

CUADERNO GRATUITO

CULPA, VERGÜENZA Y GRACIA

Cuando la falta necesita
arrepentimiento, pero el alma
necesita restauración

Ahora, pues, ninguna
condenación hay para los que
están en Cristo Jesús.

Romanos 8:1



Más allá de las máscaras • Libre para vivir • Free Angels

DERECHOS EDITORIALES

Culpa, Vergüenza y Gracia

© 2026 Free Angels International. Todos los derechos reservados.

Este cuaderno fue preparado como recurso gratuito, educativo, devocional y pastoral. Se permite la distribución gratuita del archivo completo, siempre que el contenido permanezca íntegro, sin alteraciones, sin retirar la identificación de Free Angels International y sin comercialización.

Queda prohibida la venta por separado de este material, así como su adaptación, reproducción parcial, incorporación en otras obras o uso comercial sin autorización previa y por escrito de Free Angels International.

Este contenido no sustituye el acompañamiento psicológico, médico, pastoral especializado ni la intervención profesional en situaciones de riesgo. Cuando exista sufrimiento intenso, abuso, violencia, riesgo de autolesión, pensamientos suicidas o pérdida de control, busque ayuda responsable y cualificada.

FREE ANGELS INTERNATIONAL

Sitio web: freeangelsinternational.org

WhatsApp: +44 7731 785774

Correo electrónico: contato@freeangelsinternational.org

Instagram • Facebook • TikTok • YouTube: Free Angels International

En las redes sociales, busque siempre el nombre y el logotipo oficiales de Free Angels International.

Edición gratuita • Julio de 2026



Liberar • Discipular • Educar • Restaurar • Servir

UNA PALABRA PASTORAL ANTES DE COMENZAR

Tal vez haya abierto este cuaderno después de una caída. Tal vez exista algo que ya confesó, pero que sigue volviendo a su memoria como una sentencia. Ama a Dios, desea comenzar de nuevo, pero todavía se pregunta si la gracia también es suficiente para usted.

La Biblia no trata el pecado como algo pequeño. El error requiere verdad, arrepentimiento y, cuando sea posible, reparación. Pero el evangelio tampoco permite que la acusación ocupe el lugar de la cruz. Cristo no vino solamente para mostrarnos que caímos; vino para buscarnos, perdonarnos, restaurarnos y enseñarnos a caminar de una manera nueva.

Pedro conoció el dolor de fallar precisamente donde creía ser fuerte. Negó a Jesús, lloró amargamente y tuvo que enfrentar la verdad sobre sí mismo. Aun así, Jesús fue a su encuentro. La caída no fue ignorada, pero tampoco tuvo la última palabra. Cristo restauró a Pedro y volvió a confiarle una misión.

Si usted se equivocó, hay un camino de arrepentimiento. Si hirió a alguien, hay responsabilidad. Si necesita ayuda, hay valentía en buscarla. Pero ninguno de esos pasos exige que viva como si el sacrificio de Cristo fuera insuficiente. Lea estas páginas despacio, ore con sinceridad y permita que Dios muestre lo que necesita ser confesado, reparado, entregado y sanado.

“Ahora, pues, ninguna condenación hay para los que están en Cristo Jesús.”

Romanos 8:1

Que la verdad produzca arrepentimiento y que la gracia produzca restauración.

◆ Una dedicatoria para quien lleva un peso por dentro

Este cuaderno fue preparado para usted, que quizá sabe lo que significa equivocarse, arrepentirse, prometer cambiar y, aun así, seguir sintiendo un peso difícil de explicar. Tal vez haya confesado algo a Dios muchas veces, pero la culpa sigue regresando. Tal vez diga que cree en el perdón, pero por dentro todavía se trata como alguien imperdonable.

Existe una diferencia profunda entre la culpa que nos conduce al arrepentimiento y la vergüenza que nos encierra en la condenación. La culpa saludable señala lo que necesita ser reconocido, confesado y restaurado. La vergüenza tóxica ataca quiénes somos, distorsiona la imagen de Dios e intenta convertir nuestra caída en identidad.

