ACOMPAÑANTE DEVOCIONAL

MIENTRAS DESCANSAMOS

Un acompañante de 60 días de Escritura y oración

Todo acerca de Él.

FaythFilled™

Cómo usar este devocional

Esto no es un calendario. No hay un Día 1 en el que ya vayas atrasado. Comienza hoy, lee una entrada a la vez, en el orden que prefieras, aunque están pensadas para leerse en secuencia. **¿Se te pasó un día? Simplemente abre el siguiente.** Aquí no hay rachas que proteger ni culpa por una semana que no pudiste cumplir.

Mantén tu Biblia abierta. Cada entrada no reproduce el pasaje. Te envía a leerlo primero, en tu propia Biblia, en la traducción que ya conoces y en la que confías. **Biblia recomendada para la lectura personal: Reina-Valera 1960 (RVR1960). También puedes usar otra traducción de la Biblia; la redacción puede variar.**

Cada entrada sigue una misma forma breve, a propósito, para que nunca tengas que aprender algo nuevo cuando estás cansado: **Lee**, **Nota**, **Descansa en esto**, **Ora**. Algunos días querrás sentarte diez minutos. Otros días, treinta segundos son honestos, y eso basta. Si estás en una temporada difícil, no se espera que leas para salir de ella. Cada décimo día lleva una pequeña línea práctica para exactamente eso. No estás solo en esto.

Contenido

1-10	Permiso para Detenerte
11-20	Quietud Delante de Él
21-30	Dios Con Nosotros
31-40	Sostenido en el Cansancio
41-50	Renovado en Silencio
51-60	Enviado con Ternura

Movimiento

Permiso para Detenerte

Días 1-10

Día 1 · El Séptimo Día

Lee: Génesis 2:2-3, en tu propia Biblia.

Nota: Dios no descansó porque estuviera cansado. Descansó porque la obra estaba terminada y era buena, y el descanso fue la última parte de una semana muy buena, no un añadido a ella. Bendijo el séptimo día antes de que nadie hubiera descansado en él.

Descansa en esto: ¿Qué significaría detenerte hoy, no porque lo hayas ganado, sino porque ya está bendecido?

Ora: Señor, Tú descansaste primero. Enséñame a recibir este día en vez de justificarlo. Amén.

Día 2 · Un Rostro Que Va Contigo

Lee: Éxodo 33:14, en tu propia Biblia.

Nota: Moisés acababa de hacerle a Dios una pregunta temerosa sobre el camino que faltaba. La respuesta de Dios no fue un plan. Fue una promesa de presencia, y luego, casi de paso, descanso.

Descansa en esto: ¿Dónde le estás pidiendo a Dios un plan, cuando lo que realmente necesitas primero es Su presencia?

Ora: Señor, ve conmigo. Dejaré que el plan venga después. Amén.

Día 3 · Un Mandato También Para el Buey

Lee: Éxodo 23:12, en tu propia Biblia.

Nota: Este mandato de descanso incluye al buey, al asno, al siervo y al extranjero. El sábado nunca fue solo para quien podía permitirse detenerse. Fue escrito para proteger a todos los que están bajo presión, incluyéndote a ti.

Descansa en esto: ¿Quién a tu alrededor también necesita permiso para detenerse, y tu propio descanso podría abrirle espacio para hacerlo también?

Ora: Señor, gracias porque el descanso nunca fue un privilegio solo para los fuertes. Amén.

Día 4 · Como Jehová Tu Dios Te Ha Mandado

Lee: Deuteronomio 5:14, en tu propia Biblia.

Nota: Para cuando Moisés repite aquí los Diez Mandamientos, Israel ya ha conocido cuarenta años de andar errante. Aun así, el descanso sigue siendo un mandato, no una sugerencia reservada para las temporadas fáciles.

Descansa en esto: ¿Hay una temporada en la que estás ahora mismo donde has decidido en silencio que el descanso no aplica para ti?

Ora: Señor, este mandato no vino con una excepción para los años difíciles. Ayúdame a creer que sigue vigente. Amén.

Día 5 · Junto a Aguas de Reposo

Lee: Salmo 23:2-3, en tu propia Biblia.

Nota: El pastor hace recostar a las ovejas. Las ovejas ansiosas o sobrepastoreadas no descansan por sí solas, ni siquiera en un campo verde. A veces el cuidado del Pastor se ve como ser obligado a detenerse.

Descansa en esto: ¿Hay un lugar de abundancia en tu vida ahora mismo en el que en realidad no te has dejado recostar?

Ora: Buen Pastor, hazme descansar donde ya me has llevado. Amén.

Día 6 · Un Lugar Desierto

Lee: Marcos 6:31, en tu propia Biblia.

Nota: Jesús dice esto a Sus discípulos justo después de que regresan de un ministerio tan lleno que no tuvieron tiempo ni de comer. Él no espera una pausa natural. Él mismo crea el descanso, porque ellos no lo habrían tomado solos.

