



© 2015 JULIE GOSSACK

EL SISTEMA DE MEDITACIÓN BÍBLICA (SMB) es una herramienta simple y práctica para la meditación bíblica. La meditación bíblica es un pensamiento y una contemplación en propósito sobre la Persona de Dios, la obra de Dios y La Palabra de Dios. El propósito primordial de la meditación sobre Dios es alabarle, adorarlo y glorificarle por quién es Él y por lo que Él hace, porque Él es digno. Cuando meditamos en Dios, nosotros crecemos en confiar en Él, deleitarnos en Él y reflejarnos en Él más y más. La meditación bíblica no nos hace poner en blanco nuestras mentes, buscar mantras o intentar alinear nuestra mente con el cuerpo. La meditación bíblica es simplemente llenar nuestros corazones con pensamientos sobre Dios.

La intención de SMB es ser usado con KARDIOLOGÍA 101: CÓMO CUIDAR TU CORAZÓN. Sigue las instrucciones de esta GUÍA RÁPIDA DE INICIO para practicar y usar este sistema.

Materiales Necesarios:

- Una caja de tarjetas 3 x 5
 - 41 pestañas divisoras índices (3x5)
 - Una copia en cartulina de cada conjunto de fichas: (1)
 - EL CARÁCTER Y LOS ATRIBUTOS DE DIOS
 - LA PERSONA Y TRABAJO DE JESUCRISTO
 - EL MINISTERIO DEL ESPÍRITU SANTO
 - FICHAS DE LAS RAÍCES DE PECADOS
 - FICHAS DE REFERENCIA DE LOS ATRIBUTOS
 - 1 paquete de tarjetas índice rotuladas 3 x 5 (para versos adicionales)
- (1) Disponible en este link directo (no buscable)
<http://gbcmt.org/kardiology101>

LA GUÍA SMB
DE INICIO
RÁPIDO

Saque copia a esta hoja y a la siguiente, adelante y atrás. Corte las tres tarjetas de guía solo de las líneas de afuera (las líneas de adelante y atrás puede que no calcen perfectamente cuando las copie). Luego, haga un acordeón con las tres tarjetas en bloques de 3x5 con el título de la tarjeta en frente, a como la imagen.

Para ordenar el SMB rotule las pestañas índice divisoras como se indica. Luego colóquelas en la caja en el orden que usted las rotuló, de adelante para atrás.

1. Rotule una pestaña divisora índice al *Día*. Usted meditará diariamente en las fichas índice detrás de esta pestaña.
2. Rotule una pestaña índice divisora de *Raíces Pecaminosas*. Coloque el conjunto de fichas de raíces pecaminosas detrás de esta pestaña. Usted usará estas fichas regularmente para diagnosticar raíces pecaminosas en su corazón.
3. Rotule una pestaña índice divisora de *Raíces de Justicia*. Coloque el conjunto de fichas de Raíces de Justicia detrás de esta pestaña. Usted usará estas fichas regularmente para determinar las raíces de justicia que necesitan ser cultivadas en su corazón.

4. Rotule 7 pestañas divisoras índice para cada día de la semana, de *Domingo a Sábado*. Usted meditará en las fichas índices detrás de estas pestañas de acuerdo al día de la semana.
5. Rotule las restantes treinta y un fichas índice divisoras con los números del 1 al 31. Usted meditará en las fichas índice detrás de estas pestañas de acuerdo al día del mes.
6. Coloque los 3 conjuntos de fichas de atributos detrás de los divisores 1 al 31. La ficha con el número 1 será colocada detrás de la pestaña 1. Fichas con el número 2 serán colocados detrás de la pestaña 2, y así consecuentemente.
7. Coloque las fichas índice rotuladas en la parte de atrás de la caja fichero de tal manera que usted pueda escribir versos bíblicos adicionales para incluirlos en su SMB.

8. Doble las FICHAS REFERENCIA DE ATRIBUTOS de tal manera que quepan en la caja. Luego reúna esas tres fichas en el fondo de la caja para una referencia rápida para todos los atributos.

Para usar el SMB simplemente lea y medite en oración en las tarjetas de cada pestaña de acuerdo al día de la semana y la fecha del mes. Por ejemplo, si hoy es jueves 5, usted meditará en las tarjetas índice detrás de las pestañas rotuladas: *Diario, Jueves y 5*.

Usted probablemente encontrará de mucha ayuda localizar las tarjetas del día y luego inclinarlas todas verticalmente al lado de la caja. Cuando usted haya terminado de meditar en la tarjeta, simplemente colóquela de regreso en su posición horizontal. Usted encontrará instrucciones adicionales sobre meditación bíblica y sugerencias para usar el SMB en KARDILOGÍA 10: CÓMO CUIDAR TU CORAZÓN.