentos que en última instancia, pueden dar la dirección para nuestras vidas.” - Dennis Linn



Si usted tiene interés, hay un recurso de audio que puede ser ayudante en esta disciplina de examen. Está disponible (para adultos y niños) en la internet o como una App gratuita.

<http://rezandovoy.org/reproductor/especial-infantil/25>

Orientación sobre cómo practicar el examen con niños:

Enséñele a sus hijos la práctica de la búsqueda de Dios en sus vidas diarias. Usted puede enseñar el examen con jugar “Espio a Dios.” En la mesa de cena, invite a sus niños que digan donde han espiado a Dios en su día.

1. Gran parte de la información de esta sección es tomada directamente de: Adele Ahlberg Calhoun, *Spiritual Disciplines Handbook: Practices that Transform Us*, InterVarsity Press: 2005, p. 52-55, 85-87, 218-222

COMO PROFUNDIZAR

Para algunos de nosotros, esas disciplinas se fundan en ideas nuevas. Para otros, ya son parte de la rutina regular. Hay flexibilidad en la forma de practicar estas disciplinas. A continuación les damos ejemplos de cómo se puede ponerse a (o profundizarse en) hacer esas disciplinas en su vida.

Por ejemplo, si no ha ayunado antes, puede comprometerse a ayunar por 24 horas una vez cada semana (opción 1). Si ya hace ayuno regularmente, tal vez va a decidir a hacer un ayuno de un tiempo más largo (opción 3).

Cualquiera que elige hacer en esta temporada, que su amor para Dios y su conocimiento del amor de Dios se aumenten.

DESCONEXIÓN

1. Abstenerse de una forma de tecnología o media (e.g. Facebook, navegando el internet, videojuegos, TV, Hulu, radio, etc.)
2. Abstenerse de más de una forma de tecnología y buscar oportunidades para comunicar cara a cara en vez de virtualmente con los demás
3. Abstenerse de todas las formas de tecnología/media

EXAMEN

1. Dedicar un día cada semana para la reflexión y la oración usando el diario semanal de reflexión.
2. Dedicar tiempo durante toda la semana para la reflexión y la oración usando el diario semanal de reflexión. Apuntar sus pensamientos, experimentación y las palabras que Dios le dé en un diario.
3. Dedicar 30 minutos cada día para la reflexión y la oración usando el diario semanal de reflexión.

AYUNO

1. Comprometerse a un ayuno de 40 días de algo específico (por ejemplo, postres, pan, carne, cafeína, etc.) o un ayuno tradicional de comida de 24 horas cada semana.
2. Comprometerse a un ayuno de 40 días de algo específico y uno de 24 horas cada semana.
3. Participar en un ayuno extendido de comida (hablar con un líder del estudio bíblico o un pastor de la iglesia para hacerlo seguramente).

CELEBRANDO LA CUARESMA

Muchas iglesias celebran diferentes “temporadas” a lo largo del año. La mayoría de nosotros en la Iglesia del Redentor probablemente estamos familiarizados con la idea de celebrar la Navidad y la Pascua. Normalmente estos días están dedicados a honrar el nacimiento de Jesucristo y su resurrección. Dependiendo de nuestro pasado, podemos estar menos familiarizados con las temporadas de “Advenimiento” y “Cuaresma.” O estas pueden ser ideas muy conocidas, si hemos crecido en denominación más litúrgicas, como la iglesia católica, episcopal, o Luterana.

Como comunidad, recientemente observamos juntos el Advenimiento, marcando las semanas mientras esperábamos celebrar el nacimiento de Jesús. Juntos, encendimos las velas y pensamos en la historia de la Navidad y lo que la esperanza del nacimiento de Jesús significa para nosotros hoy. Advenimiento significa “venida”. El tomar tiempo para reflexionar sobre el tiempo que el mundo tuvo que esperar para el nacimiento de Jesús nos ayuda a entender mejor lo que significa esperar que Jesús venga de nuevo.

La Cuaresma (los cuarenta días antes de Pascua), es otro tipo de “espera”. Los Cristianos la han celebrado por centenares de años. Usted tal vez ya haya observado la Cuaresma, si decidió “renunciar” a algo durante el Miércoles de Ceniza con el fin de concentrarse en lo más importante: seguir a Dios. Tal vez celebrar la Cuaresma es totalmente nuevo para usted. Sea cual sea su experiencia, esta guía nos ayudará a celebrar la Cuaresma juntos como una familia en Cristo.

