



Iglesia del Pacto Evangélico  
HACER Y FORMAR DISCIPULOS

2021 SEMANA DE ORACIÓN: RESPIRA

*Respira orando*

... porque YO SOY

POR TAMMY J. LONG



## QUERIDOS AMIGOS DEL PACTO:

**Los invitamos a unirse en oración a través de este recurso de Semana de Oración 2021, Respira.**

Durante más de 60 años, la Iglesia del Pacto Evangélico ha proporcionado recursos para una semana de oración, los cuales se publican durante el mes de enero. Ya sea que decida utilizar esta guía al comienzo del año o más tarde, es un recurso que busca animar y equipar a los discípulos de Jesús a profundizar en su vida de oración. Además es una invitación a desarrollar nuevas formas de enriquecer el alma a través de la disciplina espiritual de la oración. El tema de la Semana de Oración de este año es “Respira” y fue escrito por la pastora del Pacto Tammy Long, quien escribe:

*A pesar de estar viviendo una época de tanta incertidumbre, hay algo de lo que sí podemos estar seguros: Jesús vive y es la única respuesta en tiempos de inseguridad. Su muerte y resurrección prueban que él era quien decía ser y que todo lo que decía era verdad. Jesús está con nosotros mediante el poder de su Espíritu. Él es nuestra ayuda y nuestra esperanza. Independientemente de las preocupaciones que tengamos o las circunstancias en las que nos encontremos, Jesús nos invita a acercarnos a él, a tomar aliento y a aceptar sus palabras: YO SOY. .*

**Mi deseo es que esta guía le ayude a tener un encuentro especial con Jesús..**

La Semana de Oración puede ser utilizada individualmente o en grupo, durante una semana o en el transcurso de siete semanas. Cada sección incluye una reflexión, una imagen y una explicación sobre cómo respirar al ritmo de la respiración. Le recomendamos que utilice esta guía como punto de partida. Siéntase libre de adaptarla según su contexto, agregando las aclaraciones necesarias para mejorar la discusión y enriquecer el tiempo de oración.

Puede descargar e imprimir esta guía en [covchurch.org/2021prayer](https://covchurch.org/2021prayer). Está disponible en inglés y en español.

Si tiene preguntas, no dude en contactarnos en esta dirección: [mdd@covchurch.org](mailto:mdd@covchurch.org), o visítenos en la red: [covchurch.org/prayer](https://covchurch.org/prayer).

*Formando Discípulos Juntos,*

MINISTRA EJECUTIVA DE FORMAR Y FORTALECER DISCÍPULOS

# Respira orando

## ... PORQUE YO SOY

**A** pesar de estar viviendo una época de tanta incertidumbre, hay algo de lo que sí podemos estar seguros: Jesús vive y es la única respuesta en tiempos de inseguridad. Su muerte y resurrección prueban que él era quien decía ser y que todo lo que decía era verdad. Jesús está con nosotros mediante el poder de su Espíritu. Él es nuestra ayuda y nuestra esperanza.

Independientemente de las preocupaciones que tengamos o las circunstancias en las que nos encontremos, Jesús nos invita a acercarnos a él, a tomar aliento y a aceptar sus palabras: YO SOY.

Cada día de esta semana de oración, se enfoca en una de las declaraciones de Jesús YO SOY. Hay preguntas de reflexión que nos invitan a acercarnos más a Jesús, a escuchar lo que nos dice sobre quién es él, y quiénes somos nosotros, y a responder a esa invitación.

Esta guía incluye una oración con respiración guiada y una imagen de Visión Divina, que nos ayudará a crear un espacio sagrado de oración y quietud a través del tema YO SOY.

Respira...porque YO SOY.

**Nuestro deseo es que esta guía te ayude a tener un encuentro especial con Jesús.**

---

## LA ORACIÓN Y LA RESPIRACIÓN

Nada es tan refrescante como una respiración profunda, la cual renueva y apacigua el cuerpo, la mente y el espíritu. Cuando añadimos a la oración esta práctica, creamos un momento sagrado en el cual somos conscientes de la presencia cercana de Dios en nuestra vida.

La oración acompañada con la respiración profunda ha acompañado a los cristianos durante siglos. Esta forma de oración invita a inclinar el corazón y la mente hacia Dios, y así renovar el alma a través de la meditación o de la petición.

