

6 Maneras de Comenzar “Journaling”

El journaling es una forma práctica de involucrar tu mente física y tu corazón espiritual. Cuando escribes, te posicionas para una mayor comprensión e intimidad con Dios. También te ayuda a aplicar lo que Dios te revela.

No hay formas correctas o incorrectas de llevar un diario, pero si necesitas un lugar para comenzar, aquí hay algunas sugerencias:

Escribe los versículos y pasajes que te llamen la atención.

Pregúntate: “¿Por qué me gusta esto?” e intenta responder a tu propia pregunta, incluso si la respuesta es: “Aún no lo sé.” También puedes anotar citas de libros o ideas de sermones, podcasts, etc. para ayudarte a reflexionar sobre las cosas que has leído o escuchado.

Escribe algunas de tus oraciones.

Hay muchas oraciones registradas en la Biblia, así que puedes unirte a esa tradición escribiendo tus propias oraciones de adoración, confesión, acción de gracias y súplica.

No asumas que conoces los significados de las palabras que lees, incluso si son palabras familiares.

Usa una Concordancia de Strong, biblegateway.com, blueletterbible.com, etc. para buscar palabras y conceptos bíblicos específicos (por ejemplo, santificación, teofanía, cristología, expiación, etc.). Escribe las definiciones o interpretaciones, y luego piensa en el versículo o pasaje a la luz de lo que aprendiste.

Haz preguntas sobre el texto y luego busca responderlas.

Explora el quién, qué, cuándo, dónde, por qué y cómo del texto. Pregúntate: ¿Hay un mandato que obedecer o una promesa que reclamar? ¿Es la promesa condicional o incondicional? Si es condicional, ¿cuál es la condición? ¿Hay un ejemplo a seguir, un pecado que evitar o algo que necesitas confesar? ¿Qué aprendiste sobre Dios Padre, Jesús, el Espíritu Santo o sobre ti mismo? ¿Qué aprendiste sobre el Reino, el Evangelio, el discipulado, la comunidad cristiana, la misión, etc.?

Anota lo que no entiendes.

No vas a entender todo lo que lees. Escribe lo que te resulta confuso o problemático mientras lees la Biblia y pide a Dios que revele Su verdad.

Comparte tus “pensamientos sobre Dios.”

Haz un esfuerzo por compartir con otros lo que estás aprendiendo de la Palabra de Dios. Enfatiza cómo está cambiando tu actitud y perspectiva, y afectando tu obediencia a Cristo. ¡Dios puede abrir una puerta de evangelismo o discipulado mientras compartes tus aprendizajes con otros!