Este material no fue escrito para disminuir la seriedad del pecado. Tampoco fue escrito para aumentar el peso que usted ya lleva. El objetivo es ayudarlo a caminar delante de Cristo con verdad y esperanza: verdad suficiente para no esconder el error, y esperanza suficiente para no destruirse a causa de él.

La gracia de Dios no es una excusa para permanecer igual. La gracia es el lugar donde el arrepentimiento deja de ser desesperación y se convierte en el camino de regreso a casa.

◆ Verdad para comenzar

La culpa puede decir: "vuelva a Dios". La vergüenza dice: "huya de Dios". Una viene acompañada de luz; la otra intenta encerrarle en la oscuridad.

◆ Antes de comenzar: una orientación importante

Este cuaderno puede ayudarle a comprender la diferencia entre culpa, vergüenza, arrepentimiento, condenación y gracia. Sin embargo, no sustituye la ayuda pastoral, el asesoramiento responsable, el acompañamiento psicológico ni la atención médica cuando existe sufrimiento intenso, riesgo o situaciones complejas.

Si tiene pensamientos de muerte, autolesión, desesperación extrema, abuso, violencia, compulsiones fuera de control o miedo de hacer algo peligroso, no permanezca solo. Busque de inmediato a una persona segura, un adulto responsable, un liderazgo maduro, un servicio de emergencia o atención sanitaria.

Pedir ayuda no disminuye su fe. Muchas veces, pedir ayuda es una forma de salir del escondite y cooperar con aquello que Dios desea restaurar.

◆ Este cuaderno es un primer paso

Lea con calma. Escriba con sinceridad. Ore sin máscaras. Y, si se da cuenta de que necesita apoyo, dé el siguiente paso con valentía.

◆ Mapa del camino

Recorreremos siete movimientos sencillos. No pretenden agotar el tema, sino abrir una puerta para que comprenda mejor su alma delante de Dios.

1. Cuando la culpa pesa demasiado - reconociendo el peso que lleva.
2. La culpa que conduce a la vida - comprendiendo el papel del arrepentimiento.
3. La vergüenza que destruye la identidad - cuando el error se convierte en definición.
4. Pedro y Judas - dos respuestas diferentes ante la caída.
5. La gracia no es permiso para pecar - es poder para volver y ser transformado.
6. Cómo recibir el perdón sin castigarse - saliendo de la autocondenación.
7. Un camino para comenzar de nuevo - confesión, reparación, descanso y continuidad.

◆ Misión general

A lo largo de esta lectura, no pregunte solamente: "¿qué hice?" Pregunte también: "¿hacia dónde me está llevando esto: hacia Cristo o hacia el escondite?"

1. Cuando la culpa pesa demasiado

No todo peso viene de Dios

Hay personas que viven como si Dios las hubiera perdonado solamente a medias. Oran, confiesan, lloran, prometen mejorar e incluso intentan cambiar, pero siguen cargando la sensación de que todavía tienen que pagar algo. El problema no es solamente recordar el error. El problema es convertir el recuerdo en una sentencia permanente.

La culpa puede aparecer después de una mentira, una caída moral, una explosión de ira, una recaída, una palabra dura, un pensamiento oculto o una decisión que hirió a alguien. En algunos momentos, nos despierta a la responsabilidad. Pero, cuando la culpa se mezcla con vergüenza y condenación, deja de conducir al arrepentimiento y empieza a aplastar el alma.

Muchos cristianos sinceros confunden el peso con la espiritualidad. Piensan que, si sienten suficiente dolor, demostrarán que están verdaderamente arrepentidos. Pero la Biblia no enseña que el perdón se compre con sufrimiento emocional. El verdadero arrepentimiento se vuelve hacia Dios. La autocondenación gira alrededor de uno mismo.

