

Permanece en Su palabra

PLAN DE 30 DIAS



Introducción

Felicidades por dar este paso. Al abrir este plan, ya has tomado una de las decisiones más importantes: priorizar tu relación con Dios a través de Su Palabra.

Estos próximos 30 días no se tratan de perfección, sino de presencia constante. No se trata de entenderlo todo, sino de conocer más de quién es Dios y cuánto te ama.

Este plan está diseñado para ser simple pero transformador. Solo necesitas 10-15 minutos al día.

Cómo usar esta guía

1. ELIGE TU MOMENTO Decide cuándo leerás cada día: mañana, mediodía o noche. Elige lo que funcione para ti y sé consistente.

2. PREPARA TU ESPACIO Busca un lugar tranquilo. Apaga tu celular o ponlo en modo avión. Estos minutos son sagrados, sin distracciones.

3. LEE DESPACIO

No es una carrera. Lee el pasaje del día con calma, dos veces si es necesario. Deja que las palabras lleguen a tu corazón.

4. REFLEXIONA CON HONESTIDAD

Responde las preguntas con sinceridad. Dios conoce tu corazón. Escribe tus pensamientos en los espacios provistos.

5. ORA LA ORACIÓN DEL DÍA Usa la oración escrita o háblale a Dios en tus propias palabras. Comparte con Él lo que está en tu corazón.

6. MARCA TU PROGRESO

Al terminar cada día, marca el checkbox de "completado" y marca el capítulo. Celebra cada pequeña victoria.

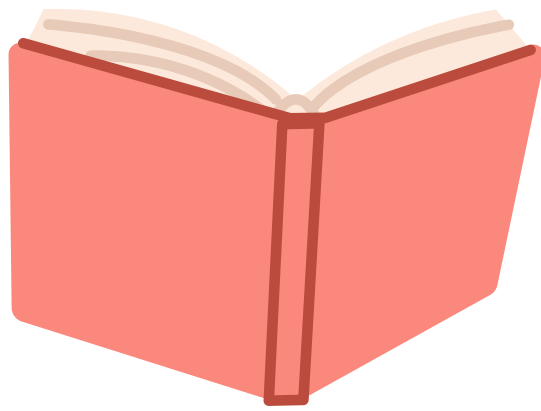
7. NO TE RINDAS

Si un día te saltas, no abandones. Simplemente retoma al día siguiente. La constancia imperfecta es mejor que la perfección inexistente.

30 Días en Su palabra

Días	Enfoque	Libro	Capítulos
1-7	Conocer a Jesús	Juan	1 3 4 8 10 14 15
8-14	Aprender a orar	Salmos	23 27 34 51 91 103 139
15-21	Sabiduría para vivir	Proverbios	15 3 31 4 16 27 18
22-28	Identidad en Cristo	Efesios	1 2 3 4 4 5 6
29-30	Amor y comunidad	1 Juan	3 4

Semana 1



Conocer a Jesús (Juan)

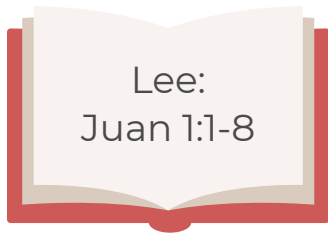


Día 1/30 El principio de todo

1

CONTEXTO: Juan comienza su evangelio de una manera única y poderosa. No empieza con el nacimiento de Jesús como los otros evangelios, sino con su existencia desde el principio de los tiempos. Hoy descubrirás quién es realmente Jesús.

2



VERSÍCULO CLAVE:
"En el principio ya existía el Verbo, y el Verbo estaba con Dios, y el Verbo era Dios." - Juan 1:1 (NBLA)

3

PREGUNTAS DE REFLEXIÓN:

¿Qué te sorprende de cómo Juan describe a Jesús?

El versículo 14 dice que "el Verbo se hizo carne y habitó entre nosotros". ¿Qué significa para ti que Dios eligiera venir a vivir entre la humanidad?

¿Cómo cambia tu día saber que Jesús es "la luz que brilla en las tinieblas"?

ORACIÓN DEL DÍA:

"Jesús, gracias por venir a este mundo por mí. Ayúdame a entender más cada día quién eres y cuánto me amas. Sé la luz en mi vida hoy, especialmente en las áreas donde me siento en oscuridad. Abre mi entendimiento mientras leo tu Palabra estos 30 días. Amén."



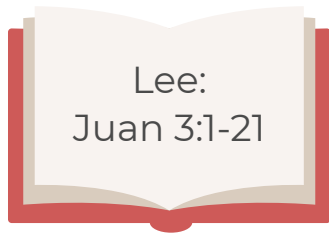
Día 2/30

Nacer de nuevo

1

CONTEXTO: Nicodemo era un líder religioso respetado, pero vino a Jesús de noche con preguntas. La conversación que tuvieron cambiaría todo. Jesús le habla de una transformación tan radical que la compara con nacer de nuevo.

2



VERSÍCULO CLAVE:

"Porque de tal manera amó Dios al mundo, que dio a su Hijo unigénito, para que todo aquel que cree en Él, no se pierda, sino que tenga vida eterna." - Juan 3:16 (NBLA)

3

PREGUNTAS DE REFLEXIÓN:

Jesús dice que debemos "nacer de nuevo" para ver el reino de Dios. ¿Qué crees que significa esto?

El versículo 16 es uno de los más conocidos de la Biblia. Léelo despacio. ¿Qué palabra o frase te impacta más hoy?

¿Hay algún área de tu vida que necesita ese "nuevo nacimiento" espiritual?

ORACIÓN DEL DÍA:

"Padre, gracias por amarme tanto que diste a tu Hijo por mí. Quiero experimentar esa vida nueva que prometes. Ayúdame a entender lo que significa nacer de nuevo espiritualmente. Transforma mi corazón y renueva mi mente cada día. Amén."



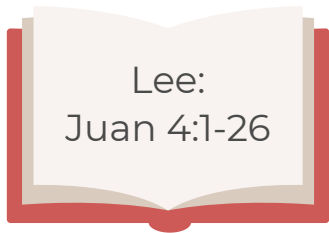
Día 3/30

El agua que sacia

1

CONTEXTO: Jesús se encuentra con una mujer samaritana en un pozo. Esto era inusual por varias razones: los judíos no hablaban con samaritanos, los hombres no hablaban públicamente con mujeres desconocidas, y ella tenía un pasado complicado. Pero Jesús ve más allá de todo eso.