Descansa en esto: Si Jesús estuviera frente a tu agenda esta semana, ¿qué cancelaría primero?

Ora: Señor, yo no me habría detenido solo. Gracias por hacer el espacio. Amén.

Día 7 · Pan de Ángeles, Comida Suficiente

Lee: 1 Reyes 19:5-7, en tu propia Biblia.

Nota: Elías acaba de pedirle a Dios que lo deje morir. La primera respuesta de Dios no es un sermón. Es sueño, y luego comida, dos veces, antes de que se diga una sola palabra sobre lo que está mal.

Descansa en esto: ¿Cómo sería dejar que las necesidades de tu cuerpo sean atendidas antes de intentar arreglar lo que hay en tu corazón?

Ora: Señor, atiende las partes agotadas de mí antes de pedirme cualquier otra cosa. Amén.

Día 8 · Mientras Dormías

Lee: Salmo 127:2, en tu propia Biblia.

Nota: El salmo no dice que trabajar esté mal. Dice que trabajar con ansiedad, hasta altas horas de la noche, para construir algo que solo Dios puede sostener, es esfuerzo desperdiciado. El sueño mismo se nombra como un regalo, no como una debilidad.

Descansa en esto: ¿Qué estás perdiendo horas de sueño tratando de asegurar, que nunca fue tuyo sostener solo?

Ora: Señor, lo que Tú amas, se lo das a Tu amado aun mientras duerme. Déjame creer eso esta noche. Amén.

Día 9 · Un Reposo Que Aún Aguarda

Lee: Hebreos 4:9-10, en tu propia Biblia.

Nota: Este reposo sabático se describe como algo que aún queda, en tiempo futuro, para el pueblo de Dios. Está ligado a descansar de nuestras propias obras como Dios descansó de las Suyas, no a un día en el calendario.

Descansa en esto: ¿En qué "obra" sigues esforzándote que Jesús ya terminó?

Ora: Señor, déjame descansar de mis propias obras como Tú descansaste de las Tuyas, porque ya está hecho. Amén.

Día 10 · Venid a Mí

Lee: Mateo 11:28-30, en tu propia Biblia.

Nota: Jesús no dice que el yugo desaparezca. Dice que Su yugo es fácil y Su carga ligera, y que la llevamos junto con Él. El descanso, aquí, no es la ausencia de una carga. Es quién la lleva contigo.

Descansa en esto: ¿Qué cambiaría si dejaras de intentar cargar el peso de hoy tú solo y dejaras que se comparta?

Ora: Señor Jesús, vengo a Ti, cansado y cargado. Dame el descanso que prometiste. Amén.

> **Si esta temporada es genuinamente difícil, no solo cansada:** un pastor, consejero o médico de confianza puede sostener un peso que un devocional no puede. Pedir ayuda no es un fracaso de fe.

Movimiento

Quietud Delante de Él

Días 11-20

Día 11 · Solo en Dios

Lee: Salmo 62:5-6, en tu propia Biblia.

Nota: El salmista no dice que su alma encontró descanso. Le ordena hacerlo. Esperar en Dios, aquí, es un acto de la voluntad antes de ser un sentimiento, elegido a propósito en vez de esperado pasivamente.

Descansa en esto: ¿Cómo sería hoy decirle a tu propia alma que se quede quieta, en vez de esperar a sentirte en calma primero?

Ora: Señor, alma mía, en silencio espera solo en Ti. Amén.

Día 12 · Un Niño Destetado

Lee: Salmo 131:2, en tu propia Biblia.

Nota: Un niño destetado no está dormido ni distraído. Simplemente está con su madre, ya sin exigir nada, solo presente. Esa es la imagen que el salmista elige para su propia alma delante de Dios.

Descansa en esto: ¿Hay una exigencia que le estás trayendo hoy a Dios, que Él te invita simplemente a soltar y sentarte con Él en su lugar?

Ora: Señor, calma mi alma como un niño que está contento solo de estar cerca de Ti. Amén.

Día 13 · Esperanza Renovada Cada Mañana

Lee: Lamentaciones 3:25-26, en tu propia Biblia.

Nota: Este versículo está en medio de un libro escrito desde las ruinas de una ciudad destruida. La esperanza aquí no es negar lo que está roto. Es una decisión de esperar en silencio la salvación del Señor en medio del duelo real.

Descansa en esto: ¿Puedes nombrar algo que realmente está roto ahora mismo, y aun así elegir esperar en silencio a Dios dentro de ello, en vez de alrededor de ello?

Ora: Señor, bueno es esperar en silencio en Ti, incluso ahora. Amén.

Día 14 · Te Calmará Con Su Amor

Lee: Sofonías 3:17, en tu propia Biblia.

