

PASAR LA PAZ A OTROS EN MEDIO DE UNA CRISIS



Life Model
Works™

EL MUNDO ESTÁ LLENO DE CIRCUNSTANCIAS INTENSAS PARA EXPERIMENTAR PAZ



Conflictos y catástrofes globales,
inestabilidad, discriminación, desplazamiento,
problemas familiares y problemas dentro de
la iglesia. El peso que sentimos muchas veces
rebasa nuestra capacidad.

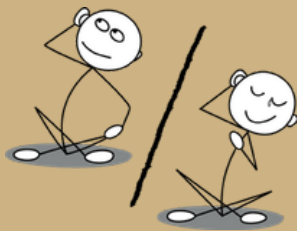
Para enfrentar la realidad necesitamos
cultivar capacidad. Pasar la paz es una
práctica con bases en la neurociencia y la
Biblia, centrada en la paz que Jesús nos ha
prometido y que nos provee capacidad para
navegar circunstancias difíciles.



1

Expresa Apreciación

Piensa en algo o alguien que te produce gozo o una sonrisa al recordarlo. Pausa por 90 segundos y medita en esta experiencia con gratitud.



2

Pide a Dios que Traiga a tu Mente una Memoria que te de Paz

Siéntate y refleja en esa memoria por un momento hasta que sientas una sensación de calma en el cuerpo y la mente.

3

Prueba la Experiencia de Paz

Sabremos que hemos accedido a un estado de paz cuando experimentamos un cambio de perspectiva, nos sentimos más cerca de Dios y de sus pensamientos. Repite los pasos 1 y 2 hasta que experimente Su paz.



4

Comparte Tu Historia

Cuenta a dos o tres personas lo que ha cambiado en tí al experimentar la paz de Dios. Nota como la paz de Dios se extiende a lo que te escuchan.

**VER LA REALIDAD DESDE LA PERSPECTIVA
DE DIOS SIEMPRE PRODUCE PAZ.**

"Que gobierne en sus corazones la paz de Cristo, a la cual fueron llamados en un solo cuerpo. Y sean agradecidos."

Colossians 3:15

PASAR LA PAZ ES UN PROCESO QUE COMIENZA EN NUESTRO INTERIOR

Para ayudar a otros a experimentar paz, comenzamos con nosotros mismos. Cuando experimentamos la paz de Dios en nuestro corazón podemos ayudar a otros, ya sea que estén conscientes de la presencia de Dios o no, que crean o no crean en Él.

Aún si la persona no comparte nuestra fe, van a sentir una presencia de paz con ellos. La paz no puede ser fingida. Nuestra presencia de paz es un regalo que ofrecemos cuando estamos emocionalmente presentes con otros.

Necesitamos entrenar nuestro corazón para vivir en paz y en gratitud como un estado natural antes de enfrentar los momentos de crisis. Un corazón no entrenado va a perder la paz ante circunstancias comunes que nos pasan a diario.

Una manera sencilla de cultivar la paz de Dios en nosotros es acceder a los pensamientos que provienen de Dios. Esta práctica es conocida como Diario Emanuel*, comienza con agradecimiento y nos ayuda a percibir lo que Dios quiere que sepamos en cuanto a nuestras circunstancias.



**Life Model
Works™**



*Adquiera el folleto completo Pasando la Paz para aprender más formas de acceder y compartir paz con personas en crisis.

Visite shop.lifemodelworks.org o escanee el código QR de arriba.

📷 [modelodevidainternacional](#)

💻 modelodevida.org

✉ claudia@lifemodelworks.org