2



VERSÍCULO CLAVE:

"Pero el que beba del agua que Yo le daré, no tendrá sed jamás, sino que el agua que Yo le daré se convertirá en él en una fuente de agua que brota para vida eterna." - Juan 4:14 (NBLA)

3

PREGUNTAS DE REFLEXIÓN:

La mujer venía a buscar agua física, pero Jesús le ofrece algo mucho más profundo. ¿Qué "sed" en tu vida has tratado de saciar con cosas que no satisfacen realmente?

Jesús conocía todo el pasado de esta mujer, y aun así la trató con dignidad y amor. ¿Cómo te hace sentir saber que Jesús te conoce completamente y te ama de todos modos?

3. ¿Qué significa para ti que Jesús sea el "agua viva" que sacia realmente?

ORACIÓN DEL DÍA:

"Jesús, reconozco que he buscado satisfacción en lugares equivocados. Tú eres el único que puede saciar la sed profunda de mi alma. Ayúdame a dejar de buscar en el mundo lo que solo tú puedes darme. Sé mi fuente de vida hoy. Amén."

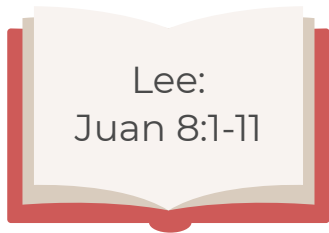


Día 4/30 Gracia en lugar de condenación

1

CONTEXTO: Una mujer es sorprendida en adulterio y llevada ante Jesús. La ley decía que debía ser apedreada. Los líderes religiosos querían atrapar a Jesús en una contradicción. Lo que Jesús hace a continuación revela el corazón de Dios hacia los pecadores.

2



VERSÍCULO CLAVE:

"Entonces Jesús le dijo: 'Yo tampoco te condeno. Vete, y desde ahora no peques más.'" Juan 8:11 (NBLA)

3

PREGUNTAS DE REFLEXIÓN:

Los acusadores se fueron uno por uno cuando Jesús los desafió. ¿Qué te enseña esto sobre juzgar a otros?

Jesús no condenó a la mujer, pero tampoco aprobó su pecado. Él le dijo "no peques más". ¿Cómo equilibra Jesús la gracia con el llamado a la santidad?

¿Hay algún pecado o error del pasado por el que te sigues condenando a ti misma? ¿Cómo te habla Jesús hoy?

ORACIÓN DEL DÍA:

"Jesús, gracias porque no me condenas. Gracias por tu gracia que me cubre cuando fallo. Ayúdame a recibir tu perdón completamente y a dejar de vivir bajo condenación. Dame fuerzas para dejar atrás lo que me separa de ti. Enséñame a dar esa misma gracia a otros. Amén."



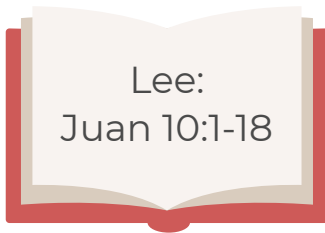
Día 5/30

El buen pastor

1

CONTEXTO: Jesús usa la imagen de un pastor y sus ovejas para describir su relación con nosotros. En esos tiempos, los pastores dormían en la entrada del redil para proteger a las ovejas, arriesgando su propia vida por ellas. Esta imagen es profundamente personal.

2



VERSÍCULO CLAVE:

"Yo soy el buen pastor; el buen pastor da Su vida por las ovejas." - Juan 10:11 (NBLA)

3

PREGUNTAS DE REFLEXIÓN:

Jesús dice que el buen pastor "conoce a sus ovejas, y las ovejas lo conocen a él". ¿Cómo te hace sentir saber que Jesús te conoce personalmente?

El versículo 10 dice que Jesús vino para que tengamos "vida en abundancia". ¿Qué crees que significa tener vida abundante?

¿En qué área de tu vida necesitas la guía del Buen Pastor hoy?

ORACIÓN DEL DÍA:

"Jesús, tú eres mi Buen Pastor. Gracias por conocerme, por cuidarme, por dar tu vida por mí. Ayúdame a reconocer tu voz y seguirte. Guíame hoy por el camino correcto. Cuando me sienta perdida, recuérdame que tú me buscas. Confío en tu cuidado. Amén."



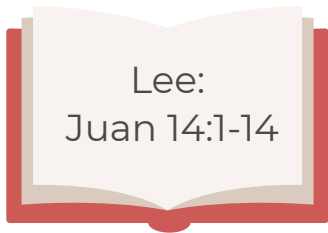
Día 6/30

Jesús es el camino

1

CONTEXTO: Jesús está preparando a sus discípulos para su partida. Ellos están confundidos y preocupados. En este momento de incertidumbre, Jesús les da una de las promesas más reconfortantes de toda la Biblia.

2



VERSÍCULO CLAVE:

"Yo soy el camino, la verdad y la vida; nadie viene al Padre sino por mí." - Juan 14:6 (NBLA)

3

PREGUNTAS DE REFLEXIÓN:

Jesús comienza diciendo "No se turbe vuestro corazón". ¿Qué te está causando preocupación o ansiedad hoy?

Jesús promete preparar un lugar para ti en la casa del Padre. ¿Cómo te hace sentir saber que tienes un hogar eterno esperándote?

Jesús dice "Yo soy el camino". En un mundo con tantas voces y opciones, ¿qué significa para ti que haya un solo camino al Padre?

ORACIÓN DEL DÍA:

"Jesús, calma mi corazón inquieto. Gracias por ser el camino cuando me siento perdida, la verdad cuando estoy confundida, y la vida cuando me siento vacía. Ayúdame a confiar en ti completamente. Gracias por prepararme un lugar contigo. Amén."



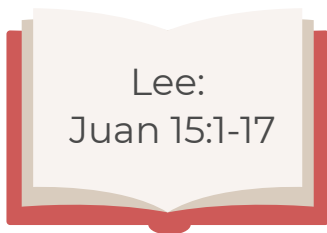
Día 7/30

Permanece en Mí

1

CONTEXTO: En una de sus últimas enseñanzas antes de la cruz, Jesús usa la imagen de la vid y las ramas para explicar nuestra relación con Él. Esta imagen es el corazón de lo que significa "permanecer" en Cristo.

2



VERSÍCULO CLAVE:

"Yo soy la vid, ustedes los sarmientos; el que permanece en Mí y Yo en él, ese da mucho fruto, porque separados de mí nada pueden hacer." - Juan 15:5 (NBLA)

3

PREGUNTAS DE REFLEXIÓN:

Una rama separada de la vid se seca y muere. ¿Qué significa para ti "permanecer" conectada a Jesús en tu vida diaria?