Nota: Este versículo presenta a Dios no solo rescatando a Su pueblo sino regocijándose sobre ellos con cantos. El Dios que te calma con amor no es un juez distante conteniendo el aliento, esperando a que mejores.

Descansa en esto: ¿Qué cambia si crees, aunque sea por un minuto, que Dios se deleita en ti ahora mismo y no solo cuando arregles algo?

Ora: Señor, cálmame con Tu amor, tal como dice este versículo que lo haces. Amén.

Día 15 · Un Silbo Apacible y Delicado

Lee: 1 Reyes 19:11-13, en tu propia Biblia.

Nota: Dios no está en el viento, el terremoto ni el fuego, todos dramáticos y ruidosos. Habla en un silbo apacible y delicado, y Elías tiene que quedarse lo suficientemente quieto para escucharlo.

Descansa en esto: ¿Qué ruido en tu vida, incluso buen ruido, podría estar dificultando que escuches el silbo apacible?

Ora: Señor, cálmame lo suficiente para escucharte en el susurro, no solo en el trueno. Amén.

Día 16 · Guarda Silencio Ante Jehová

Lee: Salmo 37:7, en tu propia Biblia.

Nota: Esta instrucción llega justo después de una advertencia contra angustiarse por quienes prosperan con medios torcidos. La quietud aquí no es pasividad. Es elegir no dejar que el aparente éxito de otro marque el paso de tu propio corazón.

Descansa en esto: ¿Por el ritmo o el éxito de quién te estás angustiando en vez de guardar silencio delante del Señor?

Ora: Señor, calma mi corazón delante de Ti, especialmente donde estoy comparando. Amén.

Día 17 · Una Cosa Es Necesaria

Lee: Lucas 10:39-42, en tu propia Biblia.

Nota: Marta no es condenada por servir. Se le dice con ternura que María, quien se detuvo simplemente a sentarse y escuchar, eligió la única cosa que no le sería quitada.

Descansa en esto: ¿Cuál es tu "mucho servir" ahora mismo, y hay una opción como la de María sentada justo al lado, por la que sigues pasando de largo?

Ora: Señor, déjame elegir hoy la única cosa necesaria, sentarme contigo. Amén.

Día 18 · Recordándolo durante la noche

Lee: Salmo 63:6-7, en tu propia Biblia.

Nota: David escribe este salmo en un desierto, huyendo por su vida, y aun así describe recordar a Dios durante las vigilias de la noche y descansar bajo la sombra de Sus alas.

Descansa en esto: ¿Cómo sería recordar a Dios específicamente durante tus propias horas de insomnio, en vez de solo durante las tranquilas?

Ora: Señor, sé mi ayuda, y déjame cantar bajo la sombra de Tus alas esta noche. Amén.

Día 19 · En Paz Me Acostaré

Lee: Salmo 4:8, en tu propia Biblia.

Nota: El salmo dice que el sueño llega porque solo Jehová hace habitar al salmista confiado, no porque cada circunstancia externa se haya resuelto. La paz y los problemas sin resolver pueden coexistir en el mismo versículo.

Descansa en esto: ¿Qué circunstancia sin resolver estás esperando que se arregle antes de dejarte dormir en paz esta noche?

Ora: Señor, solo Tú me haces vivir confiado. Que eso sea suficiente esta noche. Amén.

Día 20 · Paz Perfecta

Lee: Isaías 26:3, en tu propia Biblia.

Nota: La paz que se promete aquí está ligada a una mente que permanece fija en Dios, no a una mente que ha dejado de pensar por completo. Es una dirección para la atención, no una cabeza vacía.

Descansa en esto: ¿Hacia dónde podrías redirigir hoy, con suavidad, tu atención, la próxima vez que se desvíe hacia la preocupación, de vuelta hacia la confianza?

Ora: Señor, mantén mi mente fija en Ti, y guárdame en perfecta paz. Amén.

> **Si esta temporada es genuinamente difícil, no solo cansada:** está bien decirle a una persona de confianza exactamente cuán pesado se siente hoy. No fuiste hecho para cargarlo en silencio y a solas.

Movimiento

Dios Con Nosotros

Días 21-30

Día 21 · Una Gran Luz

Lee: Isaías 9:2, en tu propia Biblia.

Nota: Esta promesa se habló a un pueblo que caminaba en oscuridad real, bajo amenaza real, generaciones antes de que se cumpliera. La luz no apareció porque la oscuridad terminara primero. Entró en la oscuridad mientras todavía era oscura.

Descansa en esto: ¿Dónde en tu vida la oscuridad aún no ha terminado, y qué significaría esperar que la luz entre en ella en vez de llegar después?

Ora: Señor, que la gran luz amanezca sobre lo que aún está oscuro en mí. Amén.

Día 22 · Consejero Admirable

Lee: Isaías 9:6, en tu propia Biblia.

Nota: Cada título en este versículo describe a un niño que todavía no ha nacido cuando Isaías lo escribe. Consejero, Dios Fuerte, Padre Eterno, Príncipe de Paz, todos dichos por adelantado, sobre un bebé.

