

Tratando con el desaliento – Ejercicios Diarios

Pensamientos y preguntas sobre las cuales reflexionar, escribir, y orar para incrementar el crecimiento personal.

Día 1

Piense en una ocasión cuando se sentía desanimado. ¿Qué era la causa? ¿Cómo lo trató? ¿Cuáles eran las emociones principales que sentía? ¿Alguien le ayudó o dijo algo que le ayudó? ¿Cómo le ayudaron? Sintiendo desanimado es algo que todos pasamos tarde o temprano. ¿Cómo lo tratamos es lo que determina nuestro nivel de resistencia? Escribe la respuesta a las preguntas anteriores.

Día 2

Una de las mentiras más peligrosas es creer que la situación presente durará para siempre. El diablo quiere robar su esperanza, porque si puede lograrlo, puede traer desilusión y será más fácil tentarle a pecar. Si nada más, sepa que la eternidad le espera, y lo único que importa allá son las decisiones que hace aquí. Siempre tiene el control sobre esto. Escribe lo que espera en el futuro; algo que Dios le ha prometido, metas que tiene, o eventos que puede anticipar.

Día 3

Memorice

PROVERBIOS 18:10 (RVR)

Torre fuerte es el nombre de Jehová; A él correrá el justo, y será levantado.

Día 4

¿Cuáles son algunas mentiras que el diablo le ha dicho, o usted a veces escucha en su mente? ¿Cuáles son algunas cosas que le desaniman, pero no sabe si son ciertas o son mentira?

Memorice

EFESIOS 2:10 (RVR)

Porque somos hechura suya, creados en Cristo Jesús para buenas obras, las cuales Dios preparó de antemano para que anduviésemos en ellas.

Tome tiempo para escribir como Dios le ve, basado sobre este versículo.

Día 5

Un aspecto interesante de la vida, es que cuando enfocamos sobre nosotros mismos, sentimos mucho más desdichados que cuando enfocamos sobre los demás. Así que una buena manera de evitar estar desanimado, es pensar en lo que puede hacer para bendecir a los demás. Puede haber ocasiones cuando la persona que está tratando de bendecir le decepciona. En estas situaciones es importante tener más de una persona con quien relacionarse. Tener a más que una persona con quien puede hablar cuando está desanimado es importante. Escribe unas cosas que puede hacer para otra persona que le hará sentirse especial. Establecer relaciones con los demás, es una de las cosas más importantes que puede hacer con su tiempo y energía.

LUCAS 16:9 (RVR)

Y yo os digo: Ganad amigos por medio de las riquezas injustas, para que cuando éstas falten, os reciban en las moradas eternas.

A la luz de la verdad de este versículo, ¿cuáles cambios necesita hacer en cuanto a las cosas que está haciendo?