◆ La Biblia en la vida real

Romanos 8:1 no dice que haya poca condenación ni que haya una condenación reducida. El texto afirma que ya no hay condenación para los que están en Cristo Jesús. Esto no elimina la seriedad del pecado; proclama la suficiencia de Cristo.

◆ Chequeo de honestidad

- ☐ Ya confesé algo, pero seguí castigándome por dentro.
- ☐ Ya pensé que necesitaba sufrir más para demostrar arrepentimiento.
- ☐ Ya tuve dificultad para creer que Dios realmente me perdonó.
- ☐ Ya confundí la convicción del Espíritu con la condenación.
- ☐ Ya traté mi caída como si fuera mi identidad definitiva.

Espacio de Camino – Movimiento 1

✦ Misión 1 - Ponga nombre al peso

Complete la frase: "El peso que he estado llevando es..."

Después responda: ¿este peso me está llevando hacia Cristo o lejos de Él?

¿Qué reveló este movimiento sobre mí?

¿Qué respuesta de arrepentimiento, reparación o confianza me está invitando Dios a practicar?

Una verdad bíblica que necesito llevar conmigo:

◆ Oración breve

Señor, muéstrame la diferencia entre el peso que llama al arrepentimiento y el peso que me encierra en la condenación. Condúceme hacia Cristo, no hacia la desesperación. En el nombre de Jesús, amén.

2. La culpa que conduce a la vida

La culpa saludable apunta a la responsabilidad y la restauración

La culpa no siempre es enemiga. Existe una culpa saludable que funciona como señal de alerta. Dice: algo se rompió, algo necesita ser reconocido, algo necesita ser confesado, algo necesita ser restaurado. Esa culpa no existe para destruirle, sino para despertar la conciencia.

Cuando el Espíritu Santo convence de pecado, no lo hace para arrojarnos a la desesperación. Revela la verdad para conducirnos a Cristo. La convicción del Espíritu es firme, pero no cruel. Es seria, pero no mentirosa. Muestra el pecado sin apagar la esperanza.

La culpa saludable lleva a preguntas maduras: ¿Qué hice? ¿Quién fue herido? ¿Qué necesito confesar? ¿Qué reparación es posible? ¿Qué límite necesita establecerse? ¿Qué ayuda debo buscar? Nos saca de la negación y nos coloca en el camino de la responsabilidad.

◆ La Biblia en la vida real

En 2 Corintios 7:10, Pablo habla de una tristeza según Dios que produce arrepentimiento para salvación. No toda tristeza es igual. La tristeza según Dios acerca, transforma y genera vida.

◆ Chequeo de honestidad

- ☐ Necesito reconocer una actitud sin justificarla.
- ☐ Necesito pedir perdón a alguien.
- ☐ Necesito reparar algo que se rompió, si es posible.
- ☐ Necesito establecer límites concretos para no repetir el mismo camino.
- ☐ Necesito hablar sobre este asunto con una persona segura.

Espacio de Camino – Movimiento 2

✦ Misión 2 - Transforme la culpa en responsabilidad

Escriba un área en la que necesita asumir responsabilidad sin destruirse.

Después escriba un pequeño paso de reparación o cambio práctico.

¿Qué reveló este movimiento sobre mí?

¿Qué respuesta de arrepentimiento, reparación o confianza me está invitando Dios a practicar?

Una verdad bíblica que necesito llevar conmigo:

◆ Oración breve

Espíritu Santo, convénceme de la verdad con amor. Líbrame de la negación y también de la condenación. Enséñame a responder al pecado con arrepentimiento, fe y obediencia. En el nombre de Jesús, amén.

3. La vergüenza que destruye la identidad

Cuando "me equivoqué" se convierte en "yo soy el error"

La vergüenza es diferente de la culpa. La culpa dice: hice algo malo. La vergüenza dice: yo soy malo. La culpa puede llamarnos al arrepentimiento. La vergüenza intenta convencernos de que somos demasiado indignos para volver.

