

ENCONTRANDO DESCANSO EN DIOS

DEVOCIONAL



ASHLEY BERGNER

WWW.YOURLIFEHISVOICE.COM

Tabla de Contenido

ENCONTRANDO DESCANSO EN DIOS

02	Por qué este Devocional?
03	Lunes + Martes
04	Miércoles + Jueves
05	Viernes + Sábado
06	Carta De Amor Del Padre
07	Domingo
08	Sobre la Autora

POR QUÉ ESTE DEOCIONAL?

En una sociedad que cada vez nos da más distracciones (ya sea el trabajo, las actividades de los niños o navegar por las redes sociales), se ha convertido en un desafío para nosotros buscar descanso en Dios. Para la mayoría de nosotros, lo primero y lo último que hacemos en el día es revisar nuestros teléfonos.

en lugar de leer la Palabra o decir una oración.

El engaño nos hace creer que pasar tiempo con Dios es “otra tarea en la lista de cosas por hacer”, cuando en realidad es una parte vital de nuestra vida espiritual. Cuanto más disciplinemos nuestra mente para buscar a Dios, más desharemos y haremos lugar para la paz que viene con ese tiempo.

Mi esperanza es que este devocional te anime a ser intencional en apartar un tiempo para descansar en los brazos de tu Padre Celestial.

Ashley



JESÚS DESCANSÓ

Marco 1:35

“Muy de mañana, cuando todavía estaba oscuro, Jesús se levantó, salió de casa y se fue a un lugar solitario, donde se puso a orar.”

Jesús no intentó incluir la soledad en su día, el tomó un tiempo específico para ella. Fue intencional en su enfoque: salió de casa cuando todavía estaba oscuro por la mañana. Tal vez nuestra intencionalidad sea diferente, podría ser sentarnos con una Biblia o un diario mientras nuestros hijos colorean, o encontrar un lugar tranquilo durante tu almuerzo en el trabajo.

Durante los próximos dos días, trabajemos en comenzar un nuevo patrón de comportamiento: sentarnos intencionalmente con Dios por 15 minutos (¡programa una alarma!). A mí me gusta comenzar mi momento de tranquilidad dando gracias por 5 cosas en mi día. Cambiar nuestro pensamiento de las listas de tareas pendientes a enfocarnos en la bondad de Dios es una manera maravillosa de aquietar nuestra mente.

¿Por qué estás agradeciendo a Dios hoy? Escríbelo en un diario como un recordatorio de Su fidelidad en tiempos difíciles.



DA GRACIAS

Filipenses 4:6-7

“No se inquieten por nada, sino preséntenle a Dios sus peticiones en toda oración y ruego, con acción de gracias. Y la paz de Dios, que sobrepasa todo entendimiento, guardará sus corazones y sus pensamientos en Cristo Jesús.”



Estos últimos dos días, has aprendido a reservar un tiempo intencional y a concentrar tu mente en dar gracias a Dios durante ese tiempo. ¡Hoy vamos a añadir un paso más!

Nuestras mentes pueden estar llenas de pensamientos. Algunos de estos pensamientos tienen su raíz en la ansiedad, temor o incluso la ira. ¿Estás repitiendo una pelea? ¿Estás pensando en el peor escenario posible? Estos pensamientos cautivan nuestra mente y pueden llenarnos de emociones que Dios no quiere que carguemos. En cambio, deberíamos capturar estos pensamientos. (1) deteniendo el hilo de pensamiento, (2) entregando nuestros pensamientos a Dios y (3) trayendo nuestros pensamientos de regreso a la verdad de Dios. Practiquemos esta habilidad durante los próximos dos días mientras cada vez que los pensamientos cruzan tu mente.

“Dios, siento miedo de que mis hijos sean lastimados mientras están lejos de mí. Te entrego este miedo y declaro que no me controla. Gracias por cuidar a mis hijos y sostenerlos en la palma de tu mano. Elijo confiar en ti. Amén”.

NUESTROS PENSAMIENTOS

Salmo 139:17-18

**“¡Cuán preciosos son, oh Dios,
tus pensamientos acerca de
mí! ¡No se pueden contar! Ni
siquiera puedo contarlos; ¡son
más numerosos que los
granos de arena!”**

Hemos aprendido cómo tener intención y apartar tiempo para Dios, cómo enfocar nuestra mente en darle gracias y cómo renunciar a los pensamientos que nos alejan de la verdad de Dios. Hoy agregaremos: cómo enfocarnos en recordarle a nuestra mente lo que Dios dice de nosotros.

Esta es una introducción para aprender a escuchar la voz de Dios. Para saber que es Él quien habla, debemos aprender cómo suenan sus palabras.

Puedes buscar versículos en la Biblia o encontrar un blog o libro que enumere todas las cosas que la palabra de Dios dice sobre nosotros. Escribe estos versículos y piensa en ellos a menudo, para que Su palabra sea a lo que recurras en tiempos de angustia.

¿No estás seguro por dónde empezar? En la siguiente página encontrarás “La carta de amor del Padre”. Es Dios hablándonos directamente a través de la Biblia..



Carta de Amor del Padre

Mi Hijo

Puede que tú no me conozcas, pero Yo conozco todo sobre tí ...Salmos 139:1 Yo sé cuando te sientas y cuando te levantas ...Salmos 139:2 Todos tus caminos me son conocidos ...Salmos 139:3 Aun todos los pelos de tu cabeza están contados ...Mateo 10:29-31 Porque tú has sido hecho a mi imagen ...Génesis 1:27 En mí tú vives, te mueves y eres ...Hechos 17:28 Porque tú eres mi descendencia ...Hechos 17:28 Te conocí aun antes de que fueras concebido ...Jeremías 1:4-5 Yo te escogí cuando planeé la creación ...Efesios 1:11-12 Tú no fuiste un error, porque todos tus días están escritos en mi libro ...Salmos 139:15-16 Yo he determinado el tiempo exacto de tu nacimiento y donde vivirías ...Hechos 17:26 Tú has sido creado de forma maravillosa ...Salmos 139:14 Yo te formé en el vientre de tu madre ...Salmos 139:13 Yo te saqué del vientre de tu madre el día en que naciste ...Salmos 71:6 Yo he sido mal representado por aquellos que no me conocen...Juan 8:41-44 Yo no estoy enojado y distante, soy la manifestación perfecta del amor ...1 Juan 4:16 Y es mi deseo gastar mi amor en tí simplemente porque tú eres mi hijo y Yo tu padre ...1 Juan 3:1 Te ofrezco mucho más que lo que tu padre terrenal podría darte ...Mateo 7:11 Porque Yo soy el Padre Perfecto ...Mateo 5:48 Cada dádiva que tú recibes viene de mis manos ...Santiago 1:17 Porque Yo soy tu proveedor quien suple tus necesidades ...Mateo 6:31-33 El plan que tengo para tu futuro está siempre lleno de esperanza ...Jeremías 29:11 Porque Yo te amo con amor eterno ...Jeremías 31:3 Mis pensamientos sobre tí son incontables como la arena en la orilla del mar...Salmos 139:17-18 Me regocijo sobre tí con cánticos ...Sofonías 3:17 Yo nunca pararé de hacerte bien ...Jeremías 32:40 Porque tú eres mi tesoro más precioso ...Éxodo 19:5 Yo deseo afirmarte dándote todo mi corazón y toda mi alma ...Jeremías 32:41 Y Yo quiero mostrarte cosas grandes y maravillosas ...Jeremías 33:3 Si me buscas con todo tu corazón, me encontrarás ...Deuteronomio 4:29 Deleítate en Mí y te concederé las peticiones de tu corazón ...Salmos 37:4 Porque Yo soy el que produce tus deseos ...Filipenses 2:13 Yo puedo hacer por tí mucho más de lo que tú podrías imaginar...Efesios 3:20 Porque Yo soy tu mayor alentador ...2 Tesalonicenses 2:16-17 Yo también soy el Padre que te consuela durante todos tus problemas ...2 Corintios 1:3-4 Cuando tu corazón está quebrantado, Yo estoy cerca a tí ...Salmos 34:18 Así como el pastor carga a un cordero, Yo te cargo a tí cerca de mi corazón ...Isaías 40:11 Un día Yo te enjugaré cada lágrima de tus ojos y quitaré todo el dolor que hayas sufrido en esta tierra ...Apocalipsis 21:3-4 Yo soy tu Padre, y te he amado como a mi hijo, Jesús ...Juan 17:23 Porque en Jesús, mi amor hacía tí ha sido revelado ...Juan 17:26 Él es la representación exacta de lo que Yo soy ...Hebreos 1:3 Él ha venido a demostrar que Yo estoy contigo, no contra tí ...Romanos 8:31 Y también a decirte que Yo no estaré contando tus pecados ...2 Corintios 5:18-19 Porque Jesús se murió para que tú y Yo pudieramos ser reconciliados ...2 Corintios 5:18-19 Su muerte ha sido la última expresión de mi amor hacía tí ...1 Juan 4:10 Por mi amor hacía tí haré cualquier cosa que gane tu amor ...Romanos 8:31-32 Si tú recibes el regalo de mi Hijo Jesús, tú me recibes a Mí ...1 Juan 2:23 Y ninguna cosa te podrá a tí separar otra vez de mi amor ...Romanos 8:38-39 Vuelve a casa y participa de la mayor fiesta celestial que nunca has visto ...Lucas 15:7 Yo siempre he sido Padre, y por siempre seré Padre ...Efesios 3:14-15 La pregunta es... ¿quieres tú ser mi hijo? ...Juan 1:12-13 Yo estoy esperando por tí ...Lucas 15:11-32