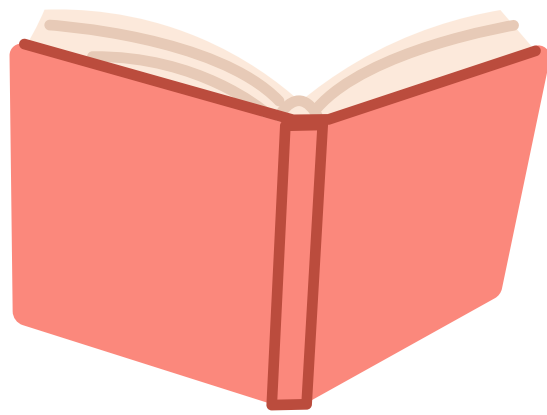
Jesús promete que si permanecemos en Él, daremos "mucho fruto". ¿Qué fruto espiritual deseas ver crecer en tu vida?

El versículo 9 dice "Permaneced en mi amor". ¿Qué te impide a veces sentir o creer en el amor de Jesús?

ORACIÓN DEL DÍA:

"Jesús, quiero permanecer en ti cada día. Ayúdame a mantenerme conectada a ti como la rama a la vid. Sin ti, sé que no puedo hacer nada de valor eterno. Enséñame lo que significa vivir en tu amor constantemente. Produce en mí el fruto que solo viene de estar cerca de ti. Amén."

Semana 2



Aprendiendo a Orar (Salmos)



Día 8/30

Cuando necesitas consuelo

1

CONTEXTO: El Salmo 23 es uno de los pasajes más conocidos y amados de toda la Biblia. David, quien lo escribió, había sido pastor de ovejas antes de ser rey. Conocía la relación entre un pastor y sus ovejas, y usa esa imagen para describir cómo Dios cuida de nosotros.

2



VERSÍCULO CLAVE:

"El Señor es mi pastor; nada me faltará." - Salmo 23:1 (NBLA)

3

PREGUNTAS DE REFLEXIÓN:

¿Qué área de tu vida necesita el cuidado del Pastor hoy?

El verso 4 habla de "valles de sombra de muerte". ¿Has atravesado algún "valle" recientemente? ¿Cómo este salmo te da esperanza?

¿Qué significa para ti que "nada te falta" cuando el Señor es tu pastor?

ORACIÓN DEL DÍA:

"Señor, tú eres mi pastor. Hoy elijo confiar en que nada me faltará porque tú cuidas de mí.

Llévame a lugares de paz, restaura mi alma cansada.

Cuando atraviese valles oscuros, recuérdame que tú estás conmigo.

Gracias porque tu bondad y tu amor me siguen todos los días de mi vida. Amén."



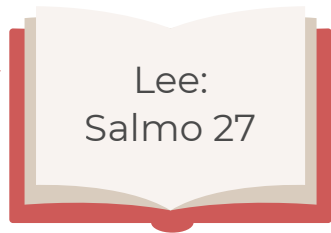
Día 9/30

Cuando tienes miedo

1

CONTEXTO: David escribió este salmo en medio de peligros reales. Había personas que literalmente querían matarlo. Sin embargo, su confianza en Dios brilla a través de cada verso. Este salmo nos enseña cómo responder cuando el miedo nos amenaza.

2



VERSÍCULO CLAVE:

"El Señor es mi luz y mi salvación, ¿A quién temeré? El Señor es la fortaleza de mi vida; ¿de quién tendré temor?" - Salmo 27:1 (NBLA)

3

PREGUNTAS DE REFLEXIÓN:

¿Qué miedo está robando tu paz en este momento?

David pide una sola cosa a Dios en el verso 4: habitar en Su presencia todos los días. ¿Por qué crees que esto era su prioridad máxima?

El verso 14 dice "Espera al Señor; esfuérgate y alientese tu corazón". ¿Qué estás esperando que Dios haga en tu vida?

ORACIÓN DEL DÍA:

"Señor, tú eres mi luz en la oscuridad. Cuando el miedo me paraliza, recuérdame que tú eres mi fortaleza. No necesito temer nada ni a nadie porque tú estás conmigo. Dame paciencia para esperar en tu tiempo. Fortalece mi corazón hoy. Amén."



Día 10/30

Alabanza en las pruebas

1

CONTEXTO: David escribió este salmo después de fingir locura para escapar del rey Aquis. Estaba en una situación desesperada, pero en lugar de quejarse, alabó a Dios. Este salmo nos enseña a mantener una actitud de alabanza incluso cuando las circunstancias son difíciles.

2



VERSÍCULO CLAVE:
"Busqué al Señor, y Él me respondió, y me libró de todos mis temores." - Salmo 34:4 (NBLA)

3

PREGUNTAS DE REFLEXIÓN:

¿Cómo puedes "bendecir al Señor en todo tiempo" (verso 1) incluso cuando las cosas no van bien?

El verso 8 dice "Prueben y vean que el Señor es bueno". ¿Cómo has experimentado la bondad de Dios recientemente?

El verso 18 promete que Dios está "cerca de los quebrantados de corazón". Si tu corazón está quebrantado hoy, ¿cómo te consuela esta promesa?

ORACIÓN DEL DÍA:

"Señor, aunque mis circunstancias no sean perfectas, elijo bendecirte hoy. Gracias porque estás cerca cuando mi corazón está quebrantado. Libérame de mis temores. Ayúdame a confiar en tu bondad incluso cuando no entiendo lo que está pasando. Amén."



Día 11/30

Cuando necesitas perdón

1

CONTEXTO: David escribió este salmo después de que el profeta Natán lo confrontara por su adulterio con Betsabé y por ordenar la muerte de su esposo. Es una oración de arrepentimiento profundo y sincero. Nos enseña cómo acercarnos a Dios cuando hemos fallado gravemente.

2



VERSÍCULO CLAVE:

"Crea en mí, oh Dios, un corazón limpio, y renueva un espíritu recto dentro de mí." - Salmo 51:10 (NBLA)

3

PREGUNTAS DE REFLEXIÓN:

David no hace excusas por su pecado. Simplemente lo reconoce. ¿Hay algo en tu vida que necesitas confesar honestamente a Dios?

El verso 17 dice que Dios no desprecia "un corazón contrito y humillado". ¿Qué te impide venir a Dios con un corazón humilde?

Qué áreas de tu vida necesitan ser "creadas de nuevo" por Dios?

