

La Auto-Examinación ***Planes Proféticos para Crecimiento Personal***

“Examinaos a vosotros mismos si estáis en la fe; probaos a vosotros mismos.”

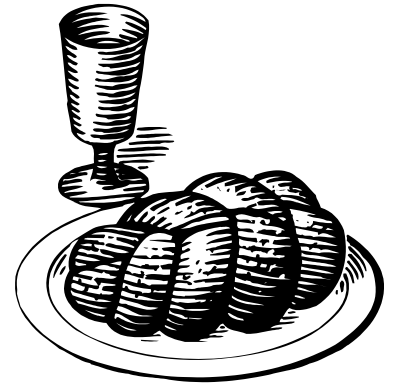
- 2 Corintios 13:5

“Examíname, oh Dios, y conoce mi corazón; Pruébame y conoce mis pensamientos; y ve si hay en mi camino de perversidad, y guíame en el camino eterno.”

- Salmo 139:23-24

“The unexamined life is not worth living.”
“La vida no examinada no vale vivirla.”

- Henry David Thorough



Auto-Examinación – Importancia de Vida o Muerte

“De manera que cualquiera que comiere este pan o bebiere esta copa del Señor indignamente, será culpado del cuerpo y de la sangre del Señor. Por tanto, pruébese cada uno a sí mismo, y coma así del pan, y beba de la copa. Porque el que come y bebe indignamente, sin discernir el cuerpo del Señor, juicio come y bebe para sí. Por lo cual hay muchos enfermos y debilitados entre vosotros, y muchos duermen. Si, pues, nos examinásemos a nosotros mismos, no seríamos juzgados; mas siendo juzgados, somos castigados por el Señor, para que no seamos condenados con el mundo.” 1 Corintios 11:27-33

¿Por qué es tan importante examinarse antes de participar de la Santa Cena? ¿Cuáles son las potenciales consecuencias de no hacerlo?

¿Cuál es el propósito de examinarnos a nosotros mismos? (11:31)

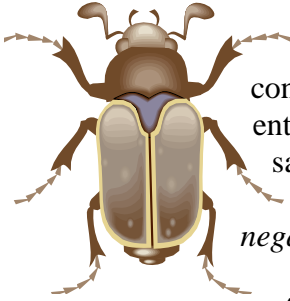
Cuando el Señor nos castiga, ¿Cuál es su propósito? (11:32)

En Esta Lección Aprendemos

- La importancia de la auto-examinación
- Las formas de conocernos a nosotros mismos mejor
- Como identificar áreas para crecer
- Como hacer planes proféticos para el crecimiento personal



La Negación = Las Tinieblas



Las cucarachas y los ratones viven en las tinieblas. Cuando se enciende una luz, se van corriendo. Es así con demonios, con temores, con neurosis, con esclavitud emocional, etc. Cuando entramos en la luz – todo lo malo y feo dentro de nosotros comienza a sanarse. ¡No es fácil examinarnos y admitir nuestras fallas! Nos da vergüenza y preferimos no pensar en tales cosas. Este estado de *negación* es lo que la Biblia llama – “*Tinieblas*.”

Andar en la Luz

Este es el mensaje que hemos oído de él, y os anunciamos: Dios es luz, y no hay ningunas tinieblas en él. Si decimos que tenemos comunión con él, y andamos en tinieblas, mentimos, y no practicamos la verdad; pero si andamos en luz, como él esta en luz, tenemos comunión unos con otros, y la sangre de Jesucristo su Hijo nos limpia de todo pecado. Si decimos que no tenemos pecado, nos engañamos a nosotros mismos, y la verdad no esta en nosotros. Si confesamos nuestros pecados, él es fiel y justo para perdonar nuestros pecados, y limpiarnos de toda maldad. Si decimos que no hemos pecado, le hacemos a él mentiroso, y su palabra no está en nosotros. 1 Juan 1:5-9



Según este texto, ¿Cuáles son los beneficios de “*andar en la luz*”?

Según 1 Juan 1:8-9, ¿Cómo entramos en la luz?

Si escondemos nuestro pecado debajo del alfombra, ¡no seremos bendecidos!

El que encubre sus pecados no prosperará; mas el que los confiesa y se aparta alcanzará misericordia. Prov. 28:13



Los Cuadrantes de Luz en el Ser Humano¹

<p>1. Nuestro ser Publico</p> <p>Lo que <i>Nosotros Vemos</i> en Nosotros Mismos</p> <p>Y lo que <i>los demás también ven</i></p>	<p>2. Nuestro Lado Ciego</p> <p>Lo que <i>Nosotros no Vemos</i> en Nosotros Mismos</p> <p>Pero <i>los demás sí ven</i></p>
<p>3. Nuestro Lado Privado</p> <p>Lo que <i>Nosotros Vemos</i> en Nosotros Mismos</p> <p>Pero <i>los demás no ven</i></p>	<p>4. Nuestro ser Desconocido</p> <p>Lo que <i>Nosotros no Vemos</i> en Nosotros Mismos</p> <p>Y <i>los demás no ven tampoco</i></p> <p><i>¡Solamente Dios lo ve!</i></p>

Repaso - ¿Cuáles son los cuatro “cuadrantes de luz” en el ser humano? (arriba)

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____

Llena el blanco de cada frase con el cuadrante apropiado.

1. Si yo sé que soy una persona impaciente y también todos los demás lo saben, la impaciencia cae en cuadrante # _____.
2. Si tengo un problema con fumar, pero nadie lo sabe, este vicio cae en el cuadrante # _____.
3. Todos tenemos un nuevo nombre que Dios nos ha dado, escrito sobre una piedrecita blanca. Nadie, ni nosotros, ni los demás, sabemos cual es ese nombre hasta que lleguemos a los cielos. Este nombre secreto pertenece al cuadrante # _____.
4. Si yo tengo muy mal aliento, y todo el mundo lo sabe, pero no me doy cuenta, ese problema corresponde al cuadrante # _____.

¹ También conocido como “Jihairi’s Window.”

Cuatro Variedades de Pecado e Iluminación

Cuadrante #1: Pecado Obvio a Todos

Se requiere acción para cambiar

Hay algunos pecados y debilidades *obvios* que nosotros reconocemos y que también son visibles para todo el mundo. Todo ya está en la luz. Lo que falta es **acción** para hacer cambios.

Cuadrante #2: Pecado Desconocido a Nosotros

Se requiera la corrección para sacarlo a la luz.

Hay otros pecados y debilidades que todo el mundo ve, ¡menos nosotros! Estamos *ciegos* a nuestras propias debilidades. En este caso, se necesita **la corrección** - que otra persona nos llame la atención y nos señale los problemas que tenemos que cambiar. A nadie le gusta este proceso de corrección, pero sin ella, nos estancamos.

Cuadrante #3: Pecado Escondido

Se requiere la confesión para sacarlas a la luz

Hay otros pecados y debilidades que escondemos de los demás por vergüenza y temor. En este caso, **la confesión** nos ayuda a sacarlos de las tinieblas y meterlos en la luz donde se pueden sanar.

Cuadrante #4: Pecado Inconsciente

Se requiere la revelación del Espíritu para sacarlo a la luz.

Hay otros pecados y debilidades que nadie ve – ni nosotros ni los demás. En el lugar santísimo dentro de nuestro ser, solamente hay una Persona que nos conoce totalmente. A través **de revelación**, el Espíritu nos enseña lo que está escondido, para poder sanarlo.

Repaso - ¿Cuáles son las cuatro clases de pecado que corresponden a cada cuadrante?
¿Y que se requiere para sacarlo a la luz, en cada categoría?

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____

Las Cuatro Maneras de Entrar en la Luz

La Acción

¿Qué nos impide a tomar acción cuando hay un defecto obvio en nuestro carácter?

Hay impedimentos a la acción

- *La pereza* – Todo cambio requiere mucho esfuerzo
- *Temor a cambiar* – Estamos acostumbrados a nuestros defectos
- *Rebelión* – ¡Así soy y no cambiare nunca!
- *Excusas* – Soy viejo y ya no puedo cambiar.

¿Cuál es tu razón preferida por no cambiar los defectos obvios en tu vida? _____

La Corrección

¡A nadie le gusta la corrección! Pero la corrección es muy muy importante para nuestro crecimiento espiritual.

El que ama la instrucción ama la sabiduría; mas él que aborrece la reprensión es ignorante. Proverbios 12:1

Fieles son las heridas del que ama; pero importunos los besos del que aborrece. Wounds from a friend can be trusted, but an enemy multiplies kisses. Prov 27:6

¿Quiénes son las personas que nos corrigen?

- La Esposa o el Esposo
- Hijos y Padres
- El Jefe
- Compañeros de Trabajo
- Empleados
- Lideres Espirituales
- Nuestros Enemigos
- La Policía

En tu vida, ¿Quiénes son los que mas te corrigen?

1. _____

2. _____

Excusas por no Escuchar

Hay muchas excusas por no aceptar la corrección. Casi toda excusa es una forma de “contra-atacar” para no tener que recibir la crítica.

- “Ellos me odian e inventan críticas”
- “Son enemigos y me quieren rebajar”
- “No me conocen de verdad”
- “Son locos o tontos y no saben de lo que están hablando”
- “Son maleducados y no se expresan con amor”



¿Cuál es tu excusa preferida por no recibir la crítica que te dan?

Piensa en un caso de cuando alguien te corrigió en algo. Describe la situación.

¿Cómo respondiste?

La Confesión - Transparencia con Dios y los demás

Dios usa todas estas maneras de sacar lo escondido a la luz de Cristo – pero nos enfocamos en esta lección en lo que está mas bajo nuestro control – *La Confesión*.

La Confesión nos Trae Bendición

“Confesaos vuestras ofensas unos a otros, y orad unos por otros, para que seáis sanados. La oración eficaz del justo puede mucho.” (Santiago 5:16)

Según este versículo, ¿Cuál es el beneficio de confesar con los demás?

Cualidades para una Persona Apropriadada para Recibir una Confesión

¿Cuáles podrían ser algunos peligros de confesar luchas y pecados personales a otra persona?

Por esto, debemos confesarnos solamente a una persona que es...

- *Discreta* – ¡Que sepa guardar un secreto!
- *Madura espiritualmente* – Para poder ayudarnos a cambiar
- *Del mismo genero* – porque es algo muy personal e íntimo

Repaso - Copia estas tres cualidades debajo de una persona confiable para recibir una confesión de ti.

1. _____
2. _____
3. _____

Anote los nombres de dos o tres personas que tu crees que serían personas apropiadas para escuchar una confesión nuestra.

1. _____
2. _____
3. _____



La Revelación – Dios mismo te Revela lo que está por dentro

Nuestra Parte – La Oración

“Examíname, oh Dios, y conoce mi corazón; Pruébame y conoce mis pensamientos; Y ve si hay en mi camino de perversidad, y guíame en el camino eterno.” (Salmo 139:23-24)

¿Por qué, usted cree, que es tan importante orar antes de entrar en la auto-examinación?
¿Cómo puede ser peligroso hacer introspección sin oración?

Como identificar una meta para crecimiento - *Auto-examinación*

- ¿Hay un problema obvio en mi vida que no he querido cambiar?
- ¿Hay un defecto en mi carácter del cual otros me han señalado en el pasado?
- ¿Hay algo privado que yo estoy escondiendo de los demás?
- ¿Hay alguna práctica, actitud, o habito que causa conflictos con los demás?

Uno puede dividir la auto-examinación en tres áreas:

- ***El Yo***
 - Asuntos Emocionales (Ira, Depresión, Ansiedad, Rechazo)
 - Asuntos de Carácter (Patrones de Mentira, Adicciones, Inmoralidad)
 - Asuntos Espirituales (Actividades de Espiritismo, etc.)
 - Auto-Concepto (exageradamente alto o bajo)
 - Salud.... Etc.
- ***Relaciones Interpersonales***
 - Conflictos Familiares o con otros (amigos, trabajo)
 - Uso de Palabras
 - Necesidad de Perdonar
 - Inmoralidad
 - Descuido de Relaciones Importantes
 - Sobre-dependencia de los Demás
 - Deseo de Controlar a los Demás.... Etc.
- ***Estilo de Vida en el Mundo***
 - Efectividad en el Trabajo
 - Manejo de Tiempo
 - Manejo de Finanzas
 - Hábitos Destructivos.... Etc.

Escoge un área para Cambiar

Ejemplo - La Depresión

Mi Area de Crecimiento - _____

_____.

Hacer una Meta Positiva

Ejemplo - Tener gozo y esperanza a pesar de las circunstancias malas

Mi Meta para Crecimiento - _____

_____.

Llena una “Hoja de Planificación Personal”

- ***Sé súper-específico***
 - No decir, “*Quisiera ser mejor cristiano*”
 - Diga, “*Quisiera ser mas paciente con mi esposo.*”
- ***Haz metas que son medibles***
 - No decir, “*Voy a orar siempre por esto*”
 - Diga, “*Voy a orar cada mañana por esto, a las 7:00 a.m. durante mi tiempo de oración personal.*”
- ***Usa fechas*** – “*Voy a leer el libro de Juan para el fin de Mayo.*”
- ***Se realista***
 - No proponer, “*Voy a orar por cinco horas cada día.*”
 - Proponga, “*Para comenzar, voy a orar 15 minutos cada día, sin falla.*”
- ***Habla con un Mentor***
 - Pide oración
 - Busca sugerencias para definir metas
 - Evalúa tu progreso con el o ella

¡Que no se desanime!

Todos tenemos muchas áreas que queremos mejorar. Gracias a Dios, no tenemos que cambiar todo de una sola vez.

“... ninguna condenación hay para los que están en Cristo Jesús...”

Romanos 8:1

