



Despeja la mente del ruido emocional para seguir adelante.

Cuando pasan cosas desagradables en nuestra vida, tendemos a agredirnos con pensamientos negativos tales como: me merezco eso y más, soy débil, siempre me equivoco, nadie me quiere, no valgo lo suficiente, soy incompetente, etc. Ese diálogo interno empeora cualquier situación en lugar de ayudarnos. Poner atención a las conversaciones que tenemos con nosotros mismos, y tomar acción para cambiar ese lenguaje ayuda a desactivar la negatividad en la mente.

Mirarnos a nosotros mismo, y a cada situación de la vida con amor de Dios, requiere una fe firme. No se trata de negar los hechos, ni de pensar positivamente. No tenemos que pretender que las cosas están bien todo el tiempo, porque eso no es verdad, como tampoco es verdad que las cosas siempre están mal. Lo importante es que despejemos la mente del ruido emocional, y nos demos la oportunidad de seguir adelante. Una forma para conseguir eso es alabando al Dios Único, así fue como el pueblo judío descubrió que su fe era capaz de vencer al mundo (Isaías 40, 12-31).

Los pensamientos negativos, que con frecuencia nos repetimos, son mentiras que nos destruyen (2 Cor. 7,10). ¿Qué pasaría si, por el contrario, todos los días nos repitiéramos que somos hijos e hijas del Rey del universo, y que fuimos creados a su imagen? Sin duda, seríamos capaces de hacer obras maravillosas, y lograr nuestros sueños.

*Dios mira con el corazón* (1 Samuel 16:7). ¿Te imaginas si nos miráramos a nosotros mismos como Dios nos mira? Te invito a hacer la siguiente práctica espiritual: Cierra tus ojos por 60 segundos e imagina a Jesús entrando en Jerusalén (Mt 21, 1-10). Tú estás entre el gentío que cubre el suelo con palmas. Jesús se detiene y te mira a los ojos amorosamente. Siente como el Señor siembra esperanza en el rostro que lo contempla. Cada vez que vengan a ti pensamientos negativos, recuerda que Dios conoce tu fragilidad, no te rechaza, y apuesta su vida por ti. Y al final tú exclamas: ¡Jesús es mi Rey y dio la vida por mi! AMEN

No olvides escribir lo que Dios te revela. Si gustas compartirlo conmigo envíamelo a [llopez4332@me.com](mailto:llopez4332@me.com), será un placer ser testigo de tu relación con Dios.

Gracias por existir, Dios te creo con una misión especial, tu tarea es hacerla realidad. Laura Lopez.

*Dios te bendiga. Oro para que, a través de estas Inspiraciones Semanales, el Espíritu Santo te guíe y continúe revelando el plan de Dios en tu vida. Si en este momento no te es de ningún beneficio recibirlas, solo responde "NO GRACIAS" y automáticamente dejaras de recibirlas. Si por el contrario te motivan a crecer en intimidad con nuestro Señor Jesús siguelas y si es posible, compártelas con alguien más. Puedes enviarme sus correos electrónicos para agregarlos y ellos las recibirán directamente. Un abrazo fraternal ~Laura. 4/5/2020*