Para practicar la oración y la respiración, se debe hacer una inhalación mientras se susurra la primera parte de una frase o versículo (se puede hacer también en silencio - mentalmente) y luego se exhala mientras se susurra, el resto de la frase o versículo.

**Por ejemplo:**

SEÑOR (*inhala*) ... tu siervo escucha (*exhala*).

JESÚS HIJO DE DIOS (*inhala*) ... ten piedad de mí (*exhala*).

ESTOY ANSIOSO (*inhala*) ... pero mi confianza está en ti (*exhala*).

---

## VISIO DIVINA

Visio divina o “visión sagrada” es otra práctica de oración que ha existido durante siglos. Es una invitación visual a dejar que nuestro corazón, mente e imaginación permanezcan en espíritu de oración, y por medio de una imagen, ver lo que Dios nos quiere revelar o decir.

### Los pasos para esta práctica son:

- Abre tu mente y tu corazón, y pídele a Dios que guíe tu experiencia.
- Echa un primer vistazo a la imagen de cada día de esta guía.  
— Fíjate en lo que observas, lo que se mueve dentro de ti.
- Echa un segundo vistazo y mira atentamente.  
— ¿Qué percibes en tus reacciones? ¿Qué te atrae?  
— ¿Qué te repele? ¿Qué te intriga? ¿Qué emociones se agitan?
- Reflexiona o escribe lo que ha surgido dentro ti frente a la presencia de Dios.
- Pídele al Espíritu Santo que te guíe a meditar sobre lo que Dios te está diciendo.  
— Percibes un llamado de Dios? o ¿hay algo que quieres decirle a Dios?
- Dale gracias a Dios por este tiempo juntos.

---

## Biografía

**Tammy Long es co-pastora de la iglesia South Bay Community Church en Fremont, California**

Tammy es pastora ordenada de la Iglesia del Pacto Evangélico, directora espiritual y una escritora competente. Tiene una maestría en Educación de la Universidad de Cal State East Bay y una maestría en Formación Cristiana del Seminario Teológico de North Park.

A Tammy la llena de alegría ver a la gente conocer y profundizar en el conocimiento y amor de Dios, tanto a nivel individual como en comunidad. Tammy siente gran satisfacción cuando puede acompañar y caminar con aquellos que buscan llegar al corazón de Dios y logran una transformación espiritual. Este acompañamiento lo hace a través de la predicación, la enseñanza, la dirección espiritual, la facilitación de grupos pequeños, o dirigiendo retiros.

A Tammy le gusta leer, ver películas, viajar, hacer yoga, estar en contacto con la naturaleza, y pasar tiempo con su marido, hijos y nietos.





RESPIRA ORANDO:

Jesús, tú eres  
el pan de vida

Sólo tú alimentas  
y colmas  
mi necesidad.

## ORACIÓN: YO SOY EL PAN DE VIDA

**“Yo soy el pan de vida. El que a mí viene nunca tendrá hambre, y el que en mí cree no tendrá sed jamás”.** JUAN 6:35, RV

¿A quién no le gusta el olor, el sabor y la textura del pan caliente y recién salido del horno? El pan es el símbolo del alimento. En cualquier variedad y forma, el pan es el alimento más consumido en el mundo. ¡La investigación histórica sugiere que el pan ha sido parte de la dieta humana durante más de 30.000 años! El pan se menciona en la Biblia más de 400 veces. Así que cuando Jesús declaró: “Yo soy el pan de vida”, sus oyentes le escucharon con mucha atención.

Poco después de que Jesús alimentara a 5.000 personas (Juan 6:1-14), la multitud seguía con hambre. Pero en realidad no tenían hambre de aquello que Jesús les ofrecía, simplemente querían más pan. Sin embargo, Jesús vino a darnos un alimento mucho más duradero y completo; él vino a alimentar el hambre más profunda del ser humano, el hambre que siente el alma de tener una relación eterna con Dios.

Además, se puede decir que todos tenemos hambre de amor, de propósito, de seguridad, y de protección. Quizás tenemos hambre de ser conocidos, de alegría, de paz, y de muchas otras cosas más. Pero a menudo, y quizás sin ser conscientes, sentimos hambre por algo mucho más profundo, más enriquecedor.