ORACIÓN DEL DÍA:

"Dios, reconozco que he fallado. No tengo excusas. Ten misericordia de mí. Crea en mí un corazón limpio. Renueva mi espíritu. Lávame y seré más blanco que la nieve. Gracias porque tu amor es más grande que todos mis errores. Restaura el gozo de tu salvación en mí. Amén."



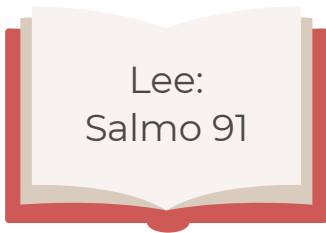
Día 12/30

Tu refugio seguro

1

CONTEXTO: Este salmo es una declaración poderosa de protección divina. Fue escrito probablemente en tiempos de guerra o peligro. Nos recuerda que Dios es nuestro refugio seguro en medio de cualquier tormenta.

2



VERSÍCULO CLAVE:

"El que habita al amparo del Altísimo morará a la sombra del Omnipotente." - Salmo 91:1 (NBLA)

3

PREGUNTAS DE REFLEXIÓN:

¿Qué significa para ti "habitar" en el refugio de Dios versus solo "visitarlo" ocasionalmente?

El salmo menciona diferentes tipos de peligros: pestilencia, terror nocturno, flechas. ¿De qué necesitas protección hoy?

Los versos 14-16 son promesas de Dios para quienes se aferran a Él. ¿Cuál de estas promesas necesitas más hoy?

ORACIÓN DEL DÍA:

"Señor, tú eres mi refugio y mi fortaleza. Hoy elijo habitar bajo tu protección. Cúbreme con tus alas. Líbrame de todo mal que venga contra mí. Confío en que tus ángeles me guardan en todos mis caminos. Gracias porque eres mi esperanza y mi seguridad. Amén."



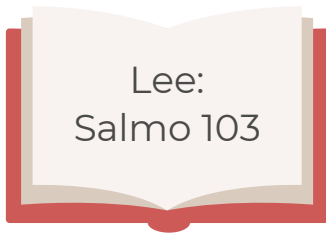
Día 13/30

Los beneficios De Dios

1

CONTEXTO: David escribió este salmo como una lista de alabanza, recordándose a sí mismo (y a nosotros) de todas las bendiciones que Dios nos da. Es un recordatorio de no olvidar todo lo bueno que Dios ha hecho

2



VERSÍCULO CLAVE:

"Bendice, alma mía, al Señor, y no olvides ninguno de sus beneficios." - Salmo 103:2 (NBLA)

3

PREGUNTAS DE REFLEXIÓN:

Los versos 3-5 listan beneficios específicos de Dios. ¿Cuál de estos has experimentado personalmente?

El verso 12 dice que Dios aleja nuestros pecados "como está de lejos el oriente del occidente". ¿Por qué es difícil a veces creer que nuestros pecados están realmente perdonados?

Haz una pausa y enumera 5 bendiciones específicas que Dios te ha dado. ¿Cómo cambia tu perspectiva al recordarlas?

ORACIÓN DEL DÍA:

"Señor, hoy elijo recordar todo lo bueno que has hecho en mi vida. Gracias por perdonar todos mis pecados, por sanar mis enfermedades, por redimir mi vida. Gracias por tu amor que es más alto que los cielos. No permitas que olvide tus beneficios. Llena mi corazón de gratitud. Amén."



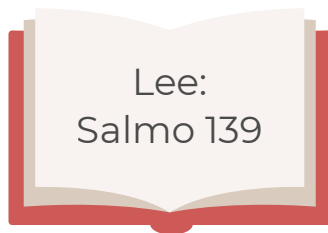
Día 14/30

Conocida y amada por Dios

1

CONTEXTO: Este es uno de los salmos más personales e íntimos de David. Explora el conocimiento infinito que Dios tiene de cada uno de nosotros. Es profundamente reconfortante saber que Dios nos conoce completamente y aún así nos ama.

2



VERSÍCULO CLAVE:

"Oh Señor, tú me has escudriñado y conocido. Tú conoces mi sentarme y mi levantarme; desde lejos comprendes mis pensamientos." - Salmo 139:1-2 (NBLA)

3

PREGUNTAS DE REFLEXIÓN:

Los primeros 6 versos describen cuán completamente Dios te conoce. ¿Te reconforta o te incomoda saber que Dios conoce cada pensamiento tuyo?

Los versos 13-16 hablan de cómo Dios te formó en el vientre de tu madre. ¿Cómo te hace sentir saber que fuiste "creada de manera formidable y maravillosa"?

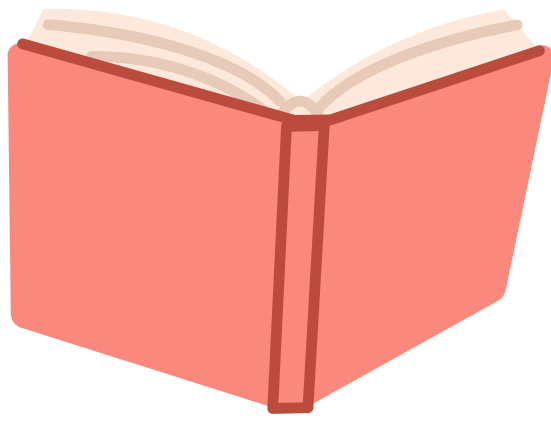
¿Hay algún lugar donde estés tratando de esconderte de Dios? El verso 7 nos recuerda que no hay lugar donde Él no esté.

ORACIÓN DEL DÍA:

"Señor, me asombra que me conozcas tan completamente.

Conoces mis pensamientos antes de que los piense, mis palabras antes de que las diga. Gracias por crearme con propósito. Examina mi corazón hoy. Muéstrame si hay algo en mí que te ofende. Guíame por el camino eterno. Amén."

Semana 3



Sabiduría para vivir (Proverbios)



Día 15/30

Sabiduría para tus palabras

1

CONTEXTO: Proverbios es un libro de sabiduría práctica para la vida diaria. Hoy leerás sobre el poder de tus palabras y cómo pueden construir o destruir. Estos principios tienen miles de años, pero siguen siendo increíblemente relevantes hoy.

2



VERSÍCULO CLAVE:

"La suave respuesta aparta el furor, pero la palabra hiriente hace subir la ira." - Proverbios 15:1n (NBLA)

3

PREGUNTAS DE REFLEXIÓN:

¿Hay alguna situación reciente donde tus palabras causaron daño? ¿Qué hubieras dicho diferente?

El verso 4 dice "La lengua que trae sanidad es árbol de vida". ¿Cómo puedes usar tus palabras hoy para traer vida a alguien?

¿Qué relación en tu vida necesita "respuestas amables" en lugar de "palabras ásperas"?

ORACIÓN DEL DÍA:

"Señor, pon guarda a mi boca. Ayúdame a hablar palabras que sanen, no que hieran. Dame sabiduría para responder con amabilidad incluso cuando me siento atacada. Que mis palabras reflejen tu amor y tu gracia. Muéstrame hoy a quién necesito bendecir con palabras de vida. Amén."



Día 16/30

Confía en el Señor

1

CONTEXTO: Este es uno de los pasajes más conocidos de Proverbios. Contiene principios fundamentales para vivir una vida que honra a Dios, especialmente en cómo manejamos nuestras decisiones y confiamos en Él con nuestro futuro.

2



VERSÍCULO CLAVE:

"Confía en el Señor con todo tu corazón, y no te apoyes en tu propio entendimiento. Reconócelo en todos tus caminos, y Él enderezará tus sendas." - Proverbios 3:5-6 (NBLA)

3

PREGUNTAS DE REFLEXIÓN:

¿En qué área de tu vida te estás apoyando en tu "propio entendimiento" en lugar de confiar en Dios?

El verso 6 dice "reconócelo en TODOS tus caminos". ¿Qué decisión necesitas entregarle a Dios hoy?

Los versos 11-12 hablan de la disciplina del Señor. ¿Hay algo difícil en tu vida que Dios podría estar usando para moldearte?

ORACIÓN DEL DÍA:

"Señor, hoy elijo confiar en ti con todo mi corazón. Reconozco que mi entendimiento es limitado, pero el tuyo es perfecto. Guíame en cada decisión que tome. Endereza mis caminos. Si estás disciplinándome en algún área, ayúdame a recibir tu corrección con humildad, sabiendo que me amas. Amén."



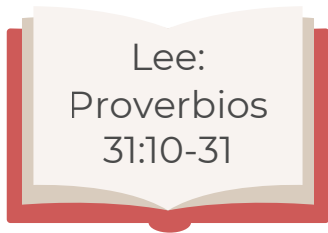
Día 17/30

Mujer de valor

1

CONTEXTO: Este pasaje describe a una "mujer virtuosa" o "de valor". Es importante recordar que no es una lista de tareas que debes cumplir perfectamente, sino una imagen poética de una mujer que vive con sabiduría, propósito y temor de Dios.

2



VERSÍCULO CLAVE:

"Engañosa es la gracia y vana la belleza, pero la mujer que teme al Señor, esa será alabada." - Proverbios 31:30 (NBLA)

3

PREGUNTAS DE REFLEXIÓN:

Esta mujer es emprendedora, generosa, sabia y teme a Dios. ¿Cuál de estas cualidades admiras más y por qué?

El verso 30 contrasta la belleza externa con el temor del Señor. ¿Dónde inviertes más tiempo: en tu apariencia externa o en tu carácter interno?

Esta mujer "se ríe del porvenir" (v. 25) porque confía en Dios. ¿Qué te impide tener esa misma confianza en el futuro?

ORACIÓN DEL DÍA:

"Señor, no quiero ser una mujer que solo se enfoca en lo externo. Quiero ser una mujer de valor verdadero, que te teme, que es sabia, generosa y diligente. Ayúdame a usar mis dones para bendecir a otros y glorificarte a ti. Dame confianza en el futuro porque confío en ti. Amén."



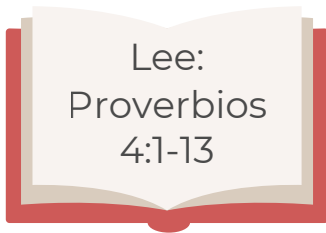
Día 18/30

El valor de la sabiduría

1

CONTEXTO: Salomón está dando consejo a su hijo (y a nosotros) sobre la importancia de buscar sabiduría por encima de todo. La sabiduría no es solo conocimiento intelectual, sino la habilidad de vivir la vida de manera que agrade a Dios.

2



VERSÍCULO CLAVE:

"Lo principal es la sabiduría; adquiere sabiduría, y con todo lo que obtengas adquiere inteligencia." - Proverbios 4:7 (NBLA)

3

PREGUNTAS DE REFLEXIÓN:

El verso 7 dice que la sabiduría es "lo principal". ¿Qué has estado priorizando por encima de crecer en sabiduría?

Los versos 10-13 hablan de un "camino de sabiduría". ¿Qué decisión específica necesitas tomar hoy que requiere sabiduría divina?

¿Cómo puedes "adquirir" sabiduría prácticamente? (Pista: Santiago 1:5 dice que si le pedimos a Dios, Él nos la da generosamente)

ORACIÓN DEL DÍA:

"Señor, dame sabiduría. No solo conocimiento, sino verdadera sabiduría para vivir una vida que te honre. Guarda mi corazón de tomar caminos torcidos. Mantenme firme en tu verdad. Ayúdame a valorar tu sabiduría más que cualquier otra cosa. Amén."



Día 19/30

Encomienda tus planes

1

CONTEXTO: Este capítulo contrasta nuestros planes humanos con los propósitos soberanos de Dios. Nos recuerda que aunque debemos planear y trabajar diligentemente, debemos mantener nuestros planes abiertos a la dirección de Dios.

2



VERSÍCULO CLAVE:

"Encomienda tus obras al Señor, y tus propósitos se afianzarán." - Proverbios 16:3 (NBLA)

3

PREGUNTAS DE REFLEXIÓN:

¿Tienes planes o metas que no has encomendado a Dios? ¿Qué significa realmente "encomendar" algo al Señor?

El verso 9 dice "El corazón del hombre planea su camino, pero el Señor dirige sus pasos". ¿Cómo equilibras hacer planes con estar abierta a que Dios cambie tu dirección?

¿Hay algún plan que tengas que necesitas soltar y dejar en las manos de Dios?

ORACIÓN DEL DÍA:

"Señor, te entrego todos mis planes, sueños y metas. Quiero que tú dirijas mis pasos. Dame sabiduría para planear, pero flexibilidad para seguirte cuando cambies mi dirección. Confío en que tus propósitos son mejores que los míos. Haz tu voluntad en mi vida. Amén."



Día 20/30

Amistad verdadera

1

CONTEXTO: Este capítulo contiene sabiduría sobre las relaciones humanas, especialmente sobre la amistad verdadera. Nos muestra cómo ser buenas amigas y cómo reconocer a las amigas verdaderas en nuestras vidas.

