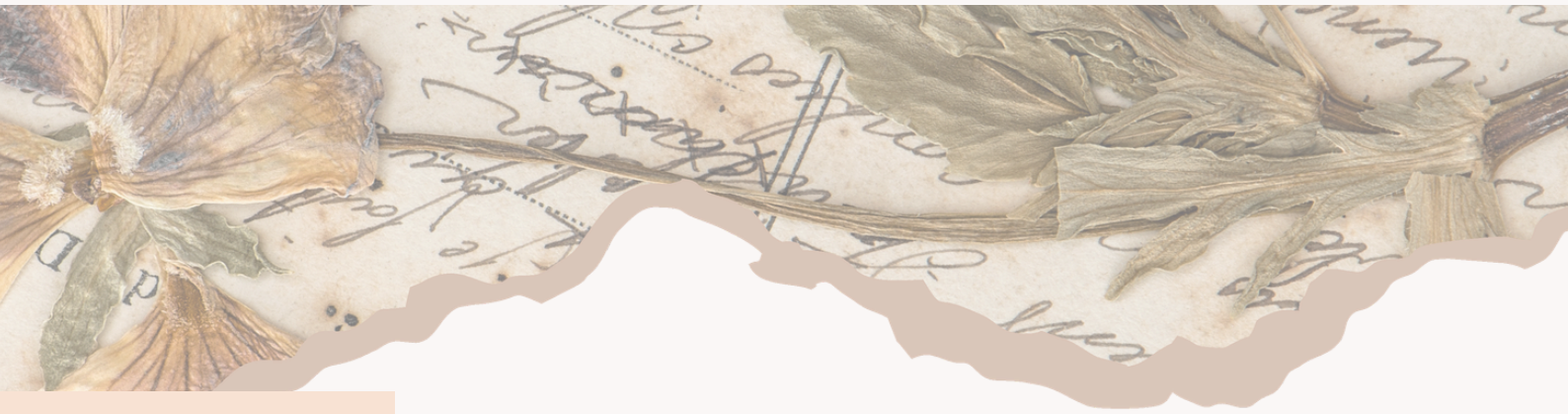




CRECIENDO EN FE Y CONFIANZA

GROWING IN FAITH

AND CONFIDENCE



A 5-Day Bilingual Reflection Workbook

Un cuaderno bilingüe de reflexión de 5 días

CELESTE ALDABA
Christian Leader & Mentor



Welcome to Your Next Step

Bienvenida a tu próximo paso

How to Use This Workbook / Cómo usar este cuaderno

Set aside 10-15 quiet minutes each day. Read both languages if helpful, answer honestly, and end with prayer. There are no perfect answers – only an invitation to notice what God is building in you.

Aparta de 10 a 15 minutos en silencio cada día. Lee ambos idiomas si te ayuda, responde con honestidad y termina en oración. No hay respuestas perfectas: solo una invitación a reconocer lo que Dios está formando en ti.

PROVERBS 3:5-6

Trust God with all your heart; He will make your path straight.

PROVERBIOS 3:5-6

Confía en Dios con todo tu corazón; Él enderezará tu camino.

Your Starting Point

Tu punto de partida

Rate each statement from 1 (not true today) to 5 (consistently true).

Evalúa cada frase del 1 (no es verdad hoy) al 5 (es verdad constantemente).

1. I trust God even when I do not understand the process.

Confío en Dios aun cuando no entiendo el proceso.

1 2 3 4 5

2. I speak to myself with truth instead of criticism.

Me hablo con verdad en lugar de criticarme.

1 2 3 4 5

3. I can take one brave step without having every answer.

Puedo dar un paso valiente sin tener todas las respuestas.

1 2 3 4 5



4. My identity is not controlled by approval or rejection.

Mi identidad no depende de la aprobación ni del rechazo.

1 2 3 4 5

5. I recognize evidence of God's faithfulness in my life.

Reconozco evidencias de la fidelidad de Dios en mi vida.

1 2 3 4 5

REFLECT / REFLEXIONA

EN: In which area do you most want to grow during these five days?

ES: ¿En cuál área deseas crecer más durante estos cinco días?

1. Faith Can Lead Your Feelings

La fe puede guiar tus emociones

Feelings are real, but they are not always reliable leaders. Fear can announce danger where God is actually inviting growth. Doubt can make a delay feel like denial. Faith creates space between what you feel and what you choose.

Tus emociones son reales, pero no siempre son buenas líderes. El miedo puede anunciar peligro donde Dios está invitándote a crecer. La duda puede hacer que una demora parezca una negación. La fe crea espacio entre lo que sientes y lo que decides.

2 CORINTHIANS 5:7 / 2 CORINTIOS 5:7

We walk by faith, not merely by what we see.

Caminamos por fe, no solamente por lo que vemos.

REFLECT / REFLEXIONA

EN: Which emotion has been making decisions for you? What truth from God needs to lead it?

ES: ¿Qué emoción ha estado tomando decisiones por ti? ¿Qué verdad de Dios necesita dirigirla?

[illegible]

Name the Fear. Choose the Truth.