Descansa en esto: ¿Cuál de estos títulos necesitas más apoyarte hoy: Consejero, Dios Fuerte, Padre Eterno o Príncipe de Paz?

Ora: Señor Jesús, sé para mí hoy el que más necesito de estos nombres. Amén.

Día 23 · Dios Con Nosotros

Lee: Mateo 1:23, en tu propia Biblia.

Nota: Dentro del relato del nacimiento, mientras el ángel le explica a José el embarazo de María, Mateo se detiene para explicar este nombre directamente: Emanuel significa Dios con nosotros. El escritor no quiere que quede ninguna ambigüedad sobre lo que acaba de suceder.

Descansa en esto: ¿Hay un lugar en tu vida ahora mismo donde en silencio has empezado a actuar como si Dios estuviera con todos menos contigo?

Ora: Señor, Tú eres Emanuel. Quédate conmigo, especialmente hoy. Amén.

Día 24 · Nuevas de Gran Gozo

Lee: Lucas 2:10-11, en tu propia Biblia.

Nota: Las primeras palabras del ángel a los pastores son “no temáis.” Solo después de calmarlos anuncia el nacimiento. Las buenas nuevas, aquí, comienzan atendiendo el temor antes de entregar el contenido.

Descansa en esto: ¿Qué temor se interpone entre tú y realmente escuchar hoy las buenas nuevas?

Ora: Señor, calma primero mi temor, para que pueda realmente recibir las buenas nuevas. Amén.

Día 25 · El Verbo Se Hizo Carne

Lee: Juan 1:14, en tu propia Biblia.

Nota: Juan no dice que el Verbo visitó la carne ni que la tomó prestada por un tiempo. El Verbo se hizo carne, uniéndose permanentemente a lo que significa ser humano, incluyendo su cansancio.

Descansa en esto: ¿Cómo cambia tu cansancio saber que Jesús se hizo carne y sabe cómo se siente el cansancio desde adentro?

Ora: Señor, gracias porque no te quedaste distante de lo que cuesta ser humano. Amén.

Día 26 · Guardaba y Meditaba

Lee: Lucas 2:19, en tu propia Biblia.

Nota: María no se apresura a explicar lo que acaba de sucederle. Guarda estas cosas y las medita en su corazón, sosteniendo el misterio en vez de resolverlo de inmediato.

Descansa en esto: ¿Hay algo que Dios ha hecho recientemente en tu vida que todavía no te has sentado simplemente a contemplar, como hizo María?

Ora: Señor, déjame guardar y meditar, en vez de necesitar siempre explicar. Amén.

Día 27 · Él Mismo Será Nuestra Paz

Lee: Miqueas 5:4-5, en tu propia Biblia.

Nota: Este gobernante prometido pastoreará a su pueblo con la fuerza del Señor, y el texto dice claramente: “él será nuestra paz.” No que traerá paz como un resultado. Que Él mismo lo será.

Descansa en esto: ¿Estás buscando la paz en que cambie una circunstancia, cuando la invitación es encontrarla en una Persona?

Ora: Señor, sé Tú mi paz hoy, no solo quien la da. Amén.

Día 28 · El Cumplimiento del Tiempo

Lee: Gálatas 4:4-5, en tu propia Biblia.

Nota: Dios no envió a Su Hijo en el momento en que la historia comenzó. Esperó el cumplimiento del tiempo, un momento que Él eligió, que parecía demora para todo aquel que esperaba dentro de él.

Descansa en esto: ¿Qué en tu vida se siente demorado ahora mismo, que tal vez esté esperando su propio cumplimiento del tiempo?

Ora: Señor, Tú te mueves en Tu propio tiempo. Ayúdame a confiar en la espera cuyo porqué no puedo ver. Amén.

Día 29 · No Por Obras

Lee: Tito 3:4-5, en tu propia Biblia.

Nota: Esta salvación llegó por la misericordia de Dios, dice el texto claramente, no por obras de justicia hechas por nosotros. La bondad y el amor de Dios aparecieron antes de que nadie hubiera ganado nada.

Descansa en esto: ¿Dónde podrías estar tratando en silencio de ganar lo que este versículo dice que ya era un regalo antes de que hicieras algo?

Ora: Señor, gracias porque nunca fue por mis obras. Déjame descansar en eso hoy. Amén.

Día 30 · Para Guiar Nuestros Pies por Camino de Paz

Lee: Lucas 1:78-79, en tu propia Biblia.

Nota: La profecía de Zacarías presenta la aurora de lo alto visitando a los que están sentados en tinieblas y sombra de muerte, específicamente para guiar sus pies, paso a paso, hacia la paz.

Descansa en esto: ¿Cuál es el siguiente paso, no todo el camino, hacia el que Dios podría estar guiando tus pies hoy?

Ora: Señor, guía mis pies por camino de paz, un paso a la vez. Amén.

> **Si esta temporada es genuinamente difícil, no solo cansada:** la temporada navideña puede pesar más de lo que parece desde afuera para muchas personas. Si eres tú este año, está bien decírselo a alguien que te ama.

Movimiento

Sostenido en el Cansancio

Días 31-40

Día 31 · No Desfallece Ni Se Fatiga

Lee: Isaías 40:28-29, en tu propia Biblia.

Nota: El pasaje nombra primero la propia incansabilidad de Dios, y solo después se vuelve a Su regalo de fuerza para los cansados. Su resistencia es el fundamento de la tuya, no una comparación que avergüenza tus límites.

Descansa en esto: ¿Qué cambiaría si dejaras de tratar tu propio cansancio como un fracaso y empezaras a tratarlo como el lugar exacto para el que se escribió este versículo?

Ora: Señor, Tú no desfalleces ni te fatigas. Da fuerzas a mis lugares cansados hoy. Amén.

Día 32 · El Que Te Guarda No Dormitará

Lee: Salmo 121:3-4, en tu propia Biblia.

Nota: El salmo repite la idea de no dormitar dos veces en dos versículos, como para asegurarse de que el lector no la pase por alto. El guardián de Israel nunca es tomado por sorpresa, descansando mientras tú no puedes.

Descansa en esto: ¿Qué estás vigilando ahora mismo despierto, que Dios ya está vigilando, bien despierto, a tu favor?

Ora: Señor, Tú ni duermes ni te adormeces. Déjame realmente dormir, confiando en que Tú estás despierto. Amén.

Día 33 · Cercano Está Jehová a los Quebrantados de Corazón

Lee: Salmo 34:18, en tu propia Biblia.

Nota: Este versículo no dice que Dios está cerca una vez que el quebrantado se siente mejor. Está cerca en el quiebre mismo, y salva a los de espíritu abatido mientras todavía están abatidos.

Descansa en esto: ¿Hay un lugar roto que has estado escondiendo, creyendo que la cercanía de Dios espera a que sanes primero?

Ora: Señor, está cerca de mí en esto, no solo después. Amén.

Día 34 · Cuando Pases por las Aguas

Lee: Isaías 43:1-2, en tu propia Biblia.

Nota: Dios no promete mantener a Su pueblo fuera de las aguas y el fuego. Promete estar con ellos en ambos, lo cual significa que el pasaje difícil siempre fue parte del plan, no un fracaso de él.

Descansa en esto: ¿En qué aguas estás ahora mismo que asumiste que significaban que Dios había soltado, cuando significaban que estaba contigo a través de ellas?

Ora: Señor, cuando pase, está conmigo, como prometiste. Amén.

Día 35 · Debajo Están los Brazos Eternos

Lee: Deuteronomio 33:27, en tu propia Biblia.

Nota: Esta bendición sobre Israel combina un refugio arriba con brazos debajo, una imagen de ser sostenido por todos lados, incluyendo el lado que no puedes ver sosteniéndote.

Descansa en esto: ¿Dónde necesitas creer hoy que estás siendo sostenido desde abajo, aun cuando no puedas sentir los brazos?

Ora: Señor, déjame descansar en los brazos eternos que no siempre puedo sentir pero siempre puedo confiar. Amén.

Día 36 · Echando Toda Vuestra Ansiedad Sobre Él

Lee: 1 Pedro 5:7, en tu propia Biblia.

Nota: La instrucción de echar tus ansiedades sobre Dios se fundamenta en una razón dada en el mismo aliento: porque Él tiene cuidado de ti. El echar no es una técnica. Descansa en Su cuidado real.

Descansa en esto: ¿Qué ansiedad específica podrías nombrar y entregar hoy, confiando en la razón que da este versículo en vez de en tu propia fuerza para cargarla?

Ora: Señor, echo esto sobre Ti, porque Tú tienes cuidado de mí. Amén.

Día 37 · Tú Has Contado Mis Huidas

Lee: Salmo 56:8, en tu propia Biblia.

Nota: David presenta a un Dios tan atento a su sufrimiento que cuenta sus noches de insomnio y guarda sus lágrimas en un frasco, llevando un registro de lo que otros tal vez nunca noten.

Descansa en esto: ¿Qué sufrimiento callado has asumido que nadie está contando, que este versículo dice que Dios ya ha registrado?

Ora: Señor, gracias por contar lo que pensé que nadie veía. Amén.

Día 38 · Te Basta Mi Gracia

Lee: 2 Corintios 12:9, en tu propia Biblia.

Nota: Pablo pidió tres veces que su debilidad fuera quitada. La respuesta de Dios no fue quitarla. Fue gracia suficiente, y la promesa de que Su poder se perfecciona precisamente en esa debilidad.

