

Sabbat: Detenernos para rendirnos a Dios con toda confianza.

Los devocionales diarios (Día a Día) nos ofrecen un ritmo tan poderoso que nos sujetan en medio de nuestras rutinas diarias ajetreadas y en las verdaderas catástrofes que pudieran ocurrir.

¿Dónde podemos encontrar las fuerzas para que nuestra vida sea una vida CONTEMPLATIVA?



Zacarías 4:6

6 Entonces respondió y me habló diciendo: Esta es palabra de Jehová a Zorobabel, que dice: **No con ejército, ni con fuerza, sino con mi Espíritu, ha dicho Jehová de los ejércitos.**

**David** : 7 veces al día te alabo (Salmos 119:164)

**Daniel**: 3 veces al día se arrodillaba, oraba, agradecía (Daniel 6:10)

**Discípulos**: oraban a solas y en el templo (Hechos 3:1; 10:9)

2 Corintios 3:18: ¿Qué nos enseña este versículo? ¿Qué refleja tu vida? ¿Qué crees que falta, o posiblemente falta en tu vida para que sea el reflejo de la gloria de Dios?

### Oración:

Señor, reconozco que me cuesta parar. Siempre estoy corriendo, siempre estoy pensando en lo que viene después. Necesito poder parar, estar contigo, escucharte. Señor ayúdame a vivir abundantemente, a ser reflejo de tu gloria, a poder disfrutar diariamente de mi comunión íntima contigo, a ser el hijo/a que refleja el Padre que tengo. Te entrego mis días, mi tiempo, mi pensamiento, mis oídos, mi ser para que tu lo administres y lo transformes. Descanso en ti y en tu poder. Quiero parar y escucharte. Amen.

## QUINTA PARTE

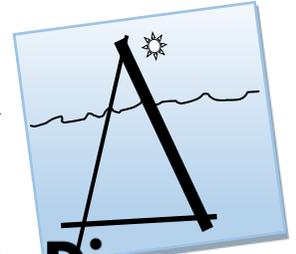
# Una iglesia sana

Espiritualmente y emocionalmente

# “El sabbat”

## La conexión diaria con Dios

El tiempo mejor invertido



### Salmos 46:10 Estad quietos, y conoced que yo soy Dios;

#### INTRODUCCION Y PRESENTACIÓN

Concernos para conocer a Dios.

Retroceder para avanzar: tratar con nuestro pasado.

Los muros: etapas y desiertos en nuestra vida cristiana.

El cristiano y el dolor.

#### La conexión diaria.

Nuestra madurez emocional y espiritual. Dejar la leche espiritual.

Conclusión: resumen general de todas las predicaciones. Amar a Dios por encima de todo.

Una serie basado en “La espiritualidad emocionalmente sana. Peter Scazzero. Editorial Vida 2015.”

# Una iglesia sana, llena de personas genuinas

Intenta contestar estas preguntas de manera honesta, sin temor a ser juzgado/a ni queriendo aparentar lo que no somos o hacemos.

1- ¿Cuándo puedes apartar un tiempo para un silencio extenso e ininterrumpido que te permita escuchar a Dios?

2- En qué sentido podrías estar más ocupado/a de lo que te exige Dios?

3- ¿Qué te impide guardar silencio?

4-¿Cómo te podría dar una visión para la celebración del Sabbath la verdad de que Dios no te quiere cesar, sino disfrutar de la comunión contigo?

5- En qué sentido puedes estar más ocupado de lo que Dios te exige que estés?

PIENSA EN LA IDEA DE DETENERSE:

¿Qué práctica diaria o semanal tienes que te ayudan en tu relación con Dios?  
Lee Isaías 30:15; Salmos 46:10



¿Entiendes las dos partes del "ancla"?  
¿Cómo lo explicarías con tus palabras?  
¿Qué crees que tienes que fortalecer en tu vida?

**RUTA**

**Devocional contemplativo**

- Detenerse
- Centrarse-enfocarse
- Guardar silencio
- Escucharlo (Soledad a ser posible)
- Orar
- Meditar la palabra
- Alabar

Mira estos pasos que podemos seguir...

Esta ruta nos puede llevar a un tiempo de conteplar a Dios  
¿Crees que puedes adaptar o apicar alguno a

tu tiempo con Dios?

¿Ves algún impedimento? ¿Algo que no entiendas?

Lee, mira, y piensa en algunos de los beneficios personales que puedes encontrar si teneos un tiempo "contemplativo" con Dios.

¿Crees que son reales? ¿Entiendes todos?

- Nos muestra cómo somos
- Revela pecados ocultos
- Muestra la condición del corazón
- Vacía la mochila (carga que llevamos)
- Ayuda a derribar muros
- Ayuda a superar dolores y pérdidas
- Permite reflejar la gloria de Dios
- Produce una vida con entusiasmo y contagiosa.

