



COMO LLEVAR MI INVENTARIO MORAL DIARIO (IMD)

Cada mañana debes reservar un tiempo y dedicarlo a meditar y orar. Esta es probablemente una de las disciplinas más importantes que aprenderás en Canaán ya que determinarán el rumbo del día que vas a tener. Si comienzas cada día teniendo comunión con el Señor, podrás caminar durante todo el día con la confianza de Su presencia.

Para hacer de este tiempo lo más significativo posible, te sugerimos que elijas un lugar en donde haya silencio, apartado, donde puedas estar completamente a solas. Es prácticamente imposible concentrarse si estás en una habitación con alguien más. Jesús frecuentemente se apartó de las multitudes para refrescarse espiritualmente, así que nosotros, si queremos crecer en Su imagen, debemos retirarnos de manera similar. Necesitamos elegir un sitio que se convierta “nuestro closet” de oración, en donde podamos apartarnos del mundo y tener un tiempo de intimidad con Él.

Te sugerimos seguir la siguiente estructura para hacer de tu tiempo de oración lo más efectivo posible y evitar quedarte soñando despierto.

1. LLEVA TU INVENTARIO MORAL DIARIO

El I.M.D. está diseñado para ayudarte a identificar actitudes posibles, negativas y positivas, que pudieras haber expresado por medio de tus pensamientos y acciones durante el día anterior. Es un espejo que te ayuda a entrar en contacto con tu propia alma; y, si lo haces honestamente, te proporcionará una reflexión invaluable con referencia a las actitudes que motivan tus acciones. La Biblia

dice “pues como el hombre piensa dentro de sí, así es.” (Proverbios 23:7)

El I.M.D. te ayudará a salir de la “contaminación mental” y de las “emociones dañadas” que son consecuencia de haber vivido toda una vida alejado de Dios. Además, te ayudará a combatir la NEGACIÓN (mecanismo de defensa que te protege de enfrentar la realidad bloqueándola de tu conciencia) y la PROYECCIÓN (culpar a otras personas de tus problemas y actitudes).

Hoy es el primer día del resto de tu vida, así que no dañes este día permitiendo que los problemas de ayer invadan tu serenidad hoy. Dale un vistazo ÚNICAMENTE a tus acciones y actitudes de las últimas 24 horas; no trates de ir más atrás. No puedes cambiar el pasado, pero puedes impedir que contamine tu presente y futuro. Ten cuidado de sólo enfocarte en TUS PROPIAS ACTITUDES Y REACCIONES en lugar de enfocarte en las fallas y problemas de otros.

RECUERDA ADEMÁS:

- “NO PUEDO CAMBIAR A OTRA PERSONA A TRAVÉS DE LA ACCIÓN DIRECTA
- SOLO PUEDO CAMBIARME A MÍ MISMO, POR LA GRACIA DE DIOS
- OTROS TENDERÁN A CAMBIAR COMO REACCIÓN A MI CAMBIO.”

Comienza tu I.M.D. marcando la columna 1, de arriba hacia abajo, con una [X] para indicar una actitud negativa, o con un [/] para identificar una actitud positiva. Los números en las columnas pueden representar días calendario o simplemente la secuencia de tu inventario. Puedes referirte al COMENTARIO

SOBRE EL INVENTARIO MORAL DIARIO en EL VIAJE INTERIOR – GUIA DE ESTUDIO.

2. ORA Y MEDITA SOBRE TU I.M.D.

Muchas de nuestras oraciones son inefectivas porque “oramos con malos propósitos” (Santiago 4:3); ora específicamente para que el Espíritu Santo lidie directamente con las actitudes negativas que el I.M.D. ha revelado.

a. RELÁJATE Y SEPÁRATE

Solo puedes iniciar la travesía interna de la oración al separar tu atención de las distracciones externas. Esto no es fácil ya que estamos muy condicionados al estímulo de afuera, así que tenemos que disciplinarnos en “apagar” los ruidos de afuera y “sintonizar” la voz del Espíritu Santo. Ayuda muchísimo sentarse de manera cómoda y relajar de manera consciente tu cuerpo.

b. ENFOCA TU ATENCIÓN EN EL VIAJE INTERIOR

Imagínate bajando lentamente las escaleras que te llevan a un santuario en donde Jesús te está esperando. Él está siempre presente en el corazón de un creyente nacido de nuevo; somos nosotros los que no siempre estamos “presentes” para Él. Nuestra atención tiende a estar dirigida hacia “las cosas temporales que se ven y no en las eternas que no se ven” (2 Corintios 4:18). Pide al Espíritu Santo que te guíe hacia Su “presencia”. Imagínate sentado en una silla hablando cara a cara con Jesús. “Fe es la certeza de lo que espera, la convicción de lo que no se ve.” (Hebreos 11:1). “Porque es necesario que el que se acerca a Dios crea que Él existe, y que es remunerador de los que le buscan.” (Hebreos 11:6)

c. ORA – CONVERSA CON JESÚS

Él no es únicamente nuestro Salvador, sino nuestro Consejero y Guía quien se deleita en darle dirección a sus hijos y perdón a aquellos que confiesen sus pecados. “Si

alguno de vosotros se ve falto de sabiduría, que la pida a Dios, el cual da a todos abundantemente y sin reproche, y le será dada.” (Santiago 1:5) “Si se humilla mi pueblo sobre el cual es invocado mi nombre, y oran, buscan mi rostro y se vuelven de sus malos caminos, entonces yo oiré desde los cielos, perdonaré su pecado y sanaré su tierra.” (2 Crónicas 7:14)

d. LLEVA UN DIARIO

Reserva un cuaderno para llevar un diario que registre las reflexiones obtenidas durante el tiempo de oración. Pon la fecha cada día. Este no es un diario que registra los eventos del día anterior, sino para que no olvides todo aquello que el Señor te revele acerca de ti mismo acerca del desarrollo de tu carácter. Se tan específico como puedas al registrar las impresiones que el Espíritu Santo ponga en tu corazón.

Este diario no es información pública. Estás escribiendo sólo para ti con el propósito de registrar tu peregrinaje espiritual. Si tomas el tiempo de hacer este ejercicio, se convertirá en una herramienta poderosa que te ayudará a articular el trabajo del Señor en tu vida interior, y de esta manera tu diario se convertirá en una posesión muy preciada.

Revisa con cuidado toda la columna en la que estás trabajando y medita sobre las X's que representen las actitudes negativas del día anterior. Observa la manera como se interrelacionan estas actitudes y te presentan una reacción vívida y multifacética de los eventos de ayer. Mira más allá de los problemas causados por otras personas y enfócate en las actitudes expresadas en tu respuesta al comportamiento de otros. ¿Cuáles actitudes “raíces” fueron manifestadas en tus relaciones del día de ayer?

Registra tus “reflexiones” de la manera como ves tu propio crecimiento y tu vida desarrollándose por medio de todo lo que te ocurrió durante el día de ayer.