

Primavera 2023

Regla de Vida

SF 703 Práctica y Proyecto Final
Dirección Espiritual

Brenda Dorta
REV. JAVIER GÓMEZ, DMIN

Regla de Vida

Oración

Biblia/ Oración- buscaré pasar tiempo diariamente estudiando y meditando en la Sagradas Escrituras entre las 7:00-8:00 am. Luego de haber obtenido la biblia cronológica separo este espacio para estudiar la Biblia desde la perspectiva completa como lo presenta esta Biblia que intercala los libros. Este estudio me ayudara a profundizar mas en el entendimiento de los sucesos narrados en la Biblia y como se enlazan los autores para contar la historia de la salvación.

Luego de leer la Biblia, dedico un tiempo para oración en agradecimiento a Dios por su Palabra y revelación. En este tiempo traigo las peticiones al Señor.

Adoración- incluiré tiempo de adoración y alabanzas durante el día. La intención es mantener la mayor cantidad de tiempo posible del día comunión con Dios. En el auto, en la espera en alguna cita, o en espacios de soledad en la casa o en la oficina podemos adorar y alabar su nombre. Hago muchas visitas a clientes y aprovecho estos espacios de tiempo en soledad para adorar al Señor.

Contemplación- viviendo en un mundo tremendamente agitado la contemplación será añadida como una necesidad de desenchufarnos del mundo y de todo lo que nos distrae. Al menos una vez a la semana pausaré para contemplar la naturaleza de Dios.

Estudio- Continuaré mis estudios en el seminario y finalizare en diciembre (con el favor de Dios) mi maestría en Divinidad

Descanso

Sabbath- semanalmente separaré un periodo de 24 horas en el que no haya trabajo alguno, si no que haré descanso para reposar y deleitarme en la generosidad de Dios.

Recreación- Además de las vacaciones familiares planificaré pequeñas vacaciones/ espacios de descanso (algunas familiares, pero otras de pareja) cada trimestre para tomar aire y cambiar de ambiente. La familia necesita espacios fuera de la rutina.

Mayordomía- Continuare separando el 10% de mis ingresos para dedicarlos al Señor y buscaré aportar consistentemente a los misioneros amigos. Me comprometeré a cultivar mejor la mayordomía evitando gastos innecesarios como exceso de comidas fuera y compras no necesarias.

Actividad y Salud

Actividad física- Incrementaré mi actividad física semanalmente caminando 3 días a la semana para ayudar a un mejor descanso y a soltar el estrés y las preocupaciones del trabajo y ministerio. Este espacio de tiempo me ayuda a conversar con Dios a la misma vez que me ayuda de mi salud.

Prevención- Estaré más al pendiente de mi salud de manera preventiva. Chequeos médicos, ingesta de vitaminas, cuidado con los excesos y calidad de comida. Reduciendo azúcares y alimentos procesados.

Relaciones

Familia-

Esposo: Me comprometo a velar por mi relación de matrimonio y a orar mas por ella. No dar por sentado a mi esposo, sino tener el cuidado de demostrarle diariamente cuán importante es en mi vida.

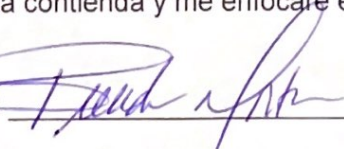
Hijos: Continuare velando por su salud física, mental, emocional y espiritual. Continuare disfrutando el tiempo de altar con ellos en las noches antes de dormir, mientras discutimos una porción de la Palabra y como aplicarla.

Hermanos: Conscientemente sacare tiempo para dedicarle y conversar con ellos de manera individual.

Padres: Un fin de semana al mes me comprometo a quedarnos con ellos el fin de semana (como lo hacía hasta hace poco tiempo) para disfrutar de su compañía y acompañarlos.

Comunidad- Viviré en comunidad, pero respetando la singularidad de cada persona. Reconociendo que la vida en comunidad tiene un gran valor para Dios, tendré cuidado de ser modelo de Cristo a otros. Me comprometo a dar lo mejor de mi para cada ser humano al que me encuentre valorándolos como almas por las que mi Señor entregó su vida. El valor del ser humano no está en su clase social o nivel de escolaridad, por lo que quiero mostrar respeto y amor aun cuando las ideas o maneras de vivir no sean semejantes. Evitare la contienda y me enfocare en demostrar amor.

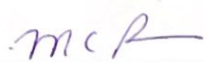
Firma del estudiante:



Fecha

3/23/23

Firma del mentor:



Fecha:

3/23/23