

“Yo soy la vid y ustedes son las ramas. El que permanece en mí, como yo en él, dará mucho fruto; separados de mí no pueden ustedes hacer nada.” Juan 15:5, NVI

# Creecer

profundamente  
en Cristo

## Contar su historia...

**LAS HISTORIAS CONLLEVAN PODER.** Jesús usó historias en su ministerio en maneras para cambiar las formas de vida.

Contar su historia es una práctica espiritual de crecimiento que anima y construye relaciones con otros, muchas veces en un nivel profundo. Ello ofrece una oportunidad para pensar en lo que Dios ha hecho en usted y en los que le rodean. Esto a menudo nos hace conscientes y surge un aprecio sincero para con Dios quien ha estado transformando su vida. Nuestras historias individuales son cada una parte de la historia de Dios. Al compartir su historia con otros, revelas el carácter de Dios y por consiguiente compartes Su historia con otros.

Cuando compartes como Dios ha estado activo en su vida, eso anima a otros y le ayuda a usted a ser más consciente de la fidelidad de Dios. Cuando escuchamos, nos honramos unos a otros y a nuestras historias. Aquí hay unos ejercicios que le ayudaran a empezar a compartir su historia.

### Historia de 90 segundos

Con otra persona o en un grupo pequeño, cada uno contará una historia del corazón. Puede ser de una situación embarazosa, una aventura divertida, una manera en la cual una decisión riesgosa resultó bien—o no resultó tan bien—pero tiene que ser una historia suya. Cada persona debe contar con un minuto para planear su historia de 90 segundos, usando las siguientes seis preguntas para formar su historia:

- ¿Cuándo ocurrió?
- ¿Dónde ocurrió?
- ¿Quiénes estaban presentes?
- ¿Qué iniciativa tomó usted?
- ¿Cuál fue el resultado?

Después de que cada persona haya compartido su historia, juntos deben responder a las siguientes preguntas:

- ¿Cómo se sintió al compartir su historia?
- ¿Qué se siente al escuchar las

historias de otros?

- ¿Qué cosas que escuchó mientras ponías atención a las historias de otros?

### Historias de 3-minutos

Comience con un tiempo de reflexión, mientras se prepara para contar otra historia a una persona o a un grupo pequeño. Esta vez, cuente una historia de 3 minutos—una un poco más profunda que la historia de 90 segundos, tal como: una historia de sus inicios en la fe, un compromiso o decisión que haya tomado en los meses recientes, una de alguien que le ha ayudado a acercarse más a Dios. Siga las mismas pautas que usó para su historia de 90 segundos, recuerde que debe ser algo personal e importante, la cual debe contarse en 3 minutos. Esta es una oportunidad para contar su historia de fe—y la historia de Dios—con otros. Sumaricen su experiencia juntos, respondiendo a las preguntas anteriores.

### Otras formas

Hay muchas maneras de compartir su historia de fe: escrita o dicha, por medio del arte, poesía, danza, drama,

música, video. ¡Sea creativo! El mismo proceso de poner su propia historia en uno de estas formas es en sí mismo una experiencia de crecimiento espiritual.

Haciendo su historia accesible a otros es otro paso al crecimiento. Comparta lo que ha creado en su comunidad de adoración, en un grupo pequeño, en su familia, o con un mentor o compañero espiritual. Pídale a alguien que le acompañe en esta práctica de crecimiento espiritual. Traer esperanza y ánimo a otros a través de la historia es una herramienta poderosa de transformación. Como discípulos de Jesús, somos llamados a animarnos unos a otros en esta manera.

“Por eso, ánimo y edifíquense unos a otros, tal como lo vienen haciendo.”—1 Tesalonicenses 5:11

### Recursos Adicionales:

Visite [CovChurch.org/resources](http://CovChurch.org/resources) para encontrar estos recursos.

- Folleto: Tu Historia
- Journeying Together: An Introduction to Spiritual Companionship (Prayer experience/retreat)
- “72 Entrenamiento Evangelístico”



Esta práctica de Crecer profundamente es parte de una serie. Para conocer más de estos materiales o para bajar este u otros recursos de la red ve a [CovChurch.org](http://CovChurch.org). Para pedir copias de la práctica Crecer profundamente ve a [CovBooks.com](http://CovBooks.com).