Descansa en esto: ¿Qué debilidad le has estado pidiendo a Dios que quite, que en vez de eso Él podría estar pidiéndote que dejes que Su poder se muestre a través de ella?

Ora: Señor, que Tu gracia me baste, y Tu poder se perfeccione en mi debilidad. Amén.

Día 39 · La Fortaleza de Mi Corazón

Lee: Salmo 73:26, en tu propia Biblia.

Nota: El salmista admite que su propia carne y corazón pueden desfallecer. No finge lo contrario. Su confianza descansa por completo en Dios como la fortaleza y la porción que queda cuando la suya propia no.

Descansa en esto: ¿Qué parte de ti se siente como si estuviera fallando ahora mismo, y qué significaría dejar que Dios sea su fortaleza en vez de esconder que está fallando?

Ora: Señor, cuando mi corazón y mi carne desfallezcan, sé la fortaleza de mi corazón. Amén.

Día 40 · Hasta las Canas

Lee: Isaías 46:4, en tu propia Biblia.

Nota: Esta promesa abarca toda una vida, desde el nacimiento hasta la vejez, con Dios nombrándose a sí mismo como el que carga, sostiene y salvará, hasta las canas. Su carga no es un rescate a corto plazo.

Descansa en esto: ¿Qué te hace creer que la carga de Dios tiene una fecha de vencimiento que este versículo en realidad no le da?

Ora: Señor, cárgame ahora, y cárgame todavía, hasta las canas. Amén.

> **Si esta temporada es genuinamente difícil, no solo cansada:** el cansancio crónico que no se alivia con el descanso a veces es una cuestión médica o de salud mental, no solo espiritual. El cuidado de un médico y el cuidado de Dios no compiten entre sí.

Movimiento

Renovado en Silencio

Días 41-50

Día 41 · Nuevas Cada Mañana

Lee: Lamentaciones 3:22-23, en tu propia Biblia.

Nota: Este versículo sobre la misericordia nueva cada mañana se habla desde en medio de la misma ciudad devastada que la lectura del Día 13. El escritor no espera a que las ruinas se despejen antes de nombrar la fidelidad de Dios.

Descansa en esto: ¿Cómo sería recibir la misericordia de hoy como genuinamente nueva, en vez de como las sobras de ayer?

Ora: Señor, grande es Tu fidelidad. Gracias por la misericordia que es nueva esta mañana. Amén.

Día 42 · Vuélveme el Gozo

Lee: Salmo 51:10-12, en tu propia Biblia.

Nota: David pide un corazón limpio y un espíritu dispuesto después de su falla con Betsabé, no antes. La renovación aquí sigue a la confesión honesta, no a una actuación de tenerlo todo resuelto primero.

Descansa en esto: ¿Hay algo que necesitas nombrar con honestidad delante de Dios antes de poder pedirle genuinamente que te devuelva el gozo?

Ora: Señor, crea en mí un corazón limpio, y vuélveme el gozo de Tu salvación. Amén.

Día 43 · Algo Nuevo

Lee: Isaías 43:18-19, en tu propia Biblia.

Nota: Dios le dice a Su pueblo que deje de pensar en las cosas pasadas, las cosas que Él mismo hizo, porque está por hacer algo nuevo. Incluso la buena historia puede convertirse en algo que te impide notar lo siguiente que Dios está haciendo.

Descansa en esto: ¿Hay una temporada pasada, incluso una buena, que estás sosteniendo con tanta fuerza que te impide notar algo nuevo?

Ora: Señor, abre mis ojos a lo nuevo que estás haciendo, incluso ahora. Amén.

Día 44 · Renovado de Día en Día

Lee: 2 Corintios 4:16, en tu propia Biblia.

Nota: Pablo admite que su hombre exterior se va desgastando en la misma frase donde dice que su hombre interior se renueva de día en día. Ambas cosas son ciertas para él al mismo tiempo, sin contradicción.

Descansa en esto: ¿Qué deterioro externo te sientes tentado a ver como toda la historia, cuando una renovación interior podría estar sucediendo al mismo tiempo?

Ora: Señor, renueva mi hombre interior hoy, aun donde el exterior está cansado. Amén.

Día 45 · Que Convierte el Alma

Lee: Salmo 19:7, en tu propia Biblia.

Nota: El salmista le atribuye a la ley de Dios, Su palabra, el convertir el alma, no solo informar la mente. Aquí se describe la Escritura como algo que devuelve la vida a un alma cansada.

Descansa en esto: ¿Cuándo fue la última vez que dejaste que un pasaje de la Escritura realmente reviviera algo en ti, en vez de solo leerlo de paso?

Ora: Señor, que Tu palabra reviva mi alma hoy. Amén.

Día 46 · Como Árbol Plantado Junto a Corrientes

Lee: Salmo 1:2-3, en tu propia Biblia.

