

*“Esta serie de estudios es una herramienta valiosa para integrar a los miembros del Grupo pequeño en la investigación aplicativa de la Biblia. La idea es conducir a los participantes a escudriñar el texto bíblico, incorporando las verdades contenidas en él. Sobre todo, anhelamos que el maravilloso Señor, revelado en las páginas sagradas, encuentre lugar en el corazón de cada adorador. “Porque están dos o tres congregados en mi nombre, allí estoy yo en medio de ellos” Mateo 18:20*





# CRISIS EN LA VIDA CRISTIANA

SERIE DE ESTUDIOS TRIMESTRALES DE GP



# CRISIS EN LA VIDA CRISTIANA

SERIE DE ESTUDIOS TRIMESTRALES DE GP





# Sumario

1. Incomodidad – Pr. Felício Oscar
2. Desilusión – Pr. Antonio Alves
3. Fracaso - Pr. Noedson de Moura
4. Falta de fe – Pr. Roberto de Oliveira
5. Mundanismo - Pr. Reones Alves
6. ¿Cómo vencer el estrés? – Pr. Lucas Mendes
7. Poco tiempo para la comunión - Pr. Geovane Felix Sousa
8. Crisis familiar – Pr. Judson H. Lino
9. Depresión: ¿Es posible vencerla? - Pr. Geovane Felix Sousa
10. Más amigos - Pr. Judson H. Lino
11. Leer, ver y oír lo indebido – Pr. Matheus Tavares
12. Yugo desigual – Pr. Julio Alencar
13. Deudas – Pr. Flavio André

# Expediente

Producción Ejecutiva: División Sudamericana ( UA, UE, UP, UPN, UPS, UU, UCOB, UEB, UNB, UNeB, UNoB, USB)

Título: Crisis en la vida cristiana

Categoría: Grupos Pequeños

Serie preparada: por la Unión Este Brasileña

Coordinación General: Pr. Jolivê Chaves (DSA)

Diagramación y Diseño: Claudia Suzana Lima y Gláucia Meireles

Derecho de traducción y publicación reservada: División Sudamericana



# Programa

Las cuatro etapas de un grupo pequeño:

**1. Confraternización:** Recepción, colocando la conversación al día y rompiendo el hielo. \_\_\_\_\_



**2. Adoración:** Cánticos, oración, meditación, testimonios y estudio. \_\_\_\_\_



**3. Estudio comparado de la Biblia:** Énfasis en la aplicación del texto para la vida. \_\_\_\_\_



**4. Testimonio:** Planificación evangelizadora del grupo. Oración intercesora. \_\_\_\_\_



## Ideales del Grupo

1. Nombre del grupo: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

2. Nuestro lema: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

3. Nuestra oración: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

4. Himno oficial: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

5. Nuestra bandera: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

6. Nuestro texto bíblico: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_





# Presentación

La Iglesia Adventista del Séptimo Día en toda Sudamérica, ha buscado hacer que los Grupos Pequeños se conviertan realmente en un estilo de vida para cada uno de sus miembros.

Soñamos con una iglesia donde las personas se sientan cuidadas, amparadas y que tengan condiciones de convertirse en verdaderos discípulos de Cristo, maduros en la fe e involucrados en la misión de salvar personas para Jesús.

Anhelamos ver nuestro pueblo viviendo una experiencia de comunión y misión día a día. Hombres y mujeres inspirados por el Espíritu Santo, cuyo carácter refleje la imagen de Dios a través de la fructificación y el servicio voluntario, de acuerdo con los dones espirituales.

Por encima de todo, queremos ganar personas para Dios y que al llegar a nuestras congregaciones ellas encuentren un ambiente acogedor y al mismo tiempo capacitador donde la apostasía sea bruscamente reducida.

Delante de tantos desafíos, entendemos las necesidades de los Grupos Pequeños como la unidad básica de la organización de la iglesia para el servicio, y para la atención espiritual y el buen relacionamiento con sus miembros.

Felicitaciones porque están participando de este Grupo Pequeño. Ayúdenos a contagiar a otros y avanzar como un gran movimiento.

