



DEVOCIONAL: AISLADOS PERO NO SOLOS

REFLEXION: Mirando al Invisible como un girasol se mantiene de frente mirando al sol. *Si Dios es con nosotros no hay nada ni nadie que pueda estar en nuestra contra.*

SALMO 139

139 Señor, tú me has examinado el corazón y me conoces muy bien. ² Sabes si me siento o me levantó. Cuando estoy lejos, conoces cada uno de mis pensamientos. ³ Trazas la senda delante de mí, y me dices dónde debo descansar. Cada momento sabes dónde estoy. ⁴ Sabes lo que voy a decir antes que lo diga, Señor. ⁵ Por delante y por detrás me rodeas, y colocas tu mano sobre mi cabeza.

⁶ Conocimiento tan maravilloso está más allá de mi comprensión; tan grande es que no puedo entenderlo. ⁷ ¡Jamás podré alejarme de tu Espíritu! ¡Jamás podré huir de su presencia! ⁸ Si me voy al cielo, allí estás tú. Si desciendo al lugar de los muertos, allí estás. ⁹ Si cabalgo en los vientos matutinos y habito en los lejanos océanos, ¹⁰ aun allí me guiará tu mano, tu fuerza me sostendrá. ¹¹ Puedo pedirle a las tinieblas que me oculten; y a la luz que me rodea que se haga noche. ¹² Pero aun en las tinieblas no puedo ocultarme de ti; para ti la noche es tan brillante como el día. Para ti son lo mismo las tinieblas que la luz.

¹³ Tú hiciste todas las delicadas partes internas de mi cuerpo y las uniste en el vientre de mi madre. ¹⁴ ¡Gracias por haberme hecho tan admirable! Es admirable pensar en ello. Maravillosa es la obra de tus manos, y eso lo sé muy bien. ¹⁵ Tú me observaste cuando en lo más recóndito era yo formado. ¹⁶ Tus ojos vieron mi cuerpo en gestación: todo estaba ya escrito en tu libro; todos mis días se estaban diseñando, aunque no existía uno solo de ellos.

¹⁷ ¡Cuán preciosos son los pensamientos que tienes de mí, oh Dios! ¡Son innumerables! ¹⁸ No puedo contarlos, superan en número a los granos de arena. Y cuando despierto en la mañana, tú todavía estás conmigo.

¹⁹ Dios, si solamente destruyeras a los malvados. ¡Apártense de mi vida, ustedes, asesinos! ²⁰ Ellos blasfeman contra ti; tus enemigos toman tu nombre en vano. ²¹ Señor, ¿no debo odiar a quienes te odian? ¿No detesto a los que te rechazan? ²² Sí, los odio, con un odio implacable, pues tus enemigos son mis enemigos.

²³ Examíname, Dios, y conoce mi corazón; pruébame y conoce mis pensamientos. ²⁴ Señálame lo que en mí te ofende, y guíame por la senda de la vida eterna. (Versión: NBV)

INSTRUCCIONES:

Tómese unos momentos con Dios para leer el Salmo 139. Internalice las imágenes que te presenta este Salmo.

Preste atención a lo que dice en el Salmo sobre Quién es Dios y lo que Él dice sobre usted.

Cuando llegue al final del Salmo, tome un tiempo para orar, según los versículos 23-24. Haga las siguientes preguntas a su corazón y a Dios, y escriba en un cuaderno lo que Dios ponga en su mente, si lo desea:

- · ¿Cuál es el estado de mi corazón?
- · ¿Dónde siento tensión en mi cuerpo?
- · ¿En qué estoy pensando?
- · ¿Qué estoy sintiendo?
- · ¿Por quién estoy preocupado?
- · ¿Qué cosas he dejado sin hacer al entrar en este tiempo de aislamiento?
- · ¿Cómo me siento acerca de estas cosas que he dejado de hacer o no he podido hacer del todo?

Tómese un tiempo con Dios para presentarle estas inquietudes e invitarlo a encontrarse con usted en medio de ellas.

¿Qué quiere decirle a Dios? ¿Qué es lo que Dios quiere decirle a usted?

AQUÍ HAY ALGUNAS SUGERENCIAS PARA CONSIDERAR DURANTE ESTE TIEMPO DE QUEDARSE EN CASA:

Nota: tenga la libertad de hacer cambios que considere pertinentes.

- ❖ ● ¿Cómo podemos comenzar y terminar cada día? ¿Qué tipo de rutina podría incorporar en estos días?
- ❖ ● Si tiene trabajo que hacer, ¿cuándo lo hará y dónde?
- ❖ ● ¿Cómo hará tiempo para recrearse y descansar?
- ❖ ● ¿Cuándo y cómo hará ejercicio y cuidará su cuerpo?
- ❖ ● ¿Qué tipo de pausas en tu día te recordarán la presencia de Dios? Además de las reflexiones y la oración?
- ❖ ● ¿Cómo puedes llegar intencionalmente a los demás?
- ❖ ● Si tiene hijos con usted, ¿cómo pueden pasar tiempo juntos? Y ¿cómo puede pasar tiempo a solas?
- ❖ ● ¿Conoce a otras personas aisladas que puedan unirse a usted? Si es así, considere cuándo y cómo podría conectarse (Zoom o Skype, whatsapp...)
- ❖ ● ¿Qué límites le gustaría establecer en torno a la tecnología, los medios, y las redes sociales durante este tiempo?

El Señor, el Rey de Israel dice: si, el Redentor de Israel, el Señor de los Ejércitos es quien lo dice: Yo soy el primero y el último; no hay otro Dios. ¿Qué otro puede decirles lo que va a ocurrir en los días venideros? Que se lo digan si pueden, y demuestren su poder. Que vengan y hagan obras semejantes a las que yo he realizado desde tiempos antiguos. NO TENGAN NINGUN TEMOR. ¿Acaso no he proclamado yo desde épocas antiguas (que los salvaría)? Ustedes son mis testigos. ¿Hay acaso algún otro Dios? ¡No! ¡Ninguno que yo sepa! ¡No hay ninguna otra Roca!

ISAÍAS 44:6-8

Maritza Hidalgo R., Educadora y Coach
(Edit. From Isolation to Invitation)