2



VERSÍCULO CLAVE:

"Fieles son las heridas del amigo, pero engañosos los besos del enemigo." - Proverbios 27:6 (NBLA)

3

PREGUNTAS DE REFLEXIÓN:

El verso 6 habla de "heridas fieles" de un amigo. ¿Tienes amigas que te aman lo suficiente como para decirte la verdad aunque duela?

El verso 17 dice "El hierro con hierro se afila, y el hombre en el trato con el hombre". ¿Tienes amigas que te desafían a crecer espiritualmente?

¿Qué tipo de amiga eres tú? ¿Eres la que dice lo que otros quieren oír, o la que dice la verdad en amor?

ORACIÓN DEL DÍA:

"Señor, gracias por las amigas verdaderas que has puesto en mi vida. Ayúdame a ser el tipo de amiga que edifica, que habla verdad en amor, que está presente en los momentos difíciles. Dame discernimiento para reconocer amistades saludables y sabiduría para alejarme de relaciones tóxicas. Amén."



Día 21/30

El poder de las palabras

1

CONTEXTO: Este pasaje continúa el tema del poder de nuestras palabras. Nos recuerda que las palabras no son solo sonidos vacíos; tienen el poder de dar vida o muerte, de construir o destruir.

2



VERSÍCULO CLAVE:

"Muerte y vida están en poder de la lengua, y los que la aman comerán su fruto." - Proverbios 18:21 (NBLA)

3

PREGUNTAS DE REFLEXIÓN:

Si tus palabras tienen poder de "vida o muerte", ¿qué tipo de "fruto" están produciendo tus palabras actualmente?

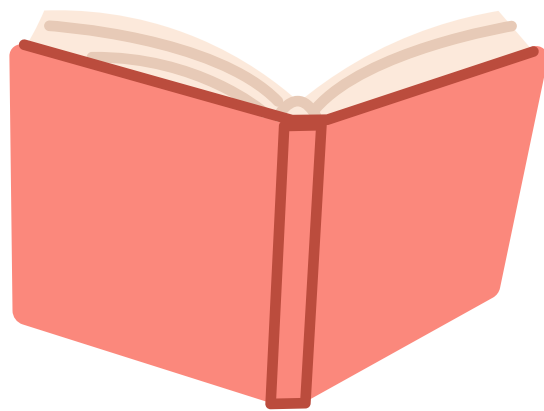
Piensa en las conversaciones que tuviste ayer. ¿Usaste tus palabras para edificar o para destruir?

¿Hay alguien a quien necesitas pedirle perdón por palabras hirientes? ¿Hay alguien a quien necesitas bendecir con palabras de vida hoy?

ORACIÓN DEL DÍA:

"Señor, perdóname por las veces que he usado mis palabras para herir en lugar de sanar. Ayúdame a entender el poder que tienen mis palabras. Llena mi boca de palabras que den vida, que edifiquen, que bendigan. Enséñame a hablar con gracia y verdad. Amén."

Semana 4



Tu identidad en Cristo (Efesios)



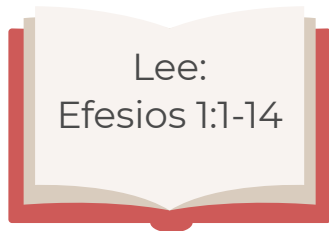
Día 22/30

Bendecida en Cristo

1

CONTEXTO: Pablo comienza esta carta con una de las descripciones más hermosas de quiénes somos en Cristo. Este pasaje es como una explosión de bendiciones espirituales. Léelo despacio y deja que cada verdad penetre en tu corazón.

2



Lee:
Efesios 1:1-14



VERSÍCULO CLAVE:

"Bendito sea el Dios y Padre de nuestro Señor Jesucristo, que nos ha bendecido con toda bendición espiritual en los lugares celestiales en Cristo." - Efesios 1:3 (NBLA)

3

PREGUNTAS DE REFLEXIÓN:

Los versos 4-5 dicen que fuiste "escogida" y "predestinada" para ser adoptada como hija. ¿Cómo cambia tu día saber que no eres un accidente, sino que fuiste elegida por Dios?

El verso 7 habla de "redención por su sangre" y "el perdón de nuestros pecados". ¿Hay algún pecado por el que no te has perdonado a ti misma? ¿Por qué?

Enumera todas las bendiciones que Pablo menciona en estos versos. ¿Cuál de ellas necesitas recordar más hoy?

ORACIÓN DEL DÍA:

"Padre celestial, gracias por elegirme antes de la fundación del mundo. Gracias por adoptarme como tu hija. Ayúdame a vivir en la realidad de estas bendiciones espirituales. Cuando me sienta insignificante, recuérdame cuán valiosa soy para ti. Amén."



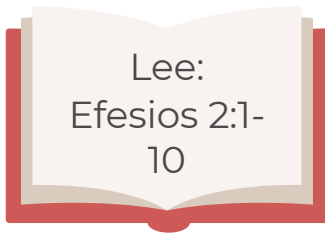
Día 23/30

Salvada por gracia

1

CONTEXTO: Este pasaje nos muestra el contraste dramático entre quiénes éramos sin Cristo y quiénes somos ahora en Él. También contiene uno de los versículos más importantes sobre la salvación por gracia.

2



VERSÍCULO CLAVE:

"Porque por gracia ustedes han sido salvados por medio de la fe, y esto no procede de ustedes, sino que es don de Dios; no por obras, para que nadie se gloríe." - Efesios 2:8-9 (NBLA)

3

PREGUNTAS DE REFLEXIÓN:

Los versos 1-3 describen cómo éramos antes de Cristo. ¿Cómo era tu vida antes de conocer a Jesús?

Los versos 4-5 comienzan con "Pero Dios..." Estas dos palabras lo cambian todo. ¿Qué ha cambiado Dios en tu vida?

¿Luchas con tratar de "ganarte" la salvación a través de buenas obras? ¿Cómo te libera saber que es un regalo gratuito?

ORACIÓN DEL DÍA:

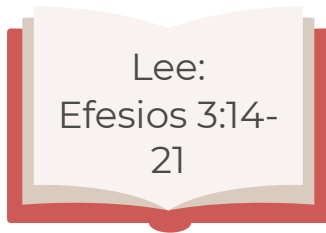
"Dios, gracias por tu gracia. No puedo ganarme tu amor ni tu salvación, pero tú me los das gratuitamente. Perdóname cuando intento ganarme lo que ya me has dado. Ayúdame a vivir en la libertad de tu gracia. Soy tu obra maestra, creada para buenas obras. Amén."