La vergüenza suele hablar en absolutos: siempre lo arruinas todo, nunca vas a cambiar, Dios está cansado, nadie te aceptaría si supiera. Toma un capítulo de la historia e intenta convertirlo en el título del libro entero. Por eso es tan peligrosa.

Cuando la vergüenza domina, la persona no solo se arrepiente de lo que hizo; empieza a rechazarse a sí misma. En vez de correr hacia Dios, se esconde. En vez de pedir ayuda, se aísla. En vez de confesar, finge. En vez de comenzar de nuevo, se rinde antes de intentarlo.

◆ La Biblia en la vida real

Después de la caída, Adán y Eva se escondieron. La vergüenza cosió hojas y buscó distancia. Pero Dios fue a su encuentro y preguntó: "¿Dónde estás?" La primera voz de la gracia fue un llamado a salir del escondite.

◆ Chequeo de honestidad

- ☐ Ya pensé: "soy un fracaso" en vez de "fallé".
- ☐ Ya me escondí de Dios después de equivocarme.
- ☐ Ya tuve miedo de ser conocido de verdad.
- ☐ Ya creí que mi caída era mayor que la gracia.
- ☐ Ya evité pedir ayuda por vergüenza.

Espacio de Camino – Movimiento 3

✦ Misión 3 - Separe el hecho de la identidad

Escriba: "Lo que sucedió fue..."

Después escriba: "Pero, en Cristo, esto no define toda mi identidad porque..."

¿Qué reveló este movimiento sobre mí?

¿Qué respuesta de arrepentimiento, reparación o confianza me está invitando Dios a practicar?

Una verdad bíblica que necesito llevar conmigo:

◆ Oración breve

Padre, rompe las mentiras de la vergüenza. Ayúdame a reconocer mis errores sin convertir mis caídas en identidad. Llámame fuera del escondite. En el nombre de Jesús, amén.

4. Pedro y Judas

Dos respuestas ante la caída

Pedro y Judas fallaron de maneras profundas. Judas traicionó a Jesús. Pedro negó a Jesús. Ambos conocieron el dolor de mirar su propia caída y darse cuenta de que habían hecho algo terrible. Pero la dirección que tomaron después de la caída fue diferente.

Judas se hundió en la desesperación. Pedro lloró amargamente, pero su historia no terminó en las lágrimas. Después de la resurrección, Jesús lo encontró, restauró su vocación y le confió una responsabilidad: "apacienta mis ovejas". La gracia no borró la gravedad de la negación, pero tampoco permitió que la negación tuviera la última palabra.

Esta comparación nos enseña algo serio: después de la caída, la pregunta no es solamente "¿qué hice?". La pregunta también es "¿adónde voy ahora?". La vergüenza empuja al aislamiento. La gracia llama hacia Cristo.

◆ La Biblia en la vida real

En Juan 21, Jesús no restaura a Pedro por medio de humillación pública, sino por medio de un encuentro verdadero. Cristo toca la herida, restaura el amor y vuelve a colocar a Pedro en el camino del servicio.

◆ Chequeo de honestidad

- ☐ Cuando me equivoco, mi tendencia es huir de Dios.
- ☐ Cuando me equivoco, pienso más en castigarme que en volver a Cristo.
- ☐ Me cuesta creer que Dios todavía pueda usarme.
- ☐ Necesito aprender a llorar delante de Dios sin renunciar a la esperanza.
- ☐ Necesito recordar que restauración no es fingir que nada sucedió.

Espacio de Camino – Movimiento 4

◆ Misión 4 - Elija la dirección

Después de una caída, ¿qué caminos suelo tomar: escondite, justificación, desesperación, confesión, ayuda o reparación?

¿Qué dirección me está llamando Cristo a tomar ahora?

¿Qué reveló este movimiento sobre mí?

¿Qué respuesta de arrepentimiento, reparación o confianza me está invitando Dios a practicar?