...Con Amor,

Tú Padre Omnipotente Dios

SE INTENCIONAL

1 Corintios 10:31

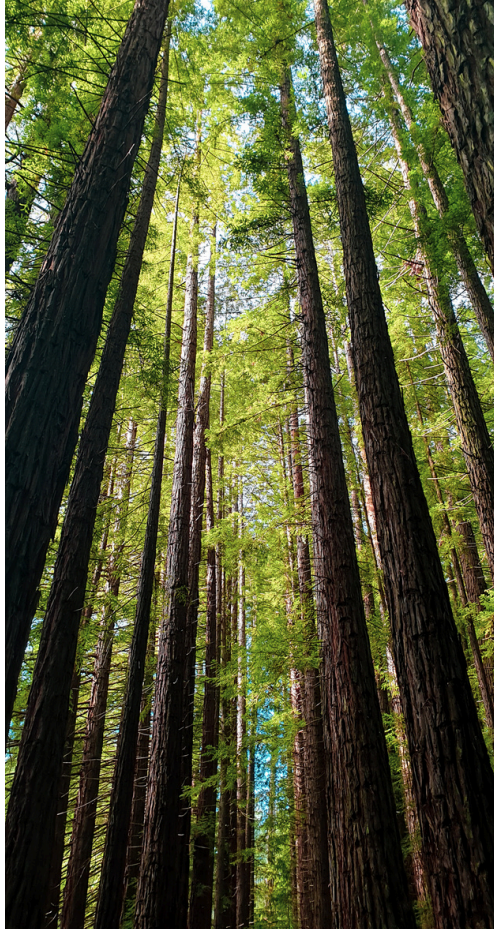
“En conclusión, ya sea que coman o beban o hagan cualquier otra cosa, háganlo todo para la gloria de Dios.”

¡Que hermosa semana hemos pasado juntos aprendiendo a ser intencionales en nuestro tiempo con Dios! Mantén esta rutina todos los días: alimentará tu espíritu y te permitirá buscar más a nuestro Padre Celestial.

Anímate ahora y configura una alarma para el momento que quieras reservar cada día.

Si te olvidas de hacerlo un día, no te preocupes. ¡Comienza de nuevo sin esperar! Cuando elegimos sumergirnos en nuestra relación con Dios, el diablo tiene la tendencia de querer distraernos y alejarnos de Él. Recuerda, se intencional como lo fue Jesús.

Una relación con Dios no se trata de venir a Él perfecto y alejarse cuando tenemos defectos. Se trata de correr hacia Él (aunque nos arrastremos hasta allí) en cualquier estado en el que estemos, Él nos espera. Al elegir a Cristo en cada momento, glorificamos la belleza de Su sacrificio y amor por nosotros. Sigue corriendo hacia Él todos los días.



¿QUIÉN ES ASHLEY?



Ashley es una dedicada madre de tres hijos, esposa y agente inmobiliaria. Ha escrito desde muy joven y su ministerio se ha centrado en atraer a otros a Cristo reflejándolo en las cosas cotidianas. Puedes verla en Youtube (@yourlifehisvoice) o leer más de sus publicaciones en el blog (www.yourlifehisvoice.com).

Cuando no está cuidando a los niños, Ashley disfruta de conversaciones sinceras y de alentar el crecimiento en las vidas de las personas de su comunidad.

Gracias por haber pasado esta semana conmigo, aprendiendo a encontrar descanso en Dios. Que tu vida sea grandemente bendecida.

Ashley Bergruer