

## **Sana mis fuerzas para continuar**

Saludos y bendiciones para ti...

### **Texto bíblico del día**

"Pero los que esperan a Jehová tendrán nuevas fuerzas; levantarán alas como las águilas."

— Isaías 40:31

La espera prolongada roba fuerzas. No solo físicas... sino fuerzas del alma:

- fuerzas para creer,
- fuerzas para seguir orando,
- fuerzas para mantener esperanza,
- fuerzas para no rendirse,
- fuerzas para levantarse cada mañana,
- fuerzas para volver a comenzar después de cada caída.

La espera desgasta, pero también transforma. Y si estás aquí, es porque no te rendiste. Eso ya habla del poder de Dios en ti. A veces creemos que perder fuerzas es un fracaso... pero en realidad, es un indicio de que el alma está pidiendo renovación. La buena noticia es esta:

- Dios no quiere que termines la carrera con tus fuerzas.
- Dios quiere que continúes con las suyas.

Hoy vamos a pedirle a Dios fuerzas nuevas. No fuerzas humanas, no fuerzas temporales, no motivación pasajera... sino fuerzas espirituales que permanecen.

### **Preguntas de reflexión**

1. ¿Qué área de tu vida sientes más débil ahora mismo: tu ánimo, tu fe, tu paz o tu esperanza?
2. ¿En qué parte del proceso has sentido que ya no puedes continuar?

### **Oración guiada**

Padre amado, hoy llego al final de esta semana con honestidad. Mis fuerzas no son las mismas que cuando comencé esta lucha. Hay cansancio, hay desgaste, hay días donde me siento débil y vulnerable. Pero también sé que no estoy aquí por mis fuerzas, sino por Tu gracia que me sostiene. Señor, sana mis fuerzas para continuar. Toca mi interior donde más lo necesito.

Restaura las fuerzas que se gastaron en la espera. Restaura la fe que se debilitó. Restaura la esperanza que se apagó. Restaura el ánimo que se quebró. Restaura la paz que se perdió entre lágrimas.

Señor, dame fuerzas nuevas. Fuerzas que no nacen de mi ánimo, sino de Tu Espíritu. Fuerzas que me permitan seguir creyendo aun cuando no veo nada. Fuerzas que me permitan seguir orando aun cuando el cansancio pesa. Fuerzas que me permitan seguir esperando sin desesperación. Fuerzas que me permitan seguir confiando sin temor. Hoy te entrego mi debilidad. Te entrego mi cansancio. Te entrego mis temores. Te entrego mis dudas. Te entrego mis momentos de agotamiento interno. Te entrego los días donde pensé en renunciar.

Espíritu Santo, sopla sobre mí. Levanta lo que cayó. Endereza lo que se inclinó. Fortalece lo que se debilitó. Renueva lo que se desgastó con el tiempo.

Y ahora, Señor, también te pido fuerzas nuevas para mi cónyuge. Fuerzas para enfrentar sus propios procesos. Fuerzas para romper sus cadenas internas. Fuerzas para volver a Ti. Fuerzas para sanar heridas antiguas. Fuerzas para volver a abrir su corazón. Fuerzas para tomar decisiones alineadas a Tu voluntad.

Declaro que no camino sola. Declaro que no dependo de mis fuerzas. Declaro que el poder de Dios se perfecciona en mi debilidad. Declaro que recibo fuerzas nuevas como el águila. Declaro que me levanto otra vez, sostenida por el amor de Dios.

En el nombre poderoso de Jesús. Amén.

**Tarea espiritual (cuaderno):**

"Señor, renueva mis fuerzas para continuar."

Deabajo, escribe:

"No sigo por mis fuerzas; sigo por las tuyas."

**Declaración diaria**

Hoy declaro que Dios renueva mis fuerzas y me capacita para seguir adelante con esperanza.

A veces llegar cansada al final...

es señal de que estás por entrar a una nueva etapa.

Dios no te va a dejar aquí. Dios no te va a soltar ahora. Dios mismo será tu fuerza para caminar lo que viene.

**Cree, confía, espera.**

Dios te bendiga.

PALABRAS DE SABIDURIA

Paula Pires

CREE  
Confía  
ESPERA...