

Cómo manejar la tentación

Elyse Fitzpatrick

Tómate un tiempo para pensar cómo manejarás las tentaciones cuando se presenten. Indudablemente que serás tentada a caer en tus viejos hábitos y en las formas que tenías de manejar las dificultades en la vida—¿cómo responderás? Te recomendamos que hagas una lista de los pasos que darás cuando seas tentada. Puedes incluir en esa lista alguno de estos:

- Imploraré a Dios y le pediré que me ayude, recordando que Él ha prometido que nunca me dejará o me abandonará.
- Enfocaré mis pensamientos en Sus bondades y bendiciones en mi vida.
- Recordaré que mis viejos deseos o ídolos nunca me han ayudado a encontrar la paz y el gozo.
- Llamaré a mi compañera de oración y a quien le rindo cuentas y le pediré que ore por mi.
- De ser posible, me alejaré o me moveré lejos de la cocina hacia otro lugar de la casa (si la tentación está allí).
- Recordaré que Dios siempre me está mirando y que Él me ama tanto que envió a Su Hijo a morir por mis pecados.
- Escucharé alguna alabanza o algún corito de las Escrituras y comenzaré a cantar y a dar gracias a Dios por su bondad.
- Revisaré mis versículos sobre la disciplina al comer y los repasaré.
- Si ya he comenzado a pecar, me detendré y me arrepentiré. Recordaré que no tengo que seguir por el hecho de haber comenzado. No estoy buscando la perfección, y si me detengo ahora, sé que Dios se complacerá.

¿Te has detenido a pensar en los pasos que puedes incluir en tu plan de contingencia? Si oras al Señor por sabiduría, Él te la dará.