Esta serie de temas bíblicos es una herramienta valiosa para el estudio aplicativo de la palabra de Dios. Deje que la Biblia hable a su corazón y comparta esto con los miembros de su grupo.

Que Dios les bendiga ricamente en esta caminata cuyo fin es la patria celestial.

Un abrazo,

Jolivê Chaves

Ministerio Personal DSA



# 1

## INCOMODIDAD

**ROMPIENDO EL HIELO:** ¿Qué tipo de comportamiento es el que usted más aprecia? Cite tres características positivas y negativas que usted cree que interfieren en las relaciones.

### INTRODUCCIÓN:

En el libro *Dealing with people you can't stand* (Tratando con personas que no toleras) (Sextante, 2006), los médicos Rick Brinkman y Rick Kirshiner identifican diez comportamientos que son considerados difíciles. Las personas que poseen esos comportamientos son clasificadas por los médicos en las siguientes tipos: el tipo “Tanque de guerra”, que pasa por encima de todo y de todos para conseguir lo que quiere; el tipo “el tirador de elite”, que actúa de manera disimulada y su arma principal es el sabotaje; el tipo “Granada” cuyos arranques de rabia y furia son desproporcionales a las circunstancias; el tipo “sabelotodo” que no acepta las ideas de otras personas porque las considera menos cultas; el tipo “piensa-que-sabe-todo” que se trata de personas mal informadas que siempre tienen una opinión para todo; el tipo “Si”, rápidos para estar de acuerdo pero lentos para actuar; el tipo “tal vez” que no emite opinión por miedo a comprometerse; el tipo “nada” que se cierra a todo tipo de comunicación; el tipo “No” que es pre juicioso y negativo; y el tipo “reclamador” que siempre se focaliza en los problemas. El estudio de hoy nos presenta los principios de cómo vivir en comunidad.

**TEXTO PARA ESTUDIO:** Hechos 15:39.

### DISCUSIÓN:

#### I. CONOCIENDO EL TEXTO

**Discuta con el grupo:**

1. ¿Por qué Pablo y Silas siguieron caminos diferentes?

**Para pensar:** Imagine como estaban los ánimos de los primeros

cristianos. El sistema de comunicación se daba básicamente por cartas y recados verbales, el sistema de transporte era rudimentario y lento. Por otro lado, el mensaje del evangelio avanzaba con velocidad avasalladora. Las exigencias de la iglesia primitiva consumían el tiempo de los apóstoles. Algunos, como Marcos, eran jóvenes y otros, como Pablo, eran un poco más viejos. Con todo esto en medio, no era fácil tomar las decisiones.

2. ¿Por qué a veces surgen discusiones entre los discípulos modernos de Cristo?

## II. INTERPRETANDO EL TEXTO

### Discuta con el grupo:

1. ¿Cuál fue la solución que encontraron Pablo y Silas para sus diferencias?

**Para pensar:** el hecho de que seamos cristianos no significa que somos perfectos; heredamos costumbres de la familia, de la escuela y de la sociedad. Dichas costumbres son las que modelan nuestro carácter, temperamento y personalidad. Saber manejar estas diferencias puede ser un gran avance en nuestra vida espiritual.

2. ¿Cómo podemos hacer que esas diferencias se vuelvan positivas en nuestra convivencia con otras personas de la iglesia?

**Para pensar:** lea los versículos 36-41 del capítulo sugerido. Note que la intención era predicar el evangelio pero un problema antiguo llevó a que los dos apóstoles se separaran. Es común que dejemos que nuestras convicciones hablen más alto y cuando eso sucede, corremos el riesgo de olvidar lo que realmente es importante: la predicación del evangelio.

## III. APLICANDO EL TEXTO

### Discuta con el grupo:

1. ¿Cuál debe ser nuestra postura cuando las diferencias hablan más alto y comprometen el cumplimiento de la misión?