**Y aunque luchemos por satisfacer esos deseos de alguna forma, siempre tendremos un vacío y un anhelo constante por algo más.**

Así como el pan satisface el hambre física, Jesús anhela satisfacer el hambre más profunda de nuestro corazón. El regalo de vida eterna que recibimos a través de la fe en Jesucristo es magnánimo y profundo, y significa mucho más que tener lugar en el cielo. Jesús desea cubrir, satisfacer y nutrir todas las dimensiones de nuestra vida.

Jesús anunció que venía a darnos vida abundante para suplir todos los aspectos de la vida y del bienestar del alma. Muchas veces en nuestra búsqueda por algo más, indagamos por todas partes, olvidando quién es nuestra verdadera Fuente de realización y alimento. Por eso Jesús nos recuerda: “Yo soy el Pan de Vida”.

### Reflexión

- ¿Hay áreas de tu vida en las cuales te sientes insatisfecho?
- ¿De qué manera puede Jesús satisfacer tus anhelos hoy?

**Contempla esta imagen y reflexiona.**

CENTRA tu cuerpo y tu mente para entrar en la presencia de Jesús.

DESCRIBE en una palabra, aquello que anhelas hoy.

INHALA LENTAMENTE, “Jesús, Mi Pan de Vida”.

EXHALA LENTAMENTE, “Sólo tú alimentas y colmas mi necesidad”.

REPITE esta oración y siente Su paz.

BUSCA Y MIRA CON ATENCIÓN evidencias de cómo Jesús quiere hoy satisfacer tu hambre.



RESPIRA ORANDO:

Jesús: La Luz  
del Mundo

Ayúdame a ver y  
reflejar tu luz.

## ORACIÓN: YO SOY LA LUZ DEL MUNDO

**“Yo soy la luz del mundo. El que me sigue no caminará en tinieblas, sino que tendrá la luz de la vida”.** JUAN 8:12, RV

¿Has estado alguna vez en un lugar sin ventanas, sin luz, y sin estrellas? ¿Un lugar tan oscuro que ni siquiera puedes ver tu mano frente a ti? Tal oscuridad llega a ser casi palpable, opresiva, e incluso sofocante. No vemos nada. Nos tropezamos con todo. Perdemos toda orientación y rumbo.

### No estamos destinados a vivir en la oscuridad.

El mundo bajo la opresión del pecado es oscuro, opresivo, pesado y mezquino. Hemos perdido el rumbo. Nos tropezamos el uno contra el otro y vivimos bajo el constante acecho del mal. Tan sólo hay que ver la injusticia racial sistémica, la pobreza y la disparidad económica, las inequidades en materia de salud y educación, el odio y la intolerancia, la opresión, y la codicia, para saber que el mundo está bajo una gran oscuridad.

Jesús pronunció las palabras “Yo soy la luz del mundo”, justo cuando el pueblo judío celebraba la fiesta de los tabernáculos. Al caer la noche, durante esta festividad, se encendían cuatro grandes candelabros, los cuales simbolizaban la columna de fuego con la cual Dios dirigió a los hijos de Israel durante la noche en el desierto (Éxodo 13:21). Los que escucharon estas palabras de Jesús, seguramente recordaron la historia del pueblo de Israel a través del desierto. Sin embargo, Jesús se refería a otra clase de oscuridad. Él hablaba de las tinieblas espirituales y de la separación de Dios que vive el ser humano, como consecuencia del pecado. Jesús es la luz que disipa y aparta las tinieblas y a su vez reúne a todos los que creen en Dios; de la oscuridad a la luz, de la muerte espiritual a la vida eterna.

Jesús es también nuestra luz hoy. A través de su Espíritu, nos guía en la confusión y en momentos de oscuridad y turbación. El nos señala el camino para evitar que nos extraviemos. Todo el que sigue a Jesús, no sólo camina en su luz, tiene además la luz de la vida, al ser hijos de la luz. Por lo tanto, así como la luna refleja el sol, reflejemos al Hijo de Dios en este mundo de oscuridad y tinieblas. Jesús dijo: “Yo soy la luz del mundo”.