✓ Dia 24/30 El Amor que Sobrepasa Conocimiento

1

CONTEXTO: Esta es una de las oraciones más hermosas de Pablo. Él ora pidiendo que comprendamos la inmensidad del amor de Cristo. Es una oración que tú también puedes hacer tuya.

2



!

VERSÍCULO CLAVE:

"Ustedes sean capaces de comprender con todos los santos cuál es la anchura, la longitud, la altura y la profundidad, y de conocer el amor de Cristo que sobrepasa el conocimiento." - Efesios 3:18-19 (NBLA)

3

PREGUNTAS DE REFLEXIÓN:

Pablo ora para que seas "fortalecida con poder en el hombre interior". ¿En qué área necesitas esa fortaleza interior hoy?

¿Cómo describirías el amor de Cristo en tus propias palabras? ¿Realmente lo "conoces" o solo sabes de él?

El verso 20 dice que Dios "es poderoso para hacer todo mucho más abundantemente de lo que pedimos o entendemos". ¿Qué le estás pidiendo a Dios que parece imposible?

ORACIÓN DEL DÍA:

"Padre, fortaléceme con poder en mi ser interior. Que Cristo habite profundamente en mi corazón. Ayúdame a comprender la anchura, longitud, altura y profundidad de tu amor por mí. Haz en mi vida mucho más de lo que puedo imaginar. A ti sea la gloria. Amén."



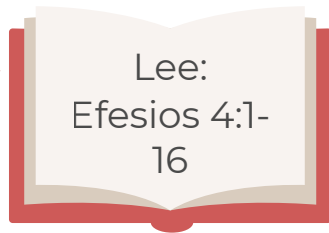
Día 25/30

Vivir tu llamado

1

CONTEXTO: Después de hablar sobre nuestra identidad en Cristo, Pablo nos llama a vivir de manera digna de ese llamado. Nos muestra cómo debe verse la vida en comunidad cuando todos usamos nuestros dones para edificarnos mutuamente.

2



VERSÍCULO CLAVE:

"Yo, pues, prisionero del Señor, les ruego que ustedes vivan de una manera digna de la vocación con que han sido llamados." - Efesios 4:1 (NBLA)

3

PREGUNTAS DE REFLEXIÓN:

Los versos 2-3 listan cualidades de una vida digna: humildad, mansedumbre, paciencia, amor. ¿Cuál de estas necesitas desarrollar más?

Los versos 11-13 hablan de diferentes dones dados a la iglesia. ¿Cuál es tu don? ¿Lo estás usando para edificar a otros?

El verso 15 dice "hablar la verdad en amor". ¿Tiendes más a hablar verdad sin amor, o a evitar la verdad para mantener la paz?

ORACIÓN DEL DÍA:

"Señor, quiero vivir de manera digna del llamado que me has dado. Ayúdame a ser humilde, paciente y amorosa. Muéstrame cuál es mi don y cómo usarlo para edificar tu iglesia. Dame sabiduría para hablar verdad siempre en amor. Amén."

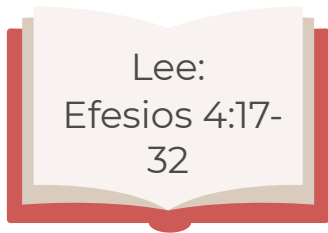


Día 26/30 La nueva vida en Cristo

1

CONTEXTO: Pablo contrasta la vieja manera de vivir con la nueva vida en Cristo. Es un llamado a "despojarnos" del viejo yo y "vestirnos" del nuevo. Este es un proceso continuo de transformación.

2



VERSÍCULO CLAVE:

...que en cuanto a la anterior manera de vivir, ustedes se despojen del viejo hombre, que se corrompe según los deseos engañosos... y se vistan del nuevo hombre, el cual, en la semejanza de Dios, ha sido creado en la justicia y santidad de la verdad." - Efesios 4:22, 24 (NBLA)

3

PREGUNTAS DE REFLEXIÓN:

Los versos 25-32 listan comportamientos específicos que debemos dejar y adoptar. ¿Cuál de estos te desafía más?

El verso 26 dice "no se ponga el sol sobre vuestro enojo". ¿Hay algún enojo o resentimiento que necesitas soltar hoy?

El verso 32 nos llama a perdonar "así como también Dios nos perdonó en Cristo". ¿A quién necesitas perdonar?

ORACIÓN DEL DÍA:

"Señor, ayúdame a desprenderme de mi vieja manera de vivir. Quiero ser renovada en mi mente. Enséñame a hablar verdad, a controlar mi enojo, a trabajar honestamente, a hablar palabras que edifiquen. Dame un corazón tierno y perdonador como el tuyo. Amén."



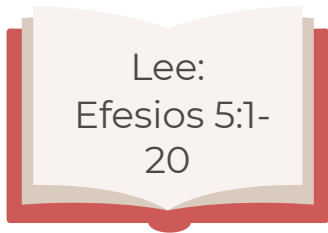
Día 27/30

Hijas de luz

1

CONTEXTO: Pablo nos llama a ser imitadores de Dios y a vivir como "hijos de luz". Esto significa que nuestra vida debe reflejar el carácter de Dios en todo lo que hacemos.

2



VERSÍCULO CLAVE:

"Porque antes ustedes eran tinieblas, pero ahora son luz en el Señor; anden como hijos de luz." - Efesios 5:8 (NBLA)

3

PREGUNTAS DE REFLEXIÓN:

El verso 1 nos llama a ser "imitadores de Dios". Si alguien te siguiera todo el día, ¿vería a Dios en ti?

Los versos 15-17 nos llaman a ser sabias y a aprovechar bien el tiempo. ¿En qué estás invirtiendo tu tiempo? ¿Te está acercando a Dios o alejando de Él?

El verso 18 contrasta estar llenas del Espíritu con buscar satisfacción en otras cosas. ¿Qué significa para ti estar "llena del Espíritu Santo"?

ORACIÓN DEL DÍA:

"Padre, quiero ser imitadora tuya. Ayúdame a caminar como hija de luz, no de oscuridad. Dame sabiduría para usar bien mi tiempo. Lléname con tu Espíritu Santo. Que mi vida produzca fruto de bondad, justicia y verdad. Amén."



Día 28/30

Tu armadura espiritual

1

CONTEXTO: Pablo termina su carta recordándonos que estamos en una batalla espiritual. No luchamos contra personas, sino contra fuerzas espirituales de maldad. Pero Dios nos ha dado armadura para estar firmes.

