

# 100X en español

Plan de Lectura  
Semana 1

ESTACA 1:  
CORAZON SANO

## Día 1: Identidad

- Gálatas 4:5-7
- Romanos 8:15-17

**Recordemos:** ¿Cómo fue tu niñez? ¿De que manera tu niñez ha marcado tu vida hasta este momento?

---

---

---

---

**Ora al Espíritu Santo:** Revélame ¿en qué áreas tengo un espíritu de huérfano? ¿En qué áreas necesito recordar mi identidad en Cristo?

---

---

---

---

---

## Día 2: Perdón

- Mateo 18:23-35
- Génesis 50:20-22

**Recordemos:** ¿Puedes identificar una herida del pasado que fue dolorosa para ti? ¿Cómo te sientes cuando piensas en esa herida?

---

---

---

---

---

**Ora al Espíritu Santo:** Recuérdame eventos que pueden estar afectando mi corazón. ¿He perdonado a las personas que me hirieron? ¿En qué áreas caigo en victimización? Ayúdame a ver el bien que ha salido de estos eventos dolorosos y a perdonar.

---

---

---

---

---

---

## Día 3: Arrepentimiento

- 2 Samuel 21
- Mateo 5:23-24

**Recordemos:** En esta historia, David recuerda los huesos de Jonatan y Saúl y los entierra como debía. ¿Puedes recordar si hay algo que has prometido y aún no has cumplido?

---

---

---

---

---

---

**Ora al Espíritu Santo:** Recuérdame si debo arrepentirme o restituir alguna deuda.

---

---

---

---

---

---

## Día 4: Aprobación

- Mateo 17:5
- Mateo 16:13-20

**Recordemos:** ¿Fuiste afirmado en tu niñez? ¿Consideras que te hizo falta recibir afirmación y validación? ¿Cómo puede estar afectándote esto hoy?

---

---

---

---

---

---

**Ora al Espíritu Santo:** Recuérdame en que momento no fui afirmado como lo debí hacer sido. Muéstrame si todavía estoy buscando la aprobación de otros.

---

---

---

---

---

---

## Día 5: Comparación

- Lucas 18:9-14
- 1 Corintios 1:26-31

**Recordemos:** ¿Alguna vez te has comparado con otras personas que tienen más que tú o menos que tú?

---

---

---

---

---

---

**Ora al Espíritu Santo:** Muéstrame en qué áreas me estoy descalificando por compararme con otros. Muéstrame en qué áreas estoy siendo orgulloso al sentirme superior a otros.

---

---

---

---

---