

## *Emociones y pensamientos*

# Crecimiento en el fracaso – Ejercicios Diarios

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

---

### **Día 1**

Uno de los primeros pasos es reconocer que hay otras personas que han tenido las mismas dificultades que tiene usted y los han vencido. Las reuniones nos introducen a tales personas. Haga una lista de algunas personas que usted conoce que han luchado con las mismas cosas y han sobresalido. ¿Cuáles son algunas características en sus vidas que usted desea imitar en su propia vida? Algunos ejemplos son la generosidad, como tratar a los demás, humildad, etc.

---

### **Día 2**

Si mantiene sus normas altas, más oportunidad hay para crecer. Resiste la tentación de la auto-condenación. Cambie su perspectiva del fracaso como algo permanente a algo que es un retroceso temporal que demuestra las áreas donde necesita mejorar. Un ejemplo sería establecer una norma de orar 30 minutos diarios, y verlo como fracaso si no cumple. Estas normas están basadas sobre lo que quiere lograr, no en lo que sea correcto o incorrecto. Tener alguien que le pide rendir cuentas, le ayuda ver la importancia en su mente. Anote unas normas que le gustaría comenzar a cumplir.

---

### **Día 3**

## Memorice

### **EFESIOS 4:15 (RVR)**

Sino que siguiendo la verdad en amor, crezcamos en todo en aquel que es la cabeza, esto es, Cristo,

---

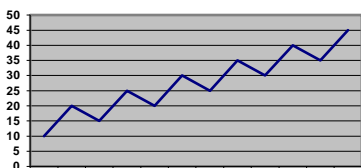
### **Día 4**

Evaluando un fracaso en el pasado es muy importante porque cuando comenzamos a comprender lo que le llevó a pecar, podemos ver la significancia de algunas cosas de las cuales no estábamos conscientes. Algunas preguntas que puede hacerse ¿habían indicaciones del fracaso anteriormente? ¿Porqué o porque no? ¿Reconoció un punto donde Dios le estaba dando una salida? ¿Cuáles eran los pasos que le llevó a este punto? ¿Qué hubiera podido hacer diferente para evitar la tentación? ¿Que eran los deseos que tenía? ¿Cuáles eran los aspectos de su vida que necesitaban fortalecerse? ¿Pidió consejo?

---

### **Día 5**

Si hiciera un gráfico de su crecimiento, por lo general no es una línea directa hacia arriba como esta ilustración. Hay altibajos. No se desanime.



Es normal tomar tiempo para aprender algo bien. Decídase hacerlo, y tenga personas a quien rendirles cuenta, haga los cambios pequeños que pueda, y llegará el crecimiento. Tiene que estar resuelto a mejorar y estar dispuesto a buscar a Dios y seguir los consejos de los que ya han pasado por este camino.

¿Cuáles son algunos pasos que puede tomar para ayudarlo crecer en el futuro. ¿A quién puede preguntarle sobre este tema? No todos tendrán la respuesta, pero sea paciente y pregunte a otros.