

Hacia la Autenticidad

Trata de apartar unas 2 o 3 horas para este tiempo. O tal vez quieres hacer una parte un día y otra el siguiente día. La idea es tener la oportunidad de ir más profundo dentro de tu vida y con el Señor.

Podrías ir a un lugar en donde te sientas inspirada para meditar y estar a solas. Necesitarás tu Biblia, un diario y si puedes llevar unos bolígrafos de diferentes colores sería ideal.

Consagra tu tiempo y pide al Espíritu que te revele lo que Él quiere que veas en tu vida y sobre Él. Pídele que este no sea una ejercicio intelectual solamente sino pon atención a las emociones presentes y reconoce que tu espíritu estará siendo ministrado por el Espíritu de Dios.

1. Toma un tiempo para leer lentamente la historia de la mujer en el pozo. Tal vez lo quieres leer dos veces. **Juan 4:6-26**. Marca o anota palabras que te llamaron la atención al leerlo la primera vez.

Aquí te ofrezco una versión que puedes leer:

Juan 4:6-26 (NVI)

Allí estaba el pozo de Jacob. Jesús, fatigado del camino, se sentó junto al pozo. Era cerca del mediodía. Sus discípulos habían ido al pueblo a comprar comida. En eso llegó a sacar agua una mujer de Samaria, y Jesús le dijo:

—Dame un poco de agua.

Pero como los judíos no usan nada en común con los samaritanos, la mujer le respondió:

—¿Cómo se te ocurre pedirme agua, si tú eres judío y yo soy samaritana?

—Si supieras lo que Dios puede dar, y conocieras al que te está pidiendo agua —contestó Jesús—, tú le habrías pedido a él, y él te habría dado agua que da vida.

—Señor, ni siquiera tienes con qué sacar agua, y el pozo es muy hondo; ¿de dónde, pues, vas a sacar esa agua que da vida? ¿Acaso eres tú superior a nuestro padre Jacob, que nos dejó este pozo, del cual bebieron él, sus hijos y su ganado?

—Todo el que beba de esta agua volverá a tener sed —respondió Jesús—, pero el que beba del agua que yo le daré, no volverá a tener sed jamás, sino que dentro de él esa agua se convertirá en un manantial del que brotará vida eterna.

—Señor, dame de esa agua para que no vuelva a tener sed ni siga viniendo aquí a sacarla.

—Ve a llamar a tu esposo, y vuelve acá —le dijo Jesús.

—No tengo esposo —respondió la mujer.

—Bien has dicho que no tienes esposo. Es cierto que has tenido cinco, y el que ahora tienes no es tu esposo. En esto has dicho la verdad.

—Señor, me doy cuenta de que tú eres profeta. Nuestros antepasados adoraron en este monte, pero ustedes los judíos dicen que el lugar donde debemos adorar está en Jerusalén.

—Créeme, mujer, que se acerca la hora en que ni en este monte ni en Jerusalén adorarán ustedes al Padre. Ahora ustedes adoran lo que no conocen; nosotros adoramos lo que conocemos, porque la salvación proviene de los judíos. Pero se acerca la hora, y ha llegado ya, en que los verdaderos adoradores rendirán culto al Padre en espíritu y en verdad, porque así quiere el Padre que sean los que le adoren. Dios es espíritu, y quienes lo adoran deben hacerlo en espíritu y en verdad.

—Sé que viene el Mesías, al que llaman el Cristo —respondió la mujer—. Cuando él venga nos explicará todas las cosas.

—Ése soy yo, el que habla contigo —le dijo Jesús.

2. Reflexión: Esta historia se parece mucho a la nuestra, no hemos tenido 4 o 5 esposos pero si hemos tratado de cambiarle el tema a Dios y a otros para no ser "descubiertas" Algo que quiero que notes es como Jesús quiere llegar al corazón de la mujer. Y ella está tratando de cambiar el tema y hacerlo acerca de religión o acerca de rituales. Porqué crees que la mujer está tratando de cambiar el tema? Piensa no sólo en los motivos sino también en cómo se sentía ella. Pídele al Espíritu compasión por esa mujer y ora que el Señor te enseñe si tenía temores u otros sentimientos. Usa tu imaginación. Escribe las ideas o sentimientos que vienen a tu mente y corazón.
3. Sé que puedes notar como esta mujer se sentía avergonzada. No sólo tenía un poco de temor por el encuentro con Jesús sino también iba a recoger el agua a horas donde no se encontraría con mucha gente en el pozo, pues normalmente se iba al pozo en horas más tempranas cuando no hacía tanto calor.

Toma un tiempo ahora para pensar en cómo tú misma te "escondes" y usa estas preguntas para meditar. No tienes que contestarlas todas sólo úsalas para escuchar al Espíritu Santo: Señor enséname

- Qué temas trato de evadir?
- Qué emociones me hacen sentir insegura o incómoda?
- Qué pienso realmente de la vulnerabilidad?
- Qué pienso o siento cuando me veo a mí misma débil?

4. Si es de ayuda podrías hacer una lista de emociones que tú puedes reconocer en ti en diferentes situaciones. Piensa en momentos buenos y momentos difíciles o donde te sientes vulnerable. Te invito a hacer una lista de emociones y poner colores. Usa colores que te gusten para las emociones con las que te sientes más cómoda y usa colores que te gusten menos para las emociones que te ponen incómoda o que te hacen “cambiar de tema”
5. Presenta todo lo anotado al Señor, léeselo a Él y pídele que Él te hable. Padre qué quieres enseñarme y decirme? Si te sirve podrías imaginarte que eres la mujer en el pozo y que Jesús está listo para hablar de lo que hay que tu corazón, sanarte y darte libertad. Tal vez Él va a poner una verdad en tu corazón y mente, tal vez va a revelarte algunas mentiras que has creído. Usa tu imaginación y escucha.
6. Para terminar te invito a leer nuevamente el pasaje ahora poniendo atención al agua que Jesús le pide a la mujer y el agua que Jesús le ofrece a la mujer. Presenta lo que percibes que has escuchado durante este tiempo y pide a Jesús agua para esos lugares que necesitan ser refrescados.

6.1 Podrías orar algo así: Jesús es sencillo para mi hablar contigo o con otros cuando me siento y me percibo:

_____.

Pero también reconozco que cuando me siento y me veo a mí misma:

_____.

Mis tendencias son de esconderme, usar temas espirituales, pretender que todo está bien y _____.

Hoy te pido que me ayudes a caminar hacia la autenticidad. Necesito tu ayuda para ser más auténtica conmigo misma, con otros a mi alrededor y contigo. Recuérdame que soy amada y aceptada en todos los momentos de mi vida y que mi vulnerabilidad y mis debilidades son bienvenidas porque cuento con tu gracia y tu gracia me basta. Amén!