Una verdad bíblica que necesito llevar conmigo:

◆ Oración breve

Jesús, cuando caiga, no me dejes correr lejos. Restaura en mí el valor de volver, confesar, recibir gracia y seguir caminando Contigo. En el nombre de Jesús, amén.

5. La gracia no es permiso para pecar

La gracia que perdona también educa

Algunas personas tienen miedo de hablar de la gracia porque piensan que eso hará que el pecado parezca pequeño. Pero la gracia bíblica nunca disminuye la santidad. Nos libera tanto de la condenación como de la esclavitud. No dice: "siga como está". Dice: "levántese, Cristo es suficiente para perdonar y transformar".

La gracia barata ignora la verdad. La condenación ignora la cruz. La gracia de Cristo une verdad y misericordia. Reconoce la gravedad del pecado, pero se niega a entregar la última palabra a la culpa.

Cuando la gracia se comprende profundamente, no produce descuido espiritual. Produce amor, gratitud, humildad y deseo de obedecer. La obediencia nacida del miedo puede parecer fuerte durante un tiempo, pero la obediencia nacida del amor echa raíces más profundas.

◆ La Biblia en la vida real

Tito 2:11-12 presenta la gracia de Dios como una gracia que salva y también educa. La misma gracia que nos alcanza nos enseña a renunciar a caminos destructivos y a vivir de manera sobria, justa y piadosa.

◆ Chequeo de honestidad

- ☐ Tengo miedo de recibir gracia porque pienso que eso disminuirá mi responsabilidad.
- ☐ Ya intenté obedecer más por miedo que por amor.
- ☐ Necesito comprender que la gracia no es una excusa, sino poder de restauración.
- ☐ Necesito dejar de usar la condenación como combustible espiritual.
- ☐ Quiero aprender una obediencia que nace del amor de Cristo.

Espacio de Camino – Movimiento 5

✦ Misión 5 - Reescriba su motivación

Complete: "No quiero cambiar solamente porque tengo miedo de ser rechazado. Por la gracia de Dios, quiero cambiar porque..."

¿Qué reveló este movimiento sobre mí?

¿Qué respuesta de arrepentimiento, reparación o confianza me está invitando Dios a practicar?

Una verdad bíblica que necesito llevar conmigo:

◆ Oración breve

Señor, líbrame tanto de la permisividad como de la condenación. Enséñame a recibir la gracia que perdona, educa, restaura y forma en mí el carácter de Cristo. En el nombre de Jesús, amén.

6. Cómo recibir el perdón sin castigarse

Cristo es suficiente, incluso cuando su conciencia tarda en descansar

Muchas personas confiesan el pecado a Dios, pero siguen intentando completar el perdón con autocastigo. Repiten mentalmente la caída, rechazan la alegría, se alejan de la oración, evitan la comunión y creen que necesitan permanecer tristes para demostrar seriedad.

Pero la tristeza no salva. Cristo sí. La sangre de Jesús no necesita ser complementada con semanas de autocondenación. Cuando Dios perdona, no está fingiendo que el pecado no sucedió. Está aplicando la suficiencia de la obra de Cristo al pecador arrepentido.

A veces, la conciencia tarda en descansar. En esos momentos, necesitamos volver a la Palabra, no a las acusaciones. Necesitamos aprender a decir: "confesé, me arrepiento, asumiré responsabilidad, pero no viviré como si Cristo fuera insuficiente".

◆ La Biblia en la vida real

1 Juan 1:9 afirma que, si confesamos nuestros pecados, Dios es fiel y justo para perdonarnos y limpiarnos. El fundamento del perdón no es la intensidad de nuestro sentimiento, sino la fidelidad y la justicia de Dios en Cristo.

