

Desafío bíblico

7 días para volver a la verdad

Mini desafío bíblico de identidad y restauración

Una semana para detenerte, escuchar la Palabra y comenzar a reemplazar las voces que han dirigido tu corazón.

Yamilette

Semilladefe.official_

www.corazonrenovado.co



Día 1

Detente y reconoce

Lectura

"Examíname, oh Dios, y conoce mi corazón; pruébame y conoce mis pensamientos."
Salmos 139:23

Reflexión breve

La restauración comienza cuando dejamos de huir de lo que ocurre dentro de nosotras. Dios no examina tu corazón para avergonzarte, sino para mostrarte con amor aquello que necesita Su luz.

Pregunta

¿Qué emoción, patrón o situación he estado evitando reconocer?

Acción

Escribe una sola frase:

"Señor, hoy reconozco que..."

Oración

Señor, dame valentía para mirar mi corazón con honestidad y gracia. Muéstrame lo que necesito ver sin permitir que la condenación me gobierne. Amén.

Día 2

Identifica la voz

Lectura

"Mis ovejas oyen mi voz, y yo las conozco, y me siguen."

Juan 10:27

Reflexión breve

No todas las voces que escuchas merecen autoridad. Algunas provienen del pasado, otras del temor y otras de las expectativas del mundo. Aprender a vivir desde la identidad también implica reconocer la voz de Dios por encima de todas ellas.

Pregunta

¿Qué frase negativa repito con mayor frecuencia acerca de mí?

Acción

Escríbela y pregúntate:

"¿Esta voz refleja realmente el corazón de Dios?" _____

Oración

Jesús, enséñame a reconocer Tu voz y a distinguirla de las voces que producen miedo, vergüenza y condenación. Amén.

Día 3

Confronta la mentira

Lectura

"Y conoceréis la verdad, y la verdad os hará libres."
Juan 8:32

Reflexión breve

Una mentira puede sentirse cierta porque la has repetido durante años. Pero el tiempo que llevas creyéndola no la convierte en verdad. La libertad comienza cuando identificas aquello que Dios nunca dijo acerca de ti.

Pregunta

¿Qué mentira parece estar detrás de mis decisiones actuales?

Acción

Completa:

La mentira dice...	La verdad de Dios dice...

Oración

Padre, revela las mentiras que han intentado definir mi identidad y reemplázalas con Tu verdad.
Amén.

Día 4

Renueva tu mente

Lectura

"Transformaos por medio de la renovación de vuestro entendimiento."
Romanos 12:2

Reflexión breve

No basta con dejar de pensar una mentira. Necesitas fortalecer una verdad nueva. La mente se renueva cuando haces una pausa, examinas lo que estás creyendo y eliges responder desde la Palabra.

Pregunta

¿Qué pensamiento automático necesito comenzar a cuestionar?

Acción

Cada vez que aparezca hoy, responde:

"Este pensamiento no tiene que dirigir mi decisión." _____

Oración

Dios, renueva mi entendimiento y enséñame a responder desde Tu verdad, no desde mis temores.
Amén.

Día 5

Guarda tu corazón

Lectura

"Sobre toda cosa guardada, guarda tu corazón; porque de él mana la vida."
Proverbios 4:23

Reflexión breve

Guardar tu corazón no significa cerrarlo. Significa cuidarlo con discernimiento. Algunas decisiones, conversaciones o relaciones necesitan límites para que puedas caminar en paz y responsabilidad.

Pregunta

¿Dónde estoy diciendo que sí por miedo, culpa o necesidad de aprobación?

Acción

Practica una frase sencilla:

"Necesito pensarlo antes de responder." _____

Oración

Señor, dame sabiduría para amar sin abandonarme y valentía para proteger aquello que me has confiado. Amén.

Día 6

Recibe tu identidad

Lectura

"Mas a todos los que le recibieron... les dio potestad de ser hechos hijos de Dios."
Juan 1:12

Reflexión breve

Tu identidad no se gana mediante desempeño. Se recibe en Cristo. Antes de ser útil, productiva, elegida o reconocida, eres hija. Esa verdad cambia el lugar desde el cual amas, decides y construyes relaciones.

Pregunta

¿En qué área sigo intentando ganarme algo que Dios ya me concedió por gracia?

Acción

Escribe:

"En Cristo no tengo que ganar _____. Puedo recibir _____."

Oración

Padre, enséñame a vivir como hija y a descansar en la identidad que recibí por medio de Cristo.
Amén.

Día 7

Elige una nueva dirección

Lectura

"De modo que si alguno está en Cristo, nueva criatura es."
2 Corintios 5:17

Reflexión breve

Renacer no significa que tu historia desaparece. Significa que deja de tener autoridad para definirte y dirigir cada decisión. Hoy no necesitas resolver toda tu vida. Solo necesitas elegir el próximo paso guiado por la verdad.

Pregunta

¿Qué decisión pequeña representaría una nueva dirección para mí?

Acción

Completa:

Esta semana dejaré de...

Comenzaré a...

**Permaneceré conectada
a...**

Oración

Señor, gracias porque mi historia no termina en mis heridas. Guíame a caminar en la vida nueva que has comenzado en mí. Amén.