Nota: El árbol de esta imagen no se esfuerza por dar fruto. Simplemente está plantado junto al agua, y el fruto llega a su tiempo por dónde está arraigado, no por lo mucho que trabaja.

Descansa en esto: ¿Estás ahora mismo esforzándote por un fruto que llegaría más naturalmente si te enfocaras en dónde estás arraigado?

Ora: Señor, plántame junto a Tus corrientes, y deja que el fruto llegue a su tiempo. Amén.

Día 47 · Permaneced en Mí

Lee: Juan 15:4-5, en tu propia Biblia.

Nota: Jesús dice que la rama no puede dar fruto por sí misma, solo permaneciendo en la vid. La fructificación se declara explícitamente imposible aparte de esa conexión, no solo más difícil.

Descansa en esto: ¿Dónde has estado tratando de dar fruto desconectado, permaneciendo, como si el esfuerzo solo pudiera sustituir el estar unido a la vid?

Ora: Señor Jesús, déjame permanecer en Ti hoy, y que el fruto sea Tuyo para hacer crecer. Amén.

Día 48 · Un Corazón Nuevo

Lee: Ezequiel 36:26, en tu propia Biblia.

Nota: Dios promete quitar un corazón de piedra y dar un corazón de carne. Esto no se describe como superación personal. Es un reemplazo, hecho por Dios, no logrado por quien lo recibe.

Descansa en esto: ¿Qué lugar duro en ti has estado tratando de ablandar tú mismo, cuando este versículo dice que es obra de Dios dar, no tuya fabricar?

Ora: Señor, dame un corazón nuevo y un espíritu nuevo, como solo Tú puedes. Amén.

Día 49 · Prosigamos a Conocer a Jehová

Lee: Oseas 6:3, en tu propia Biblia.

Nota: Este versículo compara la venida de Dios a nosotros con la lluvia, segura y señalada, no algo que haya que forzar ni ganar con nuestro esfuerzo. El proseguir es una respuesta a Su venida, no una causa de ella.

Descansa en esto: ¿Dónde podrías estar esforzándote con fuerza para que algo pase, que en realidad es tan seguro y señalado como la lluvia, si lo dejaras venir?

Ora: Señor, déjame conocerte, prosiguiendo hacia Ti que vienes como lluvia segura. Amén.

Día 50 · Espera en Dios

Lee: Salmo 42:5, en tu propia Biblia.

Nota: El salmista le habla directamente a su propia alma, preguntándole por qué está abatida, y luego se responde a sí mismo ordenándole esperar en Dios. Le habla a su propia tristeza en vez de simplemente dejarse arrastrar por ella.

Descansa en esto: ¿Cómo sonaría hablarle directamente hoy a tu propio desánimo, como hace este salmista?

Ora: Señor, ¿por qué te abates, alma mía? Espera en Dios, porque aún he de alabarle. Amén.

> **Si esta temporada es genuinamente difícil, no solo cansada:** la renovación suele ser más lenta de lo que queremos, y eso no es señal de que no sea real. Mantén cerca a personas que puedan recordártelo cuando lo olvides.

Movimiento

Enviado con Ternura

Días 51-60

Día 51 · Plenitud de Gozo

Lee: Salmo 16:11, en tu propia Biblia.

Nota: El salmista ubica la plenitud del gozo específicamente en la presencia de Dios, no en lo que venga después en la vida. Ser enviado de vuelta a la vida diaria no significa dejar esa presencia atrás.

Descansa en esto: Al pensar en volver a tus días ordinarios, ¿qué significaría llevar contigo esta plenitud de gozo en vez de dejarla atrás en el descanso?

Ora: Señor, hazme conocer la senda de la vida, llena de gozo en Tu presencia. Amén.

Día 52 · Levantándose Antes del Amanecer

Lee: Marcos 1:35, en tu propia Biblia.

Nota: Jesús se levanta temprano a orar antes de un día que estará lleno de multitudes y demandas. El tiempo quieto aquí no se opone a una vida ocupada. Es lo que hace posible llevarla bien.

Descansa en esto: ¿Cómo se vería realmente, no idealmente, un comienzo temprano y quieto para tus días de regreso?

Ora: Señor, déjame encontrarme contigo antes de que el día me pida algo. Amén.

Día 53 · Enséñanos a Contar Nuestros Días

Lee: Salmo 90:12, en tu propia Biblia.

Nota: Esta oración le pide a Dios que enseñe a contar bien nuestros días, para que alcancemos corazón de sabiduría, ligando directamente cómo usamos el tiempo con la sabiduría, no solo con la productividad.

Descansa en esto: ¿Qué te pediría en realidad la sabiduría, más que la mera productividad, que hicieras con tus días de aquí en adelante?

Ora: Señor, enséñanos a contar nuestros días, de tal manera que traigamos al corazón sabiduría. Amén.

Día 54 · Examíname, Oh Dios

Lee: Salmo 139:23-24, en tu propia Biblia.