En éste año, 2018, como en otros años, vamos a pasar cuarenta días ayunando y orando en comunidad. La mayoría de nosotros elegiremos un día a la semana para ayunar todo el día. Todos estamos invitados a orar cada día. Tal vez ayunar le provoque entusiasmo, nervios --o ambos! Esta guía le explicará más acerca de lo que el ayuno realmente es.

¿POR QUÉ EL AYUNO?

En su ministerio en la tierra, Jesús señaló la necesidad de la oración y el ayuno a través de sus palabras y sus acciones. Así, a medida que buscamos a Dios juntos como iglesia, oramos y ayunamos porque necesitamos los dos en nuestra vida y ministerio juntos. Algunos de nosotros podemos ser más o menos familiarizados con la práctica del ayuno. Aquí hay algunas notas que pueden ayudar a pensar más claro sobre el ayuno mientras oramos juntos.

Por qué ayunar? No hay una sola respuesta. Aquí están algunos que han sido de gran ayuda a la gente en nuestra iglesia y para los seguidores de Jesús por muchos años.

El ayuno puede intensificar el poder de nuestras oraciones. Esto no significa que el ayuno sea una forma de manipular a Dios o para mostrarle que somos muy santos. Más bien, el ayuno nos ayuda a enfocar y mejorar nuestra capacidad de escucharle a él. Y, de una manera que no totalmente entendemos, el ayuno y la oración juntos son una combinación de gran poder espiritual. Una vez, los discípulos de Jesús estaban confundidos en no poder echar fuera un espíritu muy mal. Cuando le preguntaron a Jesús por qué, les explicó que algunos espíritus no puede ser expulsados a menos que con oración y ayuno (vea la historia en Mateo 17:21 y Marcos 9:29).

El ayuno es una parte importante de nuestras vidas de fe, aún cuando no estamos intentando “echar fuera a un espíritu maligno,” como hicieron los discípulos de Jesús. Al igual que comer una dieta equilibrada ayuda a nuestra salud física, añadiendo el ayuno a nuestra vida de oración y nuestros intentos de caminar en la fe puede ayudar a nuestra salud espiritual. Muchos de nosotros luchamos para añadir disciplinas físicas como tomar agua o hacer ejercicio a nuestra vida diaria. De la misma manera, el ayuno es una disciplina, una disciplina para nuestra salud espiritual.

El ayuno trae el crecimiento espiritual. El ayuno es una herramienta espíritu- al para ayudarnos a crecer raíces espirituales. Dios ha crecido a nuestras vidas de fe a través de los tiempos de ayuno. Cuando hemos ayunado como iglesia, hemos visto muchos avances en nuestras vidas como individuos y como comunidad. Dios dio empleo a muchos que no tenían trabajo por mucho tiempo. Él sano emocionalmente a varias personas y a varias familias. El dio a algunos la fuerza y el valor necesario para tomar buenas decisiones para iniciar una nueva vida con él. Y, como iglesia, nos ha crecido en la esperanza y la fe.

El ayuno nos ayuda a experimentar el poder de Dios en la debilidad. A medida que nuestros cuerpos se vuelven débiles por el hambre, somos capaces de sentir la realidad espiritual que somos gente débil, incapaz de hacer nada sin la fuerza de Dios. Es en ese lugar de debilidad que podemos vivir en la verdad de la Escritura, que dice: “Te basta con mi gracia, pues mi poder se perfecciona en la debilidad” (2 Corintios 12:9).

El ayuno nos cambia de enfocarnos en nuestras propias necesidades a escuchar la voz de Dios y tener en cuenta las necesidades de otros. A través del ayuno, aprendemos que las palabras de Dios y las Escrituras dan vida, y no solo que la comida es lo que nos da la vida, sino también las palabras que salen de la boca de Dios (vea a Mateo 4:4). Nos enteramos de que al igual que Jesús, nosotros también tenemos que comer, incluso cuando estamos ayunando. Esta comida es la palabra de Dios, que nos da fuerza y nos ayuda a vivir para él.

El ayuno requiere arrepentimiento. Cuando los israelitas ayunaron sin arrepentirse de verdad, Dios se negó a aceptar o ser movido por su ayuno (vea a Isaías 58:1-3). Así que, cuando ayune y ora, ¡también arrepíentese del pecado! Pídele a Dios que le muestre si hay algo que debe confesar o arrepentirse de. Cuando usted ora, pídele perdón a Dios. Usted puede confesar directamente a Dios o puede compartir con otra persona del mismo sexo y pedirle a la otra persona que ore por usted. Cuando confesamos nuestros pecados, Dios nos perdona y nos hace nuevo otra vez para que podamos dejar de nuestros caminos pecaminosos.

COMO AYUNAR

Jesús dice que cuando ayunamos, no debemos de hacerlo para impresionar a los demás o para ver o actuar como estamos sufriendo (ve Mateo 6:16-18). Ayunamos sólo para Dios, no para la gente. Mucha gente ayunan individualmente hoy en día, pero en los tiempos bíblicos y en toda la historia de la Iglesia, grupos de personas han creído que era importante ayunar juntos.

Debemos tener cuidado de no usar el ayuno como una herramienta para intentar de controlar a Dios. Igual como la oración no es algo mágico para hacer que Dios haga algo por nosotros, el ayuno tampoco lo es.

Cada uno de nosotros va a escoger un día de la semana (por ejemplo, Martes) para ayunar. Por lo general, el ayuno consiste en negarse de alimentos y a veces de bebidas con el fin de dedicarse a la oración. Por cuánto tiempo y con qué frecuencia ayunan están entre los que ayunan y el Señor. El ayuno común judío era del atardecer de un día hasta el atardecer del día siguiente. Usted debe considerar si usted está en condiciones físicas para poder ayunar o si no a causa de las condiciones de salud o otras circunstancias. Si usted no está seguro si debe ayunar, hable con su líder de hogar o con un pastor. Si usted tiene una condición de salud, usted debe hablar con su doctor antes de ayunar. Finalmente, si usted tiene alguna otra pregunta sobre el ayuno, le puede ayudar hablar con un líder, pastor o miembro del equipo de oración.

Algunos de nosotros somos muy nuevos en el ayuno, mientras que otros de nosotros podemos tener preguntas acerca de cómo el ayuno que estamos haciendo aquí es similar o diferente a las otras formas de ayuno que practican otras comunidades religiosas. El deseo de nuestra iglesia es ser un lugar donde podemos aprender juntos lo que significa buscar a Dios mediante la oración y el ayuno. Nosotros no somos personas perfectas, somos personas que tenemos hambre de aprender más acerca de quién es Dios y cómo la presencia de Dios hace una diferencia en nuestras vidas diarias.

CONSEJOS PRINCIPALES DE AYUNO

Hay muchas maneras de ayunar. Cada persona tiene que encontrar el mejor ayuno para su situación. Si puede, intente de cumplir con el mismo ayuno cada semana. El ayuno puede sentirse diferente aunque lo hacemos de la misma manera cada vez. Eso está bien-es parte de lo que es el ayuno.

¿Hay cosas que debo de comer o no comer?

Una forma para que los adultos sanos puedan ayunar por un día es no comer ningún alimento y beber sólo agua. Usted puede optar por tomar bebidas claras como el jugo o té de hierbas. Productos lácteos o bebidas con cafeína como los refrescos o el café puede hacer que usted se sienta enfermo. Recuerde que el objetivo del ayuno es renunciar cosas en los cuales normalmente dependemos para la fuerza (sin poner en peligro nuestra salud).

¿Quién no debe ayunar?

Si usted está embarazada, amamantando a un bebé, o podría estar embarazada, no debe ayunar. Además, los niños o las personas con ciertas condiciones de salud no debe ayunar. Si tiene alguna pregunta, por favor, consulte a un médico o líder de la iglesia. Los que no son capaces de ayunar en la forma tradicional puede considerar el ayuno de cosas como la televisión, Facebook, postre, etc. De cualquier manera, usted todavía puede participar en nuestro tiempo de oración.

¿Cuándo oro?

Dedique algo de tiempo cada día para orar. Algunas personas optan por utilizar su almuerzo para tomar un poco de tranquilidad para orar. Esto es una buena oportunidad para enseñar a nuestros hijos acerca de la oración y pasar tiempo orando con nuestras familias uo hogares. Aunque los niños no deben de ayunar, queremos que nuestros hijos aprendan que la oración es importante.

¿Cómo puedo romper o terminar mi ayuno?

Es útil comer una comida pequeña y sencilla o un refrigerio al final de su ayuno y luego esperar un poco antes de comer más. Romper el ayuno con los alimentos como pan, galletas o fruta. Comidas altas en grasa o azúcar puede hacer que se sienta mal si es la primera cosa que usted come. No coma alimentos fritos, pizza, hamburguesas, nachos, helado, o algo más pesado de inmediato. Que el Señor nos bendiga al ayunar, orar, y buscar su rostro.

Si usted nunca ha ayunado antes, puede que le resulte útil hablar con alguien antes de comenzar y mientras esté ayunando para ver cómo va. Si usted tiene un compañero de oración o de responsabilidad, traten de ayunar juntos: es mejor hacerlo en comunidad. De la misma manera, si usted vive con otros miembros de la iglesia, se pueden alentarse unos a otros dentro de su hogar, ayunando juntos. Si usted no tiene un compañero de oración, tal vez ahora es el momento de comenzar a orar regularmente con un amigo!

FEBRERO 4 - FEBRERO 10: REFLEXIÓN ANTES DE AYUNAR

Las preguntas de esta guía son para ayudarle a usted reflexionar durante esta temporada. No es necesario responder a todas ellas. Usted puede elegir reflexionar sobre todos a la misma vez, o en el transcurso de la semana. Al comenzar, busque un lugar donde no se distraiga. Invite al Espíritu Santo para que este con usted y para guiar su tiempo de reflexión. Anote los pensamientos, versículos de la Biblia, oraciones, etc. que le gustaría recordar.

Mientras te preparas para “desconectar”, toma tiempo esta semana para observar dónde y cuánto tiempo pasas en diferentes tipos de tecnología/medios. Toma tu tiempo para observar dónde y cuánto tiempo pasas con Dios y con otras personas. Invita al Espíritu Santo para que te ayude encontrar un lugar donde puedes “desconectar” y donde puedes conectar más con Dios y con los demás.

¿Hay algo que estás esperando en Dios por? Habla con Dios acerca de ello y entregáselo a él. Pídele a Dios que prepare tu corazón para recibir lo que él tiene para ti en esta temporada.

Repasa la sección de “Cómo Profundizar” en esta guía de oración. Invita al Espíritu Santo que te guíe cómo practicar la desconexión, el examen y el ayuno en esta temporada.

Toma tu tiempo para pensar si vas a comenzar tu ayuno el Miércoles de Ceniza (feb 14) o el domingo, 11 de febrero. Escribe tu compromiso aquí.

**FEBRERO 11 - FEBRERO 17:
DIGNO DE TODO LO QUE TENEMOS
(MATEO 13:44-46)**

Como encontraste la fe en Jesús – tropezando con él como el tesoro en un campo o buscándolo como el comerciante de perlas? Como sería tu vida si de verdad vivieras como si Jesús y su reino valieran todo lo que tienes? Como vivirías de manera diferente?

¿Cómo ha ido tu tiempo de “desconexión?” Que ha sido un reto? ¿Que ha sido bueno? ¿Cómo ha ido tu conexión con los demás?

¿Cómo te sientes en entrar en esta temporada de oración y ayuno? ¿Cómo te sientes acerca de los compromisos que has hecho? ¿Qué esperas para o necesitas de Dios? Toma tu tiempo para compartir tus sentimientos y pensamientos con Dios.

Que ha estado ocurriendo en tu cuerpo y en tus emociones esta semana? ¿Cómo has estado durmiendo? ¿Qué has estado sintiendo?

¿Donde/Cómo distes y recibistes amor hoy/esta semana? ¿Donde /Cómo retirastes amor hoy/esta semana? Toma tu tiempo para recordar esos momentos y pídele a Dios que hable contigo acerca de esos tiempos.

FEBRERO 18 - FEBRERO 24: PREPARANDONOS PARA EL CAMBIO (MARCOS 2:18-22)

Alguna vez has experimentado las cosas viejas en tu vida “chocando” o estar en conflicto con las cosas nuevas que trae la fe en Jesús? Si es así, como? Ya sea que hayas experimentado esta tensión antes o no, cómo puedes preparar tu corazón y tu mente para el cambio que Jesús traerá en tu vida en las próximas semanas y meses?

