LA VIDA PROFUNDA · SESION 1

Inventario de Salvadores

Tu practica de la semana · 15 minutos diarios antes de dormir

¿Por que hacemos esto?

Hay voces que prometen darnos la buena vida —el dinero, la aprobacion de otros, el control, el conocimiento, hasta la misma religiosidad— pero todas tienen fecha de expiracion. Esta practica es como el cernidor que usan los albaniles: tiran la arena por la mallita, lo limpio cae, y la impureza queda en la rejilla. El Inventario de Salvadores es cernir nuestro interior: sacar a la luz lo que compite por nuestra lealtad, para devolverlo a Jesus.

Los cuatro pasos

1

Silencio inicial

2 MINUTOS

No empieces a orar todavia. Solo baja la velocidad. Respira hondo: inhala despacio... y suelta. Lo que cargaste hoy, por estos quince minutos lo sueltas. No se ira a ningun lado; estara ahi manana. Si tu mente se va corriendo, no pelees con ella —solo, con calma, regresala a tu respiracion.

2

Revision del dia

5 MINUTOS

Recorre el dia como si lo vieras pasar en una pelicula, desde que abriste los ojos hasta este momento. No con culpa —solo para mirar con honestidad. ¿Que decisiones tomaste? ¿Que pensamientos volvieron una y otra vez? ¿Que emociones sentiste mas fuerte? ¿Donde estuvo tu atencion mas rato hoy?

3 Identificar salvadores

5 MINUTOS

Mirando ese dia, hazte estas seis preguntas. No las contestes rapido; deja que cada una toque el dia que viviste:

Prosperidad	¿Busque seguridad en el dinero o las posesiones, en lugar de en Dios?
Fama	¿Busque validacion en la opinion de otros, en que alguien reconociera lo que hago?
Cuerpo	¿Me obsesione con mi apariencia o salud, mas alla del cuidado sano?
Conocimiento	¿Confie en mi inteligencia, en saberlo todo, sin buscar a Dios?
Activismo	¿Intente cambiar mis circunstancias sin permitir que Dios cambiara mi corazon?
Religiosidad	¿Me conforme con cumplir lo religioso sin buscar un encuentro real con Jesus?

De todo lo que miraste, ¿cual salvador compitio mas fuerte hoy por tu lealtad? Casi siempre hay uno que pesa mas. Nombralo —en tu mente, en voz baja, o escribelo abajo. Solo nombrarlo ya es el primer paso de la libertad.

Los cuatro pasos (continuacion)

4

Reorientacion

3 MINUTOS

Identificar sin reorientar deja la herida abierta. Cierra el ciclo. Reorientar lo que nos ha formado o deformado requiere tres cosas: pedirle al Espiritu Santo que nos ayude a verlo, nombrarlo con nuestros labios, y reemplazarlo con la verdad de Jesus. Habla con El. Puede ser tan sencillo como esto:

"Espiritu Santo, hoy mi atencion se fue hacia _____. Reconozco que tiene fecha de expiracion. Tu eres mi verdadera satisfaccion. Vuelve a centrarme en Jesus."

Recuerda

Lo mas importante de esta practica no es hacerla perfecta —es seguir llegando. Habra noches que la hagas con el corazon abierto y noches que apenas puedas mantenerte despierto. No importa. Lo que importa es que llegaste. **Show up.** Una noche a la vez.

Mis observaciones de esta semana

Anota en una linea lo que descubriste cada noche.

Lunes _____

Martes _____

Miercoles _____

Jueves _____

Viernes _____

Sabado _____

Domingo _____

"Y esta es la vida eterna: que te conozcan a ti, el unico Dios verdadero, y a Jesucristo, a quien has enviado."

JUAN 17:3 · NTV