Nota: David invita a Dios a examinarlo y conocer sus pensamientos ansiosos, invitando el examen en vez de evitarlo, y pide ser guiado por el camino eterno, no solo por el cómodo.

Descansa en esto: ¿Qué es lo único que de verdad querrías que Dios examinara en ti al volver a tu vida cotidiana?

Ora: Señor, examíname y conoce mi corazón, y guíame por el camino eterno. Amén.

Día 55 · Un Huerto de Riego

Lee: Isaías 58:11, en tu propia Biblia.

Nota: Esta promesa de ser como huerto de riego y manantial cuyas aguas nunca faltan llega justo después de un pasaje sobre cuidar al hambriento y al afligido. Renovación y servicio se unen en el mismo aliento, no separados.

Descansa en esto: ¿Cómo podría el descanso que acabas de tener equiparte para derramarte sobre otros, en vez de ser lo opuesto a ello?

Ora: Señor, hazme como huerto de riego, para tener algo que dar de nuevo. Amén.

Día 56 · Dejando las Noventa y Nueve

Lee: Lucas 15:4-7, en tu propia Biblia.

Nota: El pastor no regaña a la oveja perdida por haberse descarriado. Va tras ella, y al encontrarla la carga a casa gozoso, y luego llama a sus amigos a celebrar en vez de simplemente seguir adelante.

Descansa en esto: ¿Hay alguien a quien has estado pensando ir a buscar, como hace este pastor, al volver a tus ritmos regulares?

Ora: Señor, gracias por venir tras de mí. Enséñame a ir tras otros de la misma manera. Amén.

Día 57 · Apacienta Mis Ovejas

Lee: Juan 21:15, en tu propia Biblia.

Nota: Jesús restaura a Pedro no con un sermón sobre su negación, sino con una pregunta sobre el amor, seguida de una tarea. Ser enviado de nuevo comienza con amor confirmado, no con culpa asignada.

Descansa en esto: ¿Qué te ha pedido en realidad Jesús que hagas, no por culpa de lo que no has hecho, sino por amor confirmado?

Ora: Señor, Tú sabes que te amo. Envíame de vuelta desde ese amor, no desde la culpa. Amén.

Día 58 · Sus Pasos Son Firmes

Lee: Salmo 37:23-24, en tu propia Biblia.

Nota: Este versículo nombra el tropiezo como una posibilidad real incluso para quien tiene sus pasos afirmados por el Señor, y promete no que se evitará la caída sino que el Señor sostendrá su mano.

Descansa en esto: ¿Dónde necesitas escuchar que tropezar de nuevo, al volver a la vida diaria, no significará que Dios ha soltado tu mano?

Ora: Señor, si tropiezo, sostén mi mano, y no permitas que caiga de cabeza. Amén.

Día 59 · Jehová Te Bendiga y Te Guarde

Lee: Números 6:24-26, en tu propia Biblia.

Nota: Esta bendición se le dio a los sacerdotes para hablarla sobre Israel, no como un deseo sino como una palabra oficial puesta sobre el pueblo en el nombre mismo de Dios. Estaba hecha para ser recibida, no solo escuchada.

Descansa en esto: ¿Qué significaría recibir hoy realmente esta bendición, hablada sobre ti por nombre, en vez de dejar que pase como palabras conocidas?

Ora: Señor, bendíceme y guárdame. Haz resplandecer Tu rostro sobre mí y ten de mí misericordia. Amén.

Día 60 · Tu Salida y Tu Entrada

Lee: Salmo 121:8, en tu propia Biblia.

Nota: Este salmo de ascensos, probablemente cantado por viajeros camino a Jerusalén, termina nombrando ambas direcciones: salida y entrada, ambas vigiladas, desde ahora y para siempre.

Descansa en esto: Mientras esta temporada de descanso da paso a tu salida y entrada ordinarias de nuevo, ¿qué de estos sesenta días quieres llevar contigo?

Ora: Señor, guarda mi salida y mi entrada, desde ahora y para siempre. Amén.

> **Si esta temporada es genuinamente difícil, no solo cansada:** volver a la vida ordinaria después del descanso puede traer su propio duelo o temor. Eso es algo normal y humano de sentir, y está bien hablarlo con alguien que te conozca bien.

Una bendición de cierre

Sea lo que sea que te trajo a estos sesenta días, y sea lo que sea que lleves al cerrar este, nunca estuviste destinado a cargarlo solo, y nunca se te exigió ganar el descanso que acabas de recibir. El Dios que descansó primero, que contó tus desvelos, que envía misericordia nueva cada mañana, va contigo ahora hacia lo que venga después. No se le ha agotado la gracia para el martes ordinario que tienes por delante, igual que no le faltó aquí. Ve con calma. Ve sostenido. Por esa persona. Siempre.
(Lucas 15:4) 💛

FaythFilled™ · © 2024-2026 · Todos los derechos reservados 💛