¿Cómo ha ido tu tiempo de “desconexión?” Que ha sido un reto? ¿Que ha sido bueno? ¿Cómo ha ido tu conexión con los demás?

Donde estuvistes consciente de que Dios está contigo hoy / durante esta semana? Toma tu tiempo para recordar esos momentos y agradecer a Dios por que te ayudó a ser más consciente de su presencia.

Hoy/En la última semana, cuando te sentistes solo, como que Dios no estaba contigo? Toma tiempo para recordar esos momentos y para llevarlos ante Dios. Pídele a Dios que te hable acerca de esas situaciones.

¿Donde/Cómo distes y recibistes amor hoy/esta semana? ¿Donde /Cómo retirastes amor hoy/esta semana? Toma tu tiempo para recordar esos momentos y pídele a Dios que hable contigo acerca de esos tiempos.

FEBRERO 25 - MARZO 3
SECRETOS Y SUELOS, PARTE 1
(MARCOS 4:1-20)

Cual es el secreto para ir al reino? Que hicieron los discípulos que fue clave?
Que es lo que harás esta semana en tu vida para practicar el secreto del reino?

¿Cómo ha ido tu tiempo de “desconexión?” Que ha sido un reto? ¿Que ha sido bueno? ¿Cómo ha ido tu conexión con los demás?

Donde estuvistes consciente de que Dios está contigo hoy / durante esta semana?
Toma tu tiempo para recordar esos momentos y agradecer a Dios por que te ayudó a ser más consciente de su presencia.

Hoy/En la última semana, cuando te sentistes solo, como que Dios no estaba contigo? Toma tiempo para recordar esos momentos y para llevarlos ante Dios. Pídele a Dios que te hable acerca de esas situaciones.

¿Donde/Cómo distes y recibistes amor hoy/esta semana? ¿Donde /Cómo retirastes amor hoy/esta semana? Tome su tiempo para recordar esos momentos y pídele a Dios que hable con usted acerca de esos tiempos.

**MARZO 4 - MARZO 10:
SECRETOS Y SUELOS, PARTE 2
(MARCOS 4:1-20)**

Con cual de los cuatro suelos te identificas? Has sentido al enemigo robandote la poca fe que has tenido – o han sido tu fe y júbilo en Jesús breves o pasajeras por que sus raíces no son lo suficientemente profundas para resistir los desafíos que han venido – o ha sido tu fe desplazada por las preocupaciones diarias, el engaño de la riqueza y el deseo mundano de otras cosas? Ora y pídele a Jesús que te convierta en suelo bueno y fértil. Y si puedes ver las maneras en las que Él te ha ayudado a ser un buen suelo tómate un tiempo para recordar y agradecer a Jesús por su fidelidad hacia ti.

¿Cómo ha ido tu tiempo de “desconexión?” Que ha sido un reto? ¿Que ha sido bueno? ¿Cómo ha ido tu conexión con los demás?

Donde estuvistes consciente de que Dios está contigo hoy / durante esta semana? Toma tu tiempo para recordar esos momentos y agradecer a Dios por que te ayudó a ser más consciente de su presencia.

Hoy/En la última semana, cuando te sentistes solo, como que Dios no estaba contigo? Toma tiempo para recordar esos momentos y para llevarlos ante Dios. Pídele a Dios que te hable acerca de esas situaciones.

¿Donde/Cómo distes y recibistes amor hoy/esta semana? ¿Donde /Cómo retirastes amor hoy/esta semana? Toma tu tiempo para recordar esos momentos y pídele a Dios que hable con usted acerca de esos tiempos.

MARZO 11 - MARZO 17:
SO SIENTES EL AMOR?
(LUCAS 7:36-50)

Donde esta tu amor por Jesús en estos días? Cuantas veces te ha perdonado el Señor? Dedicar un tiempo a recordar todas las diferentes ocasiones en las que has pedido perdón a Jesús y le has pedido que te ayude a hacer más profundo tu amor por Él. Si nunca le has pedido perdón a Jesús por nada, toma esta oportunidad ahora para hacerlo, pídele perdón por cualquier cosa que recuerdes. Admira la verdad y la realidad de su perdón y agradece desde el fondo de tu corazón.