◆ Chequeo de honestidad

- ☐ Ya confundí el autocastigo con el arrepentimiento.
- ☐ Ya pensé que aceptar el perdón demasiado rápido sería falta de seriedad.
- ☐ Me cuesta descansar después de confesar.
- ☐ Necesito aprender a confiar más en la Palabra de Dios que en mis sentimientos.
- ☐ Necesito recibir el perdón como un regalo, no como un salario.

Espacio de Camino – Movimiento 6

✦ Misión 6 - Practique recibir

Ore 1 Juan 1:9 en voz alta. Después escriba: "Porque Dios es fiel y justo, yo puedo..."

Repita esta verdad durante la semana cada vez que vuelva la acusación.

¿Qué reveló este movimiento sobre mí?

¿Qué respuesta de arrepentimiento, reparación o confianza me está invitando Dios a practicar?

Una verdad bíblica que necesito llevar conmigo:

◆ Oración breve

Cristo, ayúdame a descansar en la suficiencia de Tu obra. Enséñame a confesar con seriedad y a recibir el perdón con fe. Que mi conciencia sea lavada por Tu gracia. En el nombre de Jesús, amén.

7. Un camino para comenzar de nuevo

Confesión, reparación, descanso y continuidad

Comenzar de nuevo no es fingir que nada sucedió. Comenzar de nuevo es poner la caída delante de Dios, asumir responsabilidad, buscar reparación cuando sea posible, recibir gracia y seguir caminando en una nueva dirección.

Algunas caídas requieren solamente una confesión sincera a Dios y un cambio práctico. Otras requieren pedir perdón a alguien. Otras requieren límites, rendición de cuentas, asesoramiento, acompañamiento pastoral o ayuda profesional. La sabiduría consiste en discernir qué respuesta exige el amor.

El nuevo comienzo cristiano no es impulsado por la euforia. Es sostenido por la perseverancia. Tal vez todavía tenga que afrontar consecuencias. Tal vez todavía necesite reconstruir la confianza. Tal vez todavía tenga que enfrentar desencadenantes y patrones antiguos. Pero, en Cristo, consecuencia no es lo mismo que condenación. Proceso no significa ausencia de gracia.

◆ La Biblia en la vida real

Filipenses 1:6 recuerda que Aquel que comenzó la buena obra la completará. La esperanza cristiana no está en nuestra perfección inmediata, sino en la fidelidad de Dios, que sigue obrando.

◆ Chequeo de honestidad

- ☐ Necesito confesar algo delante de Dios.
- ☐ Necesito pedir perdón a alguien.
- ☐ Necesito reparar algo, si es posible y seguro.
- ☐ Necesito establecer un límite concreto.
- ☐ Necesito buscar ayuda y no seguir solo.
- ☐ Necesito descansar en la gracia mientras sigo madurando.

Espacio de Camino – Movimiento 7

✦ Misión 7 - Mi plan para comenzar de nuevo

Escriba tres pasos sencillos: 1) una confesión; 2) una reparación o límite; 3) una práctica de continuidad.

¿Qué reveló este movimiento sobre mí?

¿Qué respuesta de arrepentimiento, reparación o confianza me está invitando Dios a practicar?

Una verdad bíblica que necesito llevar conmigo:

◆ Oración breve

Padre, guía mi nuevo comienzo. Que no huya de la responsabilidad ni de la gracia. Dame humildad para reparar, valor para cambiar y fe para continuar. En el nombre de Jesús, amén.

◆ Práctica de 7 días: saliendo de la condenación y caminando en gracia

Use esta práctica como una continuación sencilla. No convierta los siete días en una nueva ley de rendimiento. Son solamente rieles para ayudar a su alma a caminar con más verdad delante de Cristo.

◆ Día 1 - Ponga nombre al peso

Escriba qué culpa o vergüenza ha estado cargando y ore entregándosela a Dios.

◆ Día 2 - Lea Romanos 8:1

Repita la frase: "En Cristo, la condenación no tiene la última palabra."

◆ Día 3 - Separe la culpa de la vergüenza

Escriba una frase de culpa saludable y una frase de vergüenza tóxica. Responda con la verdad bíblica.