### Reflexión

- ¿Hay alguna área de tu vida que está en la oscuridad y necesita la luz de Cristo como guía?
- ¿Dónde crees que podrías reflejar la luz de Jesús en este mundo donde hay tanta oscuridad?

### Contempla esta imagen y reflexiona.

CENTRA tu mente y tu cuerpo para entrar en la presencia de Jesús.

VISUALIZA lugares donde se necesita su luz (*para ti y para el mundo*).

INHALA LENTAMENTE, “Jesús, la Luz del mundo”.

EXHALA LENTAMENTE, Ayúdame a ver y reflejar tu luz”.

REPITE la oración hasta que sientas Su paz.

BUSCA DURANTE EL DÍA la luz de Dios para ti.





RESPIRA ORANDO:

Jesús, Tú eres  
mi Puerta  
En tu rebaño  
me siento  
a salvo y  
seguro.

## ORACIÓN: YO SOY LA PUERTA DE LAS OVEJAS

“De cierto, de cierto les digo: Yo soy la puerta de las ovejas”. JUAN 10:7, RV

**E**l teólogo escocés George Adam Smith (1856–1942) viajaba por Tierra Santa cuando se encontró con un pastor y su rebaño. El pastor le mostró dónde cuidaba las ovejas durante la noche. Era un recinto de cuatro paredes, de techo abierto y con una sola entrada. “Cuando las ovejas están aquí”, explicó el pastor, “se sienten totalmente seguras”.

—Pero no hay puerta —respondió Smith—.

—Yo soy la puerta —respondió el pastor—. “Cuando ya no hay luz y las ovejas ya están adentro, me acuesto allí con ellas. Ninguna oveja puede salir sin pasar sobre mi cuerpo, y si un lobo intenta entrar, mi cuerpo bloquea e impide su entrada; yo soy la puerta”.

En esta declaración de Jesús, la palabra “puerta” tiene doble significado. Es decir, representa la entrada por la cual se accede, y también simboliza, el portón, cerrojo, reja, o tranquera, que bloquea tanto la salida de las ovejas, como la incursión de enemigos. Sólo Jesús es la entrada por la cual sus ovejas pueden acceder al redil, al reino de Dios. Una vez que están dentro, Jesús es el cerrojo, están a salvo de ladrones, de todo aquello que intente herir, matar y destruir.

Los ladrones vienen de muchas formas. En este pasaje Jesús se refiere a falsos profetas y a líderes religiosos farsantes. Sin embargo, los ladrones son también, todas aquellas cosas que nos alejan de Jesús y de la vida abundante que él nos ofrece (Juan 10:10). El miedo, la ansiedad, el estrés, las tormentas de la vida, las enseñanzas no bíblicas, incluso nuestra naturaleza carnal, pueden hacernos daño y robarnos la paz y la protección que Jesús nos ofrece. I Pedro 5:8 dice: “Sean prudentes y manténganse atentos, porque su enemigo es el diablo, y él anda como un león rugiente, buscando a quien devorar”.

Si permanecemos cerca del Pastor, estaremos bajo su guía, corrección y disciplina. Dentro del corral, estaremos a salvo de depredadores, ladrones y raptos.

**Estamos a salvo bajo la atenta mirada de Jesús. Él dijo:** “Yo soy la puerta”.

### Reflexión

- ¿Crees que hay ladrones espirituales que amenazan entorpecer o dañar tu relación con Jesús?
- ¿De qué forma te dice y te recuerda Jesús, que estás a salvo con él?

### Contempla esta imagen y reflexiona.

CENTRA tu mente y tu cuerpo para entrar en la presencia de Jesús.


PIENSA en un lugar que te hace sentir seguro y bienvenido.

INHALA LENTAMENTE, “Jesús, tú eres mi Puerta”.

EXHALA LENTAMENTE, “En tu rebaño me siento a salvo y seguro”.

REPITE esta oración hasta que sientas Su paz.

ENUMERA formas en las cuales Jesús te hace sentir a salvo y seguro.

A shepherd wearing a hat and a vest stands in a grassy field, looking over a large flock of sheep. The background is a lush green valley with rolling hills and dense forests. The scene is bathed in warm, golden light, suggesting late afternoon or early morning.

RESPIRA ORANDO:

Jesús, mi buen  
pastor  
Yo te pertenezco.

## ORACIÓN: YO SOY EL BUEN PASTOR

“Yo soy el buen pastor. El buen pastor da su vida por las ovejas”. JUAN 10:11, NVI

Las ovejas son mencionadas en la Biblia más de 500 veces, y más que cualquier otro animal. El motivo de esta mención es la cultura pastoral de la época, pero al mismo tiempo, las ovejas ilustran en forma de metáfora, nuestra propia realidad.

En primer lugar, las ovejas son biológica y anatómicamente indefensas. No tienen formas naturales de protegerse, por lo tanto necesitan de un pastor. En segundo lugar, las ovejas se meten en aprietos y dificultades con frecuencia. A pesar de la fama que tienen las ovejas de ser tontas, en realidad pueden ser tan inteligentes como los roedores y los monos. Sin embargo, hay una razón por la cual las ovejas se meten en problemas y es precisamente porque son seguidoras. Es parte de su instinto por pertenecer a un rebaño. Se cuenta que una vez, al éste de Turquía, más de 400 ovejas murieron al caer por un abismo de 15 metros, porque siguieron a una oveja hacia un acantilado.

Las ovejas también se meten en apuros debido a su capacidad visual, ya que tienen una excelente visión periférica. Pueden ver por ambos lados y a grandes distancias, sin girar la cabeza. Sin embargo, les es muy difícil ver lo que está directamente delante de ellas. **Así que a menudo se alejan del camino para lograr una mejor mirada o simplemente porque son curiosas. Por lo tanto se desvían fácilmente y pierden el rumbo.**

¿Te suena familiar?

Los buenos pastores, en la época de Jesús estaban dedicados a sus ovejas. Les hablaban, les cantaban, y las unguían con aceite, el cual actuaba como repelente de plagas. Un buen pastor suministraba alimento, descanso, y protección a sus ovejas. Los buenos pastores se entregaban tanto a su labor, que conocían y llamaban a cada oveja por su nombre. Estaban dispuestos a arriesgar su propio bienestar e incluso su vida, por el bien de las ovejas.

Esta es la clase de relación cariñosa y sacrificial que Jesús tiene en mente cuando dice: “Yo soy el buen pastor”. La palabra “buen” en este contexto, también significa, excelente, honorable, compasivo y bueno. Jesús, nuestro buen pastor, es nuestra guía, podemos seguirle confiada y plenamente.

### Reflexión

- Piensa en una persona, que te ama, te cuida, y te brinda cariño y protección. ¿Qué significa saber que su amor es sólo una fracción del amor y del cuidado de Dios por ti?
  - ¿En que momentos te sientes más cerca y más unido a Dios?

### Contempla esta imagen y reflexiona.

CENTRA tu cuerpo y tu mente para entrar en la presencia de Jesús.

ABRÁZATE y siente el amor de Jesús.

INHALA LENTAMENTE, “Jesús, es mi buen Pastor”.

EXHALA LENTAMENTE, “Te pertenezco”.

REPITE esta oración hasta que sientas Su paz.

BUSCA Y ENCUENTRA HOY, manifestaciones del amor de Dios.



## ORACIÓN: YO SOY LA RESURRECCIÓN Y LA VIDA

“Yo soy la resurrección y la vida; el que cree en mí, aunque esté muerto, vivirá”. JUAN 11:25, RV

**T**odos hemos vivido pérdidas y dolor este último año. Y quizás por eso, anhelamos una vida nueva y diferente, aun desconociendo cómo será esa nueva norma y estilo de vida. De alguna u otra forma todos hemos sufrido la muerte de un estilo de vida, de rutinas y de costumbres. Ahora estamos enfrentando el duelo por esas pérdidas. Algunos de nosotros también hemos perdido seres queridos, lo cual aumenta nuestro dolor y sufrimiento.

