

Emociones y pensamientos

Tratando con el rechazo – Ejercicios Diarios

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

Día 1

¿Cuándo hubo una ocasión cuando el rechazo le hirió? ¿Cómo se sintió?
¿Generalmente responde con ira, auto-compasión, u otra emoción? ¿Qué acción tomó después?
Escribe acerca de esta ocasión y porque le dolió tanto.

Día 2

ROMANOS 8:37-39 (RVR)

³⁷ Antes, en todas estas cosas somos más que vencedores por medio de aquel que nos amó.
³⁸ Por lo cual estoy seguro de que ni la muerte, ni la vida, ni ángeles, ni principados, ni potestades, ni lo presente, ni lo por venir,
³⁹ ni lo alto, ni lo profundo, ni ninguna otra cosa creada nos podrá separar del amor de Dios, que es en Cristo Jesús Señor nuestro.

¿Cómo describe este pasaje el amor de Dios hacia usted?
Si Dios le ama tanto, ¿le ama y acepta o le rechaza como persona?
¿Por qué cree que Dios le ama tanto?

Día 3

Memorice

LUKE 6:22 (RVR)

Bienaventurados seréis cuando los hombres os aborrezcan, y cuando os aparten de sí, y os vituperen, y desechen vuestro nombre como malo, por causa del Hijo del Hombre.

Día 4

Otro aspecto importante de nuestra vida que afecta el poder del rechazo sobre nosotros, es nuestro sentido de valor. Necesita verse como persona valiosa, no basado sobre lo que dicen los demás, sino sobre la perspectiva de Dios acerca de usted. Cuando basamos nuestro sentido de valor sobre lo que dicen los demás, constantemente está cambiando, dependiendo quien nos está acompañando. Dios le vio como alguien de tanto valor que pagó el último precio por usted. Así que su valor está basado sobre el valor de la vida de Jesús. ¿Qué valor tiene esto? Así que cuando su valor está firme, basado sobre esto, ¿cómo afecta el valor que los demás le imponen? Si algunas personas no reconocen a un rey, ¿deja él de ser rey? Somos coherederos con Cristo, pero no es porque lo merecemos. Usted es lo que es, aunque los demás no lo reconocen. Que le acepten o rechazen no cambia el hecho.

Día 5

Lea 2 SAMUEL 16:5-12

¿Qué fue la respuesta de David al ser insultado y rechazado por Simei?
¿Cómo podemos usar el rechazo o insultos, o la crítica para crecer?
Escribe unas razones porque usted cree que Dios permite el rechazo en nuestra vida, reconociendo ahora que él nos ama.