

MÓDULO 4: DEJE ATRÁS EL PASADO

3. **Reflexiona sobre una situación** en la que hayas experimentado sanidad emocional y escribe sobre cómo te sentiste después.

4. **Busca cada cita en tu biblia**, medita en ellas, y escribe en el espacio en blanco lo que aprendiste.

Salmos 147:3
Isaías 41:10
Mateo 11:28-30

5. **Afirmaciones:** (Repítelas en tu mente cada que puedas)

“El amor de Dios sana mi corazón y venda mis heridas”
“No temeré porque Dios está conmigo”. “No desmayaré porque el siempre me ayuda”. “Dios me sustenta con la diestra de su justicia”
“Descanso en el amor de Dios”. “El me ayuda y me libera de mis cargas”. Soy sana/o por su poder, emocional, física, mental, psicológica, y espiritualmente”.

DÍA 18: No permitas que te arrastre la amargura

1. Identifica a alguien o algo que te haya causado amargura y escribe cómo esa emoción ha afectado tus decisiones o relaciones.

[illegible][illegible]

MÓDULO 4: DEJE ATRÁS EL PASADO

3. Haz una lista de bendiciones que has experimentado en medio de situaciones difíciles y cómo eso contrarresta la amargura.

4. **Busca cada cita en tu biblia**, medita en ellas, y escribe en el espacio en blanco lo que aprendiste.

Efesios 4:31-32
Hebreos 12:15
Colosenses 3:13

6. **Afirmaciones:** (Repítelas en tu mente cada que puedas)

“Renuncio a la amargura, el enojo, la ira, gritos y calumnias”. “Solo libre de toda maldad por el poder de Jesucristo”
“Renuncio a la amargura. Al odio y al resentimiento. La gracia de Dios está conmigo”
Perdono a la gente que me ha lastimado. Olvido las ofensas. Comienzo una vida nueva.

DÍA 19: Permita que Dios traiga justicia a su vida

1. Escriba sobre una situación en la que sentiste que fuiste tratado injustamente y describe cómo manejaste tus emociones en ese momento.

[illegible][illegible]

MÓDULO 4: DEJE ATRÁS EL PASADO

3. Escribe una oración declarando tu decisión de dejar la justicia en manos de Dios y renunciar al deseo de venganza.

4. **Busca cada cita en tu biblia**, medita en ellas y escribe a la par lo que entendiste.

Romanos 12:19
Salmos 37:6
Isaías 30:18

5. **Afirmaciones:** (Repetirlas en tu mente cada que puedas).

“Elijo no tomar venganza propia”. “La venganza es Dios. El pagará a quienes me lastimaron en el pasado”.
“Dios sacará a la luz mi verdad y mi justicia en su tiempo perfecto”. “No necesito defenderme; el Señor hará brillar mi integridad.
“La misericordia de Dios me rodea. El Señor es justo. Soy bienaventurado.

DÍA 20: Venza las desilusiones.

1. Escribe sobre una desilusión significativa que experimentaste y cómo afectó tu fe o perspectiva de vida.

[illegible][illegible]

MÓDULO 4: DEJE ATRÁS EL PASADO

3. **Preguntas para reflexionar.** Escriba las cosas tal como las siente.

¿Qué puedo aprender de esta situación?
¿Qué aspectos de mi carácter o mi fe está Dios moldeando a través de esta experiencia?
¿Qué promesas de Dios me sostienen en este momento y cómo puedo aferrarme a ellas?
¿Qué recursos o fortalezas me ha dado Dios para enfrentar esto?
¿Qué acciones prácticas puedo tomar, guiadas por mi fe, para avanzar a pesar de esta desilusión?

4. **Citas bíblicas para reflexionar y meditar en ellas.** A la par escribe a la par lo que entendiste.

Salmos 34:18
Jeremías 29:11
Isaías 61:3

5. **Afirmaciones:** (Repetirlas en tu mente cada que puedas).

“El Señor está cerca de mí y sana mi corazón. El me ama y renueva mi espíritu abatido”.
“Los planes de Dios son mis planes”. “Los caminos de Dios son mis caminos”. Tengo futuro y tengo esperanza”.
“Dios reemplaza mi tristeza con belleza y gozo”. El está restaurando mi vida”