Cuando Jesús pronunció las palabras, “Yo soy la resurrección y la vida”, se encontraba hablando con Marta, días después de la muerte de Lázaro, su hermano. Marta y su hermana María, estaban pasando un momento muy difícil, de dolor y pérdida, y a su vez confundidas en sus sentimientos. Por un lado, estaban felices de ver a Jesús, pero por otro, se sentían decepcionadas, incluso enojadas con Jesús, por no haber venido antes. Ellas creían que Jesús podría haber impedido la muerte de su hermano si hubiese llegado a tiempo, y evitarles tanto dolor y sufrimiento. Aun así, fueron honestas con Jesús, al expresar sus sentimientos, reafirmando su fe y confianza en él (Juan 11:21-27).

Muchas veces evitamos ser honestos con Jesús. Creemos que no debemos expresarle nuestra decepción, frustración, o ira. Sin embargo, Marta y María fueron honestas con Jesús, precisamente por la gran confianza y estrecha amistad que tenían con él. A pesar del sentimiento de dolor y gran desilusión, no dejaron de creer en él. Su honestidad fomentó el diálogo sincero e inspiró la presencia atenta y compasiva de Jesús. Marta y María expresaron sus sentimientos y Jesús les responde, escuchándoles, llorando con ellas, brindándoles esperanza y consolación. Y todo esto sucedió antes del milagro de la resurrección de su hermano Lázaro.

**A menudo creemos que estas declaraciones de Jesús “Yo Soy” son solo para los cristianos, especialmente ésta que habla de la vida eterna, pero no es así.** Cuando Jesús dice, “Yo soy la resurrección y la vida”, está expresando que todo poder y vida están en sus manos. Está declarando que la muerte no tiene la última palabra. Al mismo tiempo, estas palabras de Jesús nos dan esperanza a todos los que en él creemos, a pesar del momento que vivamos, incluso cuando todo parezca desolador. Jesús dijo: “Yo soy la resurrección y la vida”.

### Reflexión

- ¿Puedes ser honesto con Jesús? Te arriesgas a compartir cómo te sientes y a romper el hielo con él?
- ¿En qué parte de tu vida, comunidad o mundo deseas renovar la esperanza por una nueva vida?

### Contempla esta imagen y reflexiona.

CENTRA tu cuerpo y tu mente para entrar en la presencia de Jesús.

PIENSA en que área de tu vida necesitas renovar la esperanza.

INHALA LENTAMENTE, “Jesús, es la resurrección y la vida”.

EXHALA LENTAMENTE, “Revive hoy en mí la esperanza”.

REPITE esta oración hasta que sientas Su paz.

OBSERVA Y DESCUBRE dónde ves que Dios está reviviendo esperanza y nueva vida.



RESPIRA ORANDO:

Jesús, es el camino  
la verdad y la vida

Ayúdame a ser tu  
testigo hoy.

## ORACIÓN, YO SOY EL CAMINO, LA VERDAD Y LA VIDA

“Yo soy el camino, la verdad y la vida; nadie viene al Padre sino por mí”. JUAN 14:6, RV

Los discípulos se enfrentan a la inminente partida de Jesús. Él trata de prepararlos y consolarlos, pero ellos tienen dudas y preguntas: ¿Por qué nos dejas? ¿No se supone que deberíamos seguirte? ¿Cómo conoceremos el camino que debemos seguir? Jesús les explica a dónde va y les dice que regresará cuando todo esté listo (Juan 14:1-3), pero aún así siguen confundidos y atemorizados.

La confusión, la falta de sentido, la incertidumbre y el miedo al futuro, han sido parte del ser humano a través de la historia. Sin embargo Jesús ofrece la misma respuesta que le dio a sus discípulos: “Yo soy el camino, y la verdad, y la vida”. Jesús aborda las preguntas más profundas que el ser humano tiene: ¿Existe Dios? ¿Cómo podemos conocerlo? ¿Viviremos para siempre? ¿Cómo podemos vivir en verdadera paz, armonía, y amor con Dios, con los demás, y con nosotros mismos? ¿Cómo responder a estas preguntas? Jesús es el camino hacia Dios, él nos guía a su verdad, y nos ofrece vida abundante y eterna con Dios.

Sin embargo, el mundo se opone. El mundo se burla de la idea de que exista un sólo camino hacia Dios, y busca definir la vida abundante en sus propios términos. Pero Jesús, a través de su muerte y resurrección demostró todo lo que había dicho. Sus discípulos finalmente entendieron su mensaje, y desde entonces, sus seguidores han sido sus fieles testigos.

A medida que el mundo busca significado, propósito y paz, la invitación de **Jesús sigue siendo la misma: ¡Sígueme! Yo soy el camino la verdad y la vida.**

### Reflexión

- ¿Crees que Jesús es el camino, la verdad y la vida?
- ¿Has puesto tu confianza en él? (¡Puedes hacerlo hoy mismo!)
- ¿Hay alguien de tu círculo de amigos y familia que necesita conocer a Jesús?

### Contempla esta imagen y reflexiona.

CENTRA tu cuerpo y tu mente para entrar en la presencia de Jesús.

VISUALIZA a alguien que necesita conocer la verdad sobre Jesús.

INHALA LENTAMENTE, “Jesús, el camino, la verdad y la vida”.

EXHALA LENTAMENTE, “Ayúdame a ser tu testigo hoy”.

REPITE esta oración hasta que sientas Su Paz.

OBSERVA Y DESCUBRE cómo puedes compartir con otros acerca de Jesús y su verdad.





RESPIRA ORANDO:

Jesús tú eres  
la Vid

Yo habito  
en el calor  
de tu amor.

## ORACIÓN: YO SOY LA VID

**“Yo soy la vid, ustedes las ramas. El que permanece en mí y yo en él, este lleva mucho fruto. Pero separados de mí nada pueden hacer”.** JUAN 15:5, RV

¿Sabías que cada rama de una vid crece directamente desde el tallo principal? Las ramas que han producido fruto se podan de nuevo para que permanezcan o “moren” cerca del tallo durante la mayor parte del año. Luego cuando llega la temporada, estas ramas crecen con rapidez y dan fruto. Aquellas que no producen fruto se cortan y se queman.

Así como las ramas de la vid son para dar fruto, nosotros también debemos dar fruto. Jesús dijo: “Mi padre es glorificado cuando ustedes dan mucho fruto” (Juan 15:8, NVI). Pero las ramas no pueden producir fruto por sí solas. Para producir fruto, la rama debe estar unida y conectada al tallo.

Así es también para los seguidores de Cristo. **Dependemos completamente de Jesús para que podamos producir fruto.** Aparte de él, nada podemos hacer. Aparte de él, cualquier fruto que produzcamos se daña y muere.

¿Has visto alguna vez ramas de un árbol frutal, recién podadas? Cuando se cortan por primera vez, la rama parece viva. El fruto no muere de inmediato. Incluso en el suelo, la rama parece estar viva porque las hojas se ven brillantes y la fruta se ve fresca. Externamente todo se ve bien, pero internamente la rama ya se está pudriendo. Ya no está ligada al árbol.

Lo mismo sucede cuando no permanecemos junto a Jesús. Desde afuera puede parecer que todo va bien, incluso produciendo fruto; pero el alma va en creciente decadencia. Quizás por un tiempo, nuestro fruto pareciera tener vida, pero la descomposición se hace evidente a medida que nos damos cuenta de que algo no está bien.

Jesús nos invita a permanecer unidos a él, y él a su vez, permanecerá en nosotros, en una mutua relación de amor. Además nos pide que permanezcamos bajo su amor, obedeciendo sus mandamientos, los cuales nos llevan a la plenitud de gozo (Juan 15:9-11). Para que continuemos en ese gozo y demos fruto, para la gloria de Dios, debemos permanecer en Cristo. Jesús dijo, “Yo soy la vid”.

### Reflexión

- Crees que el fruto de tu vida es sano y saludable?
- ¿Qué disciplinas te ayudan a permanecer bajo el amor de Cristo?

### Contempla esta imagen y reflexiona.

CENTRA tu cuerpo y tu mente para entrar en la presencia de Jesús.

IMAGINA que estás bajo el sol, siente su calor

INHALA LENTAMENTE, “Jesús tú eres mi Vid”.

EXHALA LENTAMENTE, “Yo habito en el calor de tu amor”.

REPITE esta oración hasta que sientas Su paz.

BUSCA oportunidades para disfrutar y habitar hoy, en el amor de Jesús.

[COVCHURCH.ORG/2021PRAYER](https://covchurch.org/2021prayer)



Iglesia del Pacto Evangélico

HACER Y FORMAR DISCÍPULOS