2



VERSÍCULO CLAVE:

Por lo demás, fortalézcanse en el Señor y en el poder de Su fuerza. Revístanse con toda la armadura de Dios para que puedan estar firmes contra las insidias del diablo." - Efesios 6:10-11 (NBLA)

3

PREGUNTAS DE REFLEXIÓN:

Los versos 14-17 describen seis piezas de la armadura. ¿Cuál de estas piezas sientes que te falta hoy?

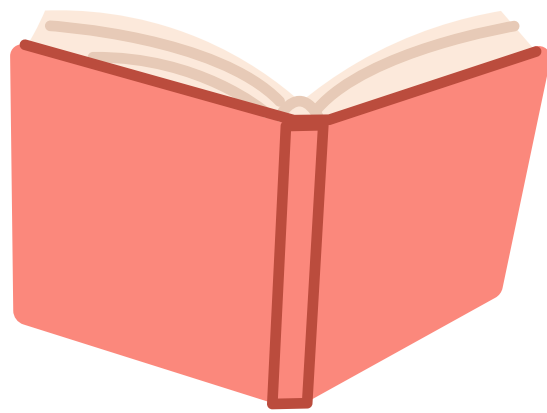
El verso 18 nos llama a orar "en todo tiempo". ¿Es la oración tu primera respuesta o tu último recurso?

¿Contra qué estás luchando espiritualmente en este momento? ¿Cómo puedes usar esta armadura en esa batalla?

ORACIÓN DEL DÍA:

"Señor, fortaléceme en tu poder. Ayúdame a vestirme cada día con la armadura completa que me has dado. Cíñeme con verdad, cúbreme con justicia, cálzame con paz, protégame con fe, cúbreme con salvación, y dame tu Palabra como espada. Enséñame a orar sin cesar. Amén."

Días finales



Amor y comunidad

(1 Juan)



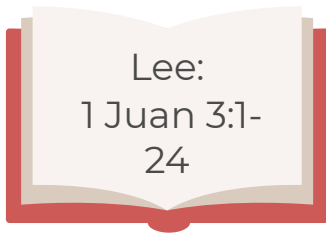
Día 29/30

Amadas por el Padre

1

CONTEXTO: Juan, el apóstol del amor, nos recuerda la identidad fundamental que tenemos: somos hijos amados de Dios. Este capítulo explora lo que significa vivir como hijas de Dios en un mundo que no lo conoce.

2



VERSÍCULO CLAVE:

"Miren cuán gran amor nos ha otorgado el Padre: que seamos llamados hijos de Dios. Y eso somos." - 1 Juan 3:1 (NBLA)

3

PREGUNTAS DE REFLEXIÓN:

El verso 1 te llama a "mirar" el gran amor del Padre. Detente y reflexiona: ¿Cuán grande es ese amor?

Los versos 2-3 hablan de nuestra transformación futura. ¿Cómo te motiva saber que "serás como Él"?

Los versos 16-18 definen el amor verdadero: no es solo palabras, sino acciones. ¿Cómo puedes demostrar amor en acción hoy?

ORACIÓN DEL DÍA:

"Padre, me asombra ser llamada tu hija. Gracias por ese amor tan grande. Ayúdame a vivir como tu hija, con pureza y amor genuino. No quiero amar solo de palabra, sino con hechos y verdad. Muéstrame hoy cómo amar a otros como tú me has amado. Amén."



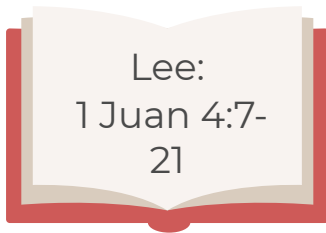
Día 30/30

Amadas por el Padre

1

CONTEXTO: En tu último día de este plan de 30 días, Juan te lleva al corazón de todo: Dios es amor. Este no es solo un atributo de Dios; es su misma esencia. Y porque Él nos amó primero, nosotros podemos amar a otros.

2



VERSÍCULO CLAVE:

"En esto consiste el amor: no en que nosotros hayamos amado a Dios, sino en que Él nos amó a nosotros y envió a Su Hijo como propiciación por nuestros pecados." - 1 Juan 4:10 (NBLA)

3

PREGUNTAS DE REFLEXIÓN:

El verso 8 dice simplemente "Dios es amor". ¿Cómo has experimentado ese amor en estos 30 días?

El verso 18 dice que "el perfecto amor echa fuera el temor". ¿Qué miedo necesitas entregarle a Dios hoy?

Has completado 30 días permaneciendo en la Palabra. ¿Cómo ha cambiado tu vida? ¿Cuál es tu próximo paso?

ORACIÓN DEL DÍA:

"Dios, tú eres amor. Gracias por amarme primero, cuando yo no te amaba. Gracias por estos 30 días de caminar contigo a través de tu Palabra. Ayúdame a continuar permaneciendo en ti cada día. Llena mi corazón de tu amor perfecto que echa fuera todo temor. Que yo pueda amar a otros como tú me has amado. Amén."


¡Lo lograste!

30 días de permanencia en la Palabra de Dios. Algunos días fueron fáciles, otros difíciles. Algunos días sentiste mucho, otros no sentiste nada. Pero apareciste cada día. Y eso es lo que importa.

Estos 30 días no son el final, son solo el comienzo. Has construido un fundamento, has creado un hábito, has conocido más de quién es Dios y cuánto te ama. Ahora la pregunta es:

¿QUÉ SIGUE?

1. Continúa con tu hábito diario (no te detengas ahora)
2. Explora otros libros de la Biblia
3. Únete a nuestra comunidad de mujeres
4. Invita a una amiga a hacer este viaje
5. Comparte tu testimonio con nosotras. La constancia de estos 30 días ha plantado semillas que darán fruto por el resto de tu vida.

Con amor, El equipo de Abiding Blossoms 
Permaneciendo juntas en Su Palabra

Sigamos en contacto:

- Visita el blog para más recursos:
www.abidingblossoms.com
- Encuéntranos en Pinterest
[@abidingblossoms](https://www.pinterest.com/abidingblossoms)

Créditos y Derechos de Autor

- **Diseño y Contenido:** Realizado por Abiding Blossoms. Diseñado en Canva utilizando elementos bajo su licencia de uso comercial.
- **Textos Bíblicos:** Escrituras tomadas de la Nueva Biblia de las Américas (NBLA), Copyright © 2005 por The Lockman Foundation. Usadas con permiso.
www.NuevaBiblia.com