**Para pensar:** nuestra naturaleza funciona como una balanza de platillos, donde de un lado se colocan los conceptos que son parte de nuestra naturaleza de seres humanos pecadores: egoísmo, impaciencia, miedo, etc. Los conceptos de nuestra naturaleza res-

catada por Jesús se colocan del otro lado de la balanza: amor, esperanza, fe, etc. Sabemos que mientras vivamos en este mundo caído, los platillos de la balanza siempre oscilarán entre nuestra naturaleza rescatada y nuestra naturaleza de pecadores. Si queremos que nuestras actitudes sean actitudes de personas santificadas por Jesús, necesitamos prestar atención constante a la balanza.

2. ¿Qué podemos hacer para que los conceptos de seres humanos pecadores no sobresalgan por encima de nuestra naturaleza santificada?

**Para pensar:** las diferencias son la belleza de la naturaleza y, cuando se miran bajo la lente del amor cristiano, pueden proporcionar nuevas ideas para el avance de la predicación del evangelio; pero, cuando están manchadas por el egoísmo del pecado, pueden traer graves consecuencias.

# 2

## DESILUSIÓN

**ROMPIENDO EL HIELO:** A pesar de que es común que nos enfrentemos a las desilusiones, no es algo que disfrutemos. ¿Ya te has desilusionado de alguien? ¿Fue alguien cercano? Describa cuál fue su reacción.

### INTRODUCCIÓN:

Todos hemos pasado por desilusiones en esta vida, la sociedad está cansada de ellas. Nos desilusionamos de amigos, familiares, políticos, nuestro equipo de fútbol, nuestros ideales, nuestros sueños, etc. La desilusión es devastadora, tiene la fuerza de mil tornados, su negatividad es terrible y avasalladora y, como resultado, perdemos las fuerzas.

**TEXTO PARA ESTUDIO:** Isaías 40: 29-31

### DISCUSIÓN:

#### I. CONOCIENDO EL TEXTO

**Discuta con el Grupo:**

1. ¿Qué aspectos podemos destacar de cómo Dios sabe de nuestros sentimientos de miedo y de cómo suplir todas nuestras necesidades?

**Para pensar:** Dios sabe cómo nos sentimos, conoce nuestros miedos y sabe cómo suplir todas nuestras necesidades. No somos capaces de obedecer a Dios con nuestras propias fuerzas, pero siempre podemos confiar en él como fuente de la energía que necesitamos (Filipenses 4.13). Si confiamos en nosotros mismos, caeremos y desfalleceremos, sin embargo, si esperamos en el Señor con fe, recibiremos fuerzas para continuar.

2. ¿Cuál de las siguientes desilusiones ha afectado la comunidad en la que vives? ¿Cuál debe ser la participación humana en estos problemas?

- Desilusión por problemas familiares.

- Desilusión por un noviazgo o matrimonio que se terminó.
- Desilusión a causa del desempleo.
- Desilusión por problemas financieros.
- Desilusión por sueños frustrados por las pérdidas.
- Desilusión por no enfrentar a las personas o situaciones.

**Para pensar:** Dios es mayor que cualquier cosa en la tierra o en el cielo. La creación nos muestra su sabiduría, poder e infinitud; es más grande que las naciones y sus ídolos. Él creó la Tierra y está sentado en el trono celestial. Nada puede igualar a nuestro Dios y muchos menos ser mayor que él. Si usted en algún momento se siente tan pequeño como para preguntarse si le importa a Dios, recuerde que él conoce el nombre de cada estrella (Isaías 40:26) y también el suyo (Juan 10:3, 27). El mismo Dios que da nombres a las estrellas y las cuenta, puede curar su corazón quebrantado (Salmo 147:3, 4).

## II. INTERPRETANDO EL TEXTO

Lea el versículo 31 y comente con el grupo que le sugiere la palabra “esperar”.

**Para pensar:** la palabra “esperar” no nos sugiere que nos sentemos a esperar sin hacer nada. Significa que debemos tener esperanza, buscar en Dios todo lo que necesitamos, eso incluye meditar en el carácter y las promesas de Dios, orar y buscar su gloria.

1. ¿Qué nos enseña la vida de Job sobre las desilusiones?

**Para pensar:** la Biblia nos cuenta la historia de Job. Este hombre pasó por una experiencia dramática y podríamos decir que experimentó todo tipo de desilusión, decepción y pérdida que un corazón humano puede soportar y, sin embargo, no perdió la confianza y fue eso lo que hizo la diferencia. Job vivió cerca del año 2000 a.c; su familia estaba compuesta por 10 hijos (Job 1:2); era un rico agricultor con más de 11.500 animales (Job 1:3). Job perdió todo su dinero, sus hijos y la salud, pero no perdió la esperanza y Dios le otorgó las fuerzas para superar la desilusión.

## III. APLICANDO EL TEXTO

### **Discuta con el grupo:**

1. ¿Qué consejo le darías a una madre cuya familia ha sido asesinada por alguien de confianza?

**Para pensar:** es mucho más difícil caminar bajo las presiones cotidianas de la vida que volar como agua en un período de crisis. Al esperar por el Señor, él nos permite no solamente volar y correr más rápido sino también andar por más tiempo con la seguridad de que la desilusión, la frustración y la decepción no existirán para siempre. Pero hasta que llegue ese día, tenemos que seguir viviendo aquí en este mundo de pecado y estaremos sujetos a sufrimientos, pérdidas y desilusiones, sin embargo, sabemos que Dios nos da las fuerzas para enfrentar cualquier situación. Tenga esperanza y confianza porque pronto él pondrá fin a todo lo que causa sufrimiento a los corazones humanos. Confíe y espere.



**ROMPIENDO EL HIELO:** ¿Ya has experimentado lo que se siente haber fracasado en algún proyecto profesional? ¿Ya se sintió un fracaso en sus relaciones, en la educación de los hijos, en la vida espiritual? ¿Existe alguna estrategia para superar los obstáculos que resultan en fracasos? Comparta con el grupo las experiencias que obtuvo al pasar por momentos de aparente fracaso.

### INTRODUCCIÓN:

El diccionario define fracaso de la siguiente manera: ruina, desgracia, mal resultado. Todos tenemos nuestra propia definición de “fracaso” porque en algún momento este formó parte de nuestra vida. El sentimiento de fracaso o el propio fracaso duele, derrumba y, muchas veces, lleva al ser humano al fondo del pozo; en algunos casos, deja sin esperanza de levantarse.

**TEXTO PARA ESTUDIO:** Isaías 41:10.

### DISCUSIÓN:

#### I. CONOCIENDO EL TEXTO

**Discuta con el grupo:**

1. ¿Existe algún fracaso que Dios no tenga poder para vencer? Cite tres cosas que Dios nos enseña a través del silencio en un momento de crisis.

**Para pensar:** cuando leemos Isaías 41:10, vemos un Dios que conoce nuestros temores, miedos, fracasos y que también sabe cómo podemos vencer cada día. Si fracasamos en algún momento de nuestras vidas, él sabrá cómo levantarnos para hacernos más que vencedores.

#### II. INTERPRETANDO EL TEXTO

## Discuta con el grupo:

1. ¿Por qué es tan difícil ver la solución en un momento de crisis?

**Para pensar:** el contexto de este capítulo nos muestra que el pueblo de Dios triunfaría. Todos los imperios paganos serían derrotados y desaparecerían, mientras que el pueblo de Dios continuaría existiendo y progresando. ¡Increíble profecía que se cumplió de manera maravillosa! No significaba que Israel alcanzaría gran poder mundial sino que su Dios sería su fuerza constante. Por sí mismo, Israel no pasaba de ser un gusano frágil (v. 14), que sería despreciado y pisado por el mundo. Pero como instrumento en las manos de Dios, sería el medio para derrotar y arruinar a las naciones más poderosas, inclusive hasta a los ejércitos invencibles de Persia, Grecia y Roma serían reducidos a pedazos delante de los decretos divinos, dejando al pueblo de Dios vencedor entre las ruinas.

2. Vuelve a leer el texto de Isaías 41:10 e identifique la promesa más significativa para usted.

- a. Un estímulo: “No Temas”.
- b. Compañero: “yo estoy contigo”.
- c. Intercesor: “No desmayes”.
- d. Dios: “Yo soy tu Dios”.
- e. Dador de fuerza: “Yo soy tu Dios que te esfuerzo”.
- f. Ayudador: “Siempre te ayudaré”.
- g. Sustentador: “Siempre te sustentaré”.

**Para pensar:** Dios conoce las necesidades de sus hijos y no desea que nuestros planes fracasen pero, si eso sucede, él tiene otra estrategia. Dios nos dice: “Yo te ayudo”. El secreto para llegar a la cima yace en aceptar el cuidado personal de Dios que nos dice: “Yo estoy contigo”.

## III. APLICANDO EL TEXTO

### Discuta con el grupo:

1. ¿Qué decisiones deseas tomar luego de conocer que Dios desea lo mejor para tu vida?

**Para pensar:** ¿cómo describirías tu vida? ¿Consigues las cosas

que deseas? ¿Conquistas lo que es importante para tu vida? Recuerda que no estás solo en la batalla en este mundo. Existe un Padre que se compadece de sus hijos y que, en ningún momento, permite que estos vivan en el fracaso. Él es un Dios que nos muestra el camino para vencer, pues su hijo ya venció y nos marcó el camino al éxito. Nunca olvides la promesa de Dios: “te sustento con la diestra de mi justicia”.

# 4

## FALTA DE FE

**ROMPIENDO EL HIELO:** ¿Que significa tener fe? ¿Recuerda algún momento especialmente difícil de su vida en el cual solo la fe en Dios le haya dado fuerzas para seguir? Comparta con el grupo.

### INTRODUCCIÓN:

Hebreos 11:6 afirma que “sin fe es imposible agradar a Dios”. Tenemos tantas evidencias del amor de Dios, manifestado de manera especial en el sacrificio de Jesucristo por nuestros pecados (Romanos 5:8), que la falta de fe que se veía entre el propio pueblo de Dios fue motivo de sorpresa y admiración para Jesús durante su ministerio en la tierra.

El creador es infinito y sus criaturas son limitadas, por lo tanto, hay cosas que debemos aceptar por fe. Creer exactamente lo que Dios dijo es el ejercicio más elevado que la mente humana es capaz de realizar. No hay duda de que debemos creer lo que Dios dijo para que podamos ocupar perfectamente el lugar designado para nosotros en un universo perfecto.

**TEXTO PARA ESTUDIO:** Marcos 6:1-6.

### DISCUSIÓN:

#### I. CONOCIENDO EL TEXTO

Jesús regresó a Nazaret donde, un año antes, había sido rechazado por el pueblo y expulsado de la sinagoga (Lucas 4:16-30). Sin Duda, fue una demostración de gracia por parte del Salvador dar a las personas una nueva oportunidad de oír sus palabras, creer y recibir la salvación. Sin embargo, el corazón del pueblo continuaba endurecido y esta vez, no expulsaron a Jesús, lo ignoraron.

#### Discuta con el grupo:

1. ¿Por qué Jesús se admiró por la incredulidad de los habitantes de Nazaret?

**Para pensar:** Jesús esperaba que los habitantes de Nazaret creyeran en él como el Mesías porque él vivió en esa ciudad. Ellos habían sido testigos de su pureza desde la infancia. Por eso, la actitud del pueblo fue sorprendente y decepcionante. Quizás creyeron que el Mesías debía salir de una ciudad rica e importante y no de Nazaret.

2. ¿Qué había de mal en ellos? ¿Por qué no lograron creer en el Señor y experimentar su poder y gracia como otros lo hacen? Porque pensaban que lo conocían. Jesús había sido su vecino por cerca de treinta años y todos lo habían visto trabajar como carpintero, de modo que, para ellos, Jesús parecía ser solo un nazareno más.
3. ¿Conoces personas que afirman conocer a Jesús y sin embargo desprecian sus enseñanzas? ¿Cuáles son las enseñanzas bíblicas más despreciadas en la actualidad?

## II. INTERPRETANDO EL TEXTO

### **Discuta con el grupo:**

El texto dice que Jesús no puede realizar ningún milagro entre los nazarenos por la incredulidad de estos. ¿Crees que eso puede suceder también hoy?

1. ¿Cuál es el mayor milagro que puede ocurrir en la vida de una persona pero, sin embargo, ser impedido por falta de fe?

**Para pensar:** con seguridad, aún hoy Jesús mira a esta tierra y se admira de las personas que no creen en él o rechazan su sacrificio. La Biblia dice que en el día del juicio los salvos de todas las épocas también se sorprenderán con la cantidad de personas que tuvieron la oportunidad pero rechazaron a Jesús (Lucas 11:31, 32).

2. ¿Por qué Dios no realiza milagros donde no hay fe?

**Para pensar:** el incrédulo no logra distinguir entre un milagro y un acontecimiento casual; la gloria no es dada a Dios. Abraham, por ejemplo, hizo esa distinción y eso fue fundamental para su salvación (Romanos 4:18-22).

## III. APLICANDO EL TEXTO

### **Discuta con el grupo:**

1. ¿Qué le faltó a los nazarenos para no creer en Jesús?

**Para pensar:** de la misma manera en que una planta necesita cuidados para crecer fuerte (necesita que la rieguen, abonen, poden y protejan), también sucede con la fe. Uno de los instrumentos más poderosos que podemos utilizar para fortalecerla es el contacto directo con la Palabra de Dios, tanto por la lectura de la Biblia como por la participación en los servicios de la iglesia (Romanos 10:14).

2. ¿Qué puedes hacer para evitar ese error en tu vida?

**Para pensar:** Ora a “Aquel que es poderoso para hacer todas las cosas mucho más abundantemente de lo que pedimos o entendemos, según el poder que actúa en nosotros, a él sea gloria en la iglesia en Cristo Jesús por todas las edades, por los siglos de los siglos. Amén” (Efesios 3:20, 21).

**ROMPIENDO EL HIELO:** cuando miramos la experiencia del antiguo Israel, notamos que ellos terminaron adoptando la costumbre y cultura de los otros pueblos. ¿Crees que la iglesia en la actualidad corre el mismo peligro? Cite tres peligros que pueden obstaculizar la obra de Dios.

### INTRODUCCIÓN:

El apóstol Juan expresa preocupación por el estado espiritual de la iglesia. Note que existen algunos factores que están destruyendo la fe y la espiritualidad de la iglesia. Es una influencia que va cambiando los valores y la concepción espiritual, lo que empobrece el compromiso y la relación con Jesús. El apóstol Juan que tanto enfatizó el amor a Dios, ahora les advierte a los cristianos sobre el peligro del amor al mundo; presenta los desvíos que ese amor corrompido puede causarle al corazón humano y así conducirlo a prejuicios eternos

**TEXTO PARA ESTUDIO:** 1Juan 2:15-17.

### DISCUSIÓN:

#### I. CONOCIENDO EL TEXTO

##### Discuta con el grupo:

1. En el versículo 15, Juan destaca la enemistad entre el amor al mundo y el amor del Padre. ¿Cuál es la oposición que hay entre ellos? De su opinión.

**Para pensar:** el amor al mundo involucra un sentimiento de satisfacción y placer en atender los llamados del corazón carnal. Estos sentimientos pueden llegar a conducir a la persona un estilo contrario al plan de Dios. Tarde o temprano, el amor al mundo conduce al hombre a sufrir las consecuencias de su accionar. El amor del Padre produce un sentimiento de paz y alegría en el cristiano, que

pasa a experimentar los beneficios de la restauración de la vida en comunión con Dios. El amor del Padre expresa todos los cuidados y enseñanzas de Dios a través de su palabra.

En el versículo 16, Juan menciona los elementos atractivos del mundo como fuerza que domina el corazón humano. Describa y comente sobre estos elementos y que significa para usted cada uno de ellos.

## II. INTERPRETANDO EL TEXTO

### Discuta con el grupo:

1. ¿Cuáles son las cosas que están en el mundo y pueden servir de lazo para nuestra vida cristiana?

**Para pensar:** la expresión “concupiscencia de la carne” se refiere a los deseos carnales que son contrarios a la voluntad de Dios y que son expresados a través del pecado practicado con el cuerpo. El apóstol no estaba acusando a sus lectores de pecados viles sino que los estaba advirtiendo sobre la enemistad inherente que existe entre Dios y todas las manifestaciones del pecado. Él confiaba en que su advertencia serviría para salvarlos de las redes del pecado.

La expresión “concupiscencia de los ojos” se refiere al placer mental que es estimulado por los ojos. El placer pecaminoso se experimenta a través de los ojos (Mateo 5:27, 28). Muchos de los que se apresuran a negar cualquier intención de sentir placer en un pecado consumado sienten un vivo deseo de leer la descripción de pecado o verlo presentado en una pantalla.

### Discuta con el grupo:

2. ¿Qué quiere decir Juan cuando habla de la “vanagloria de la vida”?

**Para pensar:** la expresión “vanagloria de la vida” hace referencia a la ostentación, el orgullo aplicado a la manera de vivir. Es una satisfacción materialista con los bienes del mundo; un estado mental de satisfacción y seguridad promovida por los bienes, que ocupan el lugar de la seguridad espiritual. Todos tenemos inclinación a la vanagloria en diferentes grados pero debemos estar atentos. Algunos se enorgullecen en forma indebida por su trabajo, otros de sus posesiones, de sus conquistas, su sabiduría, de sus vidas o sus hijos

“El hermano y la hermana D tienen deberes domésticos que han



descuidado. Se han embriagado con las preocupaciones de esta vida. El trabajo, las prisas y la ambición están a la orden del día y su intensa mundanidad ha ejercido su influencia moldeadora sobre sus hijos, sobre la iglesia y sobre el mundo. El ejemplo de los que abrazan la verdad con justicia condenará al mundo (Testimonios para la iglesia, t. 4, p. 426)

### III. APLICANDO EL TEXTO

#### Discuta con el grupo:

1. En su opinión, ¿cuáles son los cuidados necesarios que debemos tomar a fin de impedir el avance de las influencias de la mundanidad en la vida del Cristiano?

**Para pensar:** el mundo se encuentra en el atardecer y el enemigo ha salido a sembrar cizaña. La influencia social, a través de los medios de comunicación, ha encontrado terreno fértil en el corazón humano. La semilla del consumismo, el concepto falso de belleza y libertad, la vida fácil, el materialismo y el placer al pecado están siendo sembrados en el corazón. Tal influencia es como la noche que alcanza cada vez a más grupos sociales, incluso la iglesia. Como todos están refugiados, pocos perciben la noche y que semilla se plantó en el corazón.

El corazón debe ser como un campo dedicado al Señor y, para eso, es necesario mantener una comunión diaria con Jesús mediante el estudio de la Biblia, velar y orar. El resultado será la obra continua del Espíritu Santo para cultivar los valores del Reino, moldear el carácter a la semejanza de Cristo y desarrollar la personalidad misionera y así la cizaña no tendrá lugar donde germinar la mundanidad.

# 6

## ¿CÓMO VENCER EL ESTRÉS?

**ROMPA EL HIELO:** Lleve a la clase un vaso de vidrio frágil y una jarra con agua hirviendo. Ponga el vaso sobre la mesa y vierta el agua hasta llenarla. El agua hirviendo debería quebrar el vaso (por eso, el vaso debe ser muy frágil y el agua debe estar hirviendo). Pregúnteles a los participantes: ¿por qué se rompió el vaso? ¿Qué relación tiene este experimento con su vida? ¿Cuáles son las cosas que pueden arruinarnos la vida? Mencione dos de las situaciones que le causan más estrés.

### INTRODUCCIÓN:

El estrés se ha convertido en una epidemia global que afecta a niños, jóvenes, adultos, viejos y hasta a los animales. Las situaciones (a, b, c, d, e, f) acompañadas por otras alteran la adrenalina y el cortisol y provocan reacciones en el organismo que los especialistas denominan “estrés”.

Los especialistas de la salud aconsejan a todos que tengan momentos de descanso. El estrés es conocido como un asesino silencioso. Nunca en la historia de la humanidad hubo tantas actividades como en nuestros días. La Organización de las Naciones Unidas (ONU), ya en 1992, llamó al estