

Disciplinas espirituales

 www.buscadedios.org/disciplinas-espirituales/

Vida y Relaciones

Las disciplinas espirituales realmente sólo son hábitos espirituales. Son cosas que podemos hacer para promover nuestra relación con Dios.

¿Cómo crecemos en nuestro deseo e intimidad con Dios?

Durante siglos, los cristianos han utilizado las disciplinas espirituales para ayudarles a crecer en la fe, la obediencia y devoción a Dios. Las disciplinas espirituales realmente sólo son hábitos espirituales. Son cosas que podemos hacer para promover nuestra relación con Dios.

Los cristianos le llaman disciplinas porque toman esfuerzo desarrollarlas. Pero una vez que las desarrollamos, se vuelven como hábitos que podemos utilizar en nuestra devoción cotidiana a Dios.

A continuación te presentamos algunas de las disciplinas espirituales:

La oración: Hablar con Dios es vital para todos los cristianos. Pero hablar con Dios es trabajo duro. Centrarte en la oración como una disciplina te ayudará a desarrollar este hábito en su vida.

La lectura de la Biblia: Como parte de nuestra búsqueda de Dios, deberíamos incluir la lectura regular y sistemática de la Palabra de Dios.

Ayuno: El ayuno incluye no comer alimentos durante un período de tiempo, o abstenerse de ciertos alimentos o bebidas con el fin de centrarse en Dios.

Adoración: Somos llamados a adorar a Dios, pero esto no es algo natural. Se debe desarrollar.

Hablar de Dios con otros: el evangelismo y discipulado son parte importante de la vida de cada cristiano. Al igual que las otras disciplinas, el evangelismo y el discipulado deben ser desarrollados conscientemente por el cristiano.

Devocional familiar: los padres tienen la responsabilidad de introducir la adoración, lectura de la Biblia y la oración en la vida de su familia. El objetivo es que esto se convierta en un hábito para toda la familia.

VER Y COMENTAR:

1. **Preparación:** Ver el video juntos o invita a alguien para [resumir el tema](#).
2. ¿Has hecho un hábito de todas las disciplinas espirituales en tu vida, o solo de algunas? Explica.
3. ¿Cuál de estas disciplinas crees que es más esencial en la vida del cristiano? ¿Por qué crees eso?
4. ¿Crees que es necesario ayunar todavía hoy en día? ¿Por qué o por qué no?
5. Explica cómo pones por obra estas disciplinas espirituales. Si todavía no las practicas, ¿cómo puedes empezar a desarrollarlas en tu vida?
6. **Llévatelo:** Escribe una [medida de acción personal](#) basada en esta conversación.