¿Cómo ha ido tu tiempo de “desconexión?” Que ha sido un reto? ¿Que ha sido bueno? ¿Cómo ha ido tu conexión con los demás?

Donde estuviste consciente de que Dios está contigo hoy / durante esta semana? Toma tu tiempo para recordar esos momentos y agradecer a Dios por que te ayudó a ser más consciente de su presencia.

Hoy/En la última semana, cuando te sentiste solo, como que Dios no estaba contigo? Toma tiempo para recordar esos momentos y para llevarlos ante Dios. Pídele a Dios que te hable acerca de esas situaciones.

¿Donde/Cómo distes y recibiste amor hoy/esta semana? ¿Donde /Cómo retiraste amor hoy/esta semana? Toma tu tiempo para recordar esos momentos y pídele a Dios que hable con usted acerca de esos tiempos.

MARZO 18 - MARZO 24:
EL SECRETO DE COMO PERDONAR LIBREMENTE
(MATEO 18: 21-35)

Que tan libremente perdonas a aquellos que te hicieron daño? De qué manera el ejemplo del perdon profundo de Jesus te ayuda a perdonar mas libremente? Existe alguien a quien no has perdonado? Dedicar un tiempo y pídele al Señor que te ayude a perdonarlos.

¿Cómo ha ido tu tiempo de “desconexión?” Que ha sido un reto? ¿Que ha sido bueno? ¿Cómo ha ido tu conexión con los demás??

Donde estuviste consciente de que Dios está contigo hoy / durante esta semana? Toma tu tiempo para recordar esos momentos y agradecer a Dios por que te ayudó a ser más consciente de su presencia.

Hoy/En la última semana, cuando te sentiste solo, como que Dios no estaba contigo? Toma tiempo para recordar esos momentos y para llevarlos ante Dios. Pídele a Dios que te hable acerca de esas situaciones.

¿Donde/Cómo distes y recibistes amor hoy/esta semana? ¿Donde /Cómo retirastes amor hoy/esta semana? Toma tu tiempo para recordar esos momentos y pídele a Dios que hable con usted acerca de esos tiempos.

MARZO 25 - MARZO 31:
EL RETO DE LA GRACIA
(MATEO 20: 1-16)

Sientes algunas veces resentimiento por la gracia de Dios para con personas que parecen más “pecadoras” que tu? Sientes algunas veces que tu has “trabajado más horas” para Dios y que el te “debe” mas a tí? Que es lo que Jesús está tratando de decirte a traves de este pasaje?

¿Cómo ha ido tu tiempo de “desconexión?” Que ha sido un reto? ¿Que ha sido bueno? ¿Cómo ha ido tu conexión con los demás??

Donde estuvistes consciente de que Dios está contigo hoy / durante esta semana? Toma tu tiempo para recordar esos momentos y agradecer a Dios por que te ayudó a ser más consciente de su presencia.

Hoy/En la última semana, cuando te sentistes solo, como que Dios no estaba contigo? Toma tiempo para recordar esos momentos y para llevarlos ante Dios. Pídele a Dios que te hable acerca de esas situaciones.

¿Donde/Cómo distes y recibistes amor hoy/esta semana? ¿Donde /Cómo retirastes amor hoy/esta semana? Toma tsu tiempo para recordar esos momentos y pídele a Dios que hable con usted acerca de esos tiempos.

ABRIL 1 - ABRIL 7: REFLEXIÓN POST-AYUNO

Las preguntas de esta guía son para ayudarle a usted reflexionar durante esta temporada. No es necesario responder a todas ellas. Usted puede elegir reflexionar sobre todas a la misma vez, o en el transcurso de la semana. Al comenzar, busque un lugar donde no se distraiga. Invite al Espíritu Santo para que este con usted y para guiar su tiempo de reflexión. Anote los pensamientos, versículos de la Biblia, oraciones, etc. que le gustaría recordar.

Analicen las escrituras de las 7 semanas pasadas. Que tesoros, antiguos y nuevos, ha estado tratando de darte Jesús?

Que es lo que Jesús te enseñó a través de desconectarte, ayunar, y practicar el examen?

Que cambios en ti notaste mientras avanzabas?

Existen algunas formas en las que Jesús te llama a continuar estas prácticas?