◆ Día 4 - Haga una confesión sincera

Hable con Dios sin esconderse. Si es necesario, busque a una persona segura.

◆ Día 5 - Dé un paso de reparación

Pida perdón, corrija algo o establezca un límite concreto.

◆ Día 6 - Reciba el perdón por la fe

Lea 1 Juan 1:9 y escriba una oración de gratitud por la fidelidad de Dios.

◆ Día 7 - Elija la continuidad

Defina una práctica para continuar: oración sincera, rendición de cuentas, descanso, asesoramiento o estudio bíblico.

◆ Oración final

Señor Jesús, vengo a Ti con verdad. Reconozco que muchas veces confundí el arrepentimiento con la autocondenación. Intenté pagar con sufrimiento interior aquello que solamente Tu cruz podía resolver. Confieso mis pecados, mis huidas, mis justificaciones y también mi dificultad para recibir el perdón.

Enséñame a distinguir la culpa que conduce a la vida de la vergüenza que me encierra en la oscuridad. Dame valor para asumir responsabilidad sin destruir mi identidad. Dame humildad para pedir perdón, reparar lo que sea posible y buscar ayuda cuando sea necesario.

Gracias porque Tu gracia no disminuye la santidad. Me llama a una vida nueva. Que no use el perdón como excusa para permanecer igual, pero que tampoco use mi caída como excusa para huir de Ti. Lava mi conciencia, restaura mi esperanza y forma en mí un corazón que obedece por amor.

En el nombre de Jesús, amén.

◆ Continúe el camino

Este cuaderno fue creado como una puerta de entrada. Si habló a su corazón, tal vez Dios le esté llamando a un camino más profundo de autoconocimiento, sanidad, discipulado y restauración.

En los materiales de Free Angels, puede continuar por caminos complementarios. El proyecto Más Allá de las Máscaras le ayuda a comprender patrones de personalidad, motivaciones, heridas, zonas del alma y caminos de transformación en Cristo. El test de personalidad genera un resultado personal que señala tendencias, áreas de crecimiento, zonas de salud emocional y espiritual, botones de acción y un plan práctico de 30 días.

Además del test y del informe personal, la colección ofrece un manual sobre las personalidades y cuadernos de trabajo específicos para cada tipo. Estos cuadernos profundizan en los patrones, dones, tentaciones, virtudes, relaciones, estrés, caminos de restauración y prácticas concretas para vivir con más verdad delante de Dios.

Si su lucha está más relacionada con hábitos repetitivos, recaídas, compulsiones, culpa y ciclos de caída, el material 10 Pasos hacia la Libertad puede ayudarle a organizar un camino práctico de restauración. Si usted es joven o acompaña a jóvenes, Libre para Vivir y la Guía para Padres, Mentores y Líderes ofrecen caminos específicos de cuidado, lenguaje accesible y misiones prácticas.

◆ Siguiente paso sugerido

Haga el test Más Allá de las Máscaras, lea su informe personal con oración y elija un cuaderno de trabajo para profundizar su camino. La libertad suele comenzar cuando dejamos de usar máscaras y permitimos que Cristo trate no solamente nuestros comportamientos, sino también nuestras motivaciones, heridas y miedos.

◆ Contacto y próximos pasos

Para recibir materiales, seguir la colección o conversar con nosotros sobre los próximos pasos, utilice los canales oficiales que aparecen a continuación.

CONTACTOS ACTUALIZADOS

WhatsApp: +44 7731 785774

Correo electrónico: contato@freeangelsinternational.org

Sitio web: freeangelsinternational.org

Instagram y Facebook: Free Angels International

Para otros canales oficiales y nuevos materiales, consulte siempre el sitio web de Free Angels International.

◆ Palabra final

La culpa puede llevarle de regreso al Padre. La vergüenza intenta mantenerle lejos de Él. Aprenda a reconocer la diferencia.

En Cristo, usted no necesita negar el pecado ni vivir aplastado por él. Puede confesar, recibir perdón, reparar lo que sea posible, buscar ayuda y seguir creciendo. La última palabra sobre su historia no pertenece a la acusación. Pertenece a Aquel que murió y resucitó para hacer nuevas todas las cosas.



Un libro para *restaurar, animar y conducir a la esperanza*



Si usted o alguien que ama está enfrentando luchas, dolores emocionales o momentos difíciles, este libro fue preparado con oración, cariño y propósito.



“Libre para Vivir” es una invitación a caminar con Cristo hacia la restauración, la libertad y la sanidad interior.



Con un lenguaje accesible, apoyo bíblico y aplicaciones prácticas, esta obra habla al corazón de jóvenes reales que necesitan esperanza real.



*No necesitas caminar solo.
En Cristo, todavía hay un nuevo
comienzo, consuelo y dirección.*



Pida su ejemplar

Y SEPA MÁS.



Mensajes
que tocan
el corazón



Palabras
que generan
esperanza



Aplicaciones
para la vida
real



Caminos
de sanidad y
restauración



Libertad
que viene
de Cristo



Correo electrónico: contato@freeangelsinternational.org



WhatsApp: +447731785774



Página web: freeangelsinternational.org

*Dios transforma
historias y escribe
nuevos comienzos.*

ESPEJOS DE LA BIBLIA

RETRATOS DE GRACIA

Un libro para quienes desean comprender mejor a las personas, discernir la obra de la gracia y contemplar la transformación de Dios en la vida real.

En *Espejos de la Biblia — Retratos de Gracia*, vidas comunes se convierten en ventanas de la gracia divina. Al contemplar a personajes bíblicos en sus luchas, heridas, decisiones y procesos de transformación, el lector es llevado a percibir que Dios no solo escribe grandes historias — primero restaura el corazón humano.

Más que una lectura inspiradora, este libro ofrece una reflexión profunda sobre personalidad, madurez espiritual, relaciones, identidad y servicio cristiano. Cada retrato revela cómo la gracia de Dios actúa de manera concreta, redime fragilidades y transforma a personas reales en testimonios vivos de Su amor.

¿POR QUÉ ES ESPECIAL ESTE LIBRO?

- ✦ Une autoconocimiento y verdad bíblica
- ✦ Profundiza el discipulado, los grupos y las conversaciones pastorales
- ✦ Ayuda a reconocer patrones del alma y procesos de sanidad
- ✦ Revela la gracia de Dios en la historia de personas comunes

ANTES DE QUE DIOS ESCRIBA GRANDES HISTORIAS,
TRANSFORMA A PERSONAS COMUNES.

DESCUBRE CÓMO LA GRACIA DE DIOS
PUEDE ILUMINAR LA HISTORIA DE
PERSONAJES BÍBLICOS — Y TAMBIÉN LA TUYA.



WhatsApp: +44 7584 475915



Sitio web: freeangelsinternational.org



Correo: contato@freeangelsinternational.org



Escanea para
visitar el sitio



MÁS ALLÁ — DE LAS — MÁSCARAS

Un Viaje de Transformación



Test de Personalidad

Autoconocimiento, **verdad** y **crecimiento** en Cristo



Lo que recibes:



Un informe personalizado detallado



Una guía general de las personalidades



El cuaderno correspondiente a tu perfil



Orientación bíblica práctica



¿Por qué es importante?



Comprende tus motivaciones, fortalezas y debilidades.



Reconoce patrones emocionales y áreas de restauración.



Fortalece tus relaciones y tus decisiones.



Crece con más verdad, equilibrio y libertad en Cristo.



Haz el test completo



Escanea para entrar



Instagram:

[instagram.com/freeangelsinternational](https://www.instagram.com/freeangelsinternational)



WhatsApp:

chat.whatsapp.com/JOMNhH2RJzE9RVKj6j3qAU



Free Angels International