Nombra el miedo. Elige la verdad.

Fear loses some of its power when it is named. Write the thought exactly as it appears, then answer it with a truth grounded in God's character.

El miedo pierde parte de su poder cuando lo nombras. Escribe el pensamiento exactamente como aparece y respóndele con una verdad basada en el carácter de Dios.

THE FEAR / EL MIEDO

What am I afraid will happen?

¿Qué temo que suceda?

THE TRUTH / LA VERDAD

What do I know about God and myself?

¿Qué sé de Dios y de mí?

THE STEP / EL PASO

What can I do faithfully today?

¿Qué puedo hacer hoy con fe?

2. Confidence Begins with Identity

La confianza comienza con identidad

KEY TRUTH / VERDAD CLAVE

You do not have to earn the identity God has already given you.

No tienes que ganarte la identidad que Dios ya te ha dado.

Confidence becomes healthier when it is no longer built on applause, titles, appearance, productivity, or comparison. Your value is rooted in being known, loved, and called by God.

La confianza se vuelve más saludable cuando deja de construirse sobre aplausos, títulos, apariencia, productividad o comparación. Tu valor está arraigado en ser conocida, amada y llamada por Dios.

REFLECT / REFLEXIONA

EN: When I stop comparing myself, I can recognize that God placed in me...

ES: Cuando dejo de compararme, puedo reconocer que Dios puso en mí...

Collect Evidence of Growth

Reúne evidencia de tu crecimiento

Confidence is not pretending you have never struggled. It is remembering that God has already carried you through hard places. List evidence from your own story.

La confianza no consiste en fingir que nunca has luchado. Consiste en recordar que Dios ya te sostuvo en momentos difíciles. Escribe evidencias de tu propia historia.

A SEASON I SURVIVED / UNA TEMPORADA QUE SUPERÉ

EN: What did it reveal about God's faithfulness?

ES: ¿Qué reveló sobre la fidelidad de Dios?

A STRENGTH I DEVELOPED / UNA FORTALEZA QUE DESARROLLÉ

EN: How can I use it now?

ES: ¿Cómo puedo usarla ahora?

A PRAYER GOD ANSWERED / UNA ORACIÓN QUE DIOS RESPONDIÓ

EN: What does it remind me today?

ES: ¿Qué me recuerda hoy?

3. Confidence Grows Through Action

La confianza crece cuando actúas

Waiting to feel completely ready can keep you standing still. Courage is often quiet: sending the message, applying again, setting a boundary, asking for help, or beginning with what you already have.

Esperar hasta sentirte completamente lista puede dejarte inmóvil. La valentía suele ser silenciosa: enviar el mensaje, intentarlo otra vez, establecer un límite, pedir ayuda o comenzar con lo que ya tienes.

JOSHUA 1:9 / JOSUÉ 1:9

Be strong and courageous; God is with you wherever you go.

Sé fuerte y valiente; Dios está contigo dondequiera que vayas.

REFLECT / REFLEXIONA

EN: Before this week ends, with God's help I will...

ES: Antes de terminar esta semana, con la ayuda de Dios voy a...

[illegible]

Change the Voice You Rehearse

Cambia la voz que repites

Repeated thoughts become familiar, and familiar thoughts can feel true. Test them. Does this thought sound like condemnation, comparison, or fear? Or does it lead toward truth, responsibility, grace, and courage?

Los pensamientos repetidos se vuelven familiares, y lo familiar puede sentirse verdadero. Examínalos. ¿Este pensamiento suena a condenación, comparación o miedo? ¿O te dirige hacia la verdad, la responsabilidad, la gracia y la valentía?

OLD VOICE / VOZ ANTIGUA

I am not capable. / No soy capaz.

TRUTH / VERDAD

I can learn, prepare, and ask God for wisdom. / Puedo aprender, prepararme y pedir sabiduría a Dios.

OLD VOICE / VOZ ANTIGUA

It is too late. / Es demasiado tarde.

TRUTH / VERDAD

God can use this season and the person I am becoming. / Dios puede usar esta temporada y la persona en quien me estoy convirtiendo.

OLD VOICE / VOZ ANTIGUA

I must be perfect. / Tengo que ser perfecta.

TRUTH / VERDAD

I can be faithful, teachable, and willing to grow. / Puedo ser fiel, enseñable y estar dispuesta a crecer.

4. Turn Pressure into Prayer Convierte la presión en oración

Prayer is not avoidance. It is where you bring pressure into God's presence, receive perspective, and decide your next faithful step.

La oración no es evasión. Es el lugar donde llevas la presión a la presencia de Dios, recibes perspectiva y decides tu próximo paso de fe.

PRAYER STARTER / INICIO DE ORACIÓN

God, I admit that I have been carrying _____. Today I give You my fear of _____. Remind me that _____. Give me wisdom to _____ and courage to _____.

Dios, reconozco que he estado cargando _____. Hoy te entrego mi miedo a _____. Recuérdame que _____. Dame sabiduría para _____ y valentía para _____.

MY PRAYER / MI ORACIÓN

5. Build Your Personal Growth Plan

Crea tu plan personal de crecimiento

Choose clarity over intensity. A realistic plan that you can repeat is more powerful than a perfect plan you abandon.

Elige claridad en lugar de intensidad. Un plan realista que puedas repetir es más poderoso que un plan perfecto que abandones.

MY FAITH RHYTHM / MI RITMO DE FE

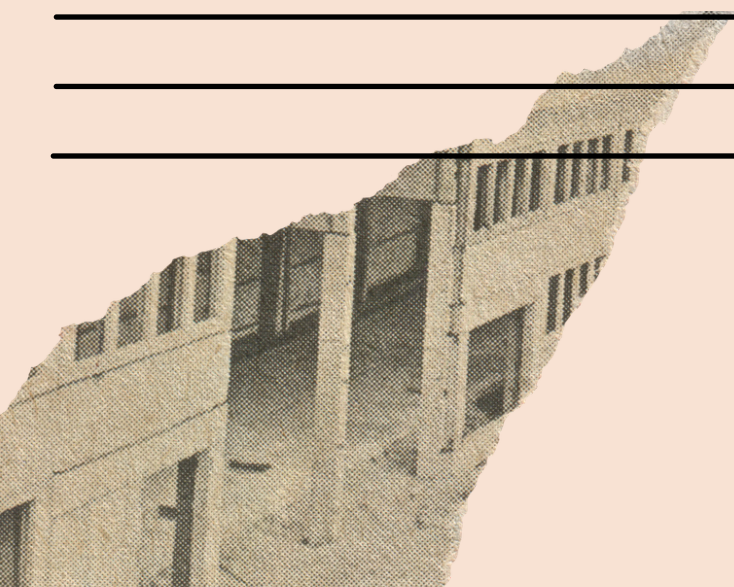
EN: When and how will I create quiet time with God?

ES: ¿Cuándo y cómo crearé tiempo con Dios?

MY CONFIDENCE PRACTICE / MI PRÁCTICA DE CONFIANZA

EN: What truth or skill will I practice weekly?

ES: ¿Qué verdad o habilidad practicaré cada semana?



5. Continue / Continua

MY COURAGE STEP / MI PASO DE VALENTÍA

EN: What action will I complete in the next 7 days?

ES: ¿Qué acción completaré en los próximos 7 días?

MY SUPPORT / MI APOYO

EN: Who can pray, encourage, or hold me accountable?

ES: ¿Quién puede orar, animarme o ayudarme a ser constante?



Your 5-Day Faith + Confidence Challenge

Tu reto de 5 días: fe + confianza

Do one simple action each day. Small faithful choices create momentum.
Haz una acción sencilla cada día. Las pequeñas decisiones de fe generan impulso.

DAY 1 / DÍA 1- REMEMBER / RECUERDA

Write three moments when God sustained you. Thank Him specifically.
Escribe tres momentos en los que Dios te sostuvo. Dale gracias específicamente.

DAY 2 / DÍA 2 - SPEAK / HABLA

Say one truth-filled declaration aloud in the morning and at night.
Declara una verdad en voz alta por la mañana y por la noche.

Continue the Challenge

Continúa el reto

DAY 3 / DÍA 3 - ACT / ACTÚA

Complete one task you have delayed because of fear.

Completa una tarea que has pospuesto por miedo.

DAY 4 / DÍA 4- RELEASE / SUELTA

Name one outcome you cannot control and surrender it in prayer.

Nombra un resultado que no puedes controlar y entrégalo en oración.

DAY 5 / DÍA 5 - CELEBRATE / CELEBRA

Write what changed in your thoughts, posture, or actions this week.

Escribe qué cambió en tus pensamientos, actitud o acciones esta semana.

Declarations for Faith and Confidence

Declaraciones de fe y confianza

Read these slowly. Circle the one you need most.
Léelas despacio. Encierra la que más necesitas.

•God is with me in this new season.

Dios está conmigo en esta nueva temporada.

•I can move forward without knowing every detail.

Puedo avanzar sin conocer cada detalle.

•My value is not determined by comparison.

Mi valor no está determinado por la comparación.

•I am allowed to learn, grow, and begin again.

Tengo permiso para aprender, crecer y comenzar de nuevo.

•Fear may speak, but it will not lead me.

El miedo puede hablar, pero no me dirigirá.

•God will give me wisdom for the next step.

Dios me dará sabiduría para el próximo paso.

REFLECT / REFLEXIONA

EN: Today I choose to believe that...

ES: Hoy elijo creer que...

Keep Walking **Sigue caminando**

You do not need perfect faith to take the next step. Bring God your honest heart, practice the truth, and keep moving. Confidence is not becoming louder than everyone else; it is becoming steadier in who God created you to be.

No necesitas una fe perfecta para dar el próximo paso. Preséntale a Dios un corazón sincero, practica la verdad y sigue avanzando. La confianza no consiste en hablar más fuerte que los demás; consiste en estar más firme en quien Dios te creó para ser.

With faith in your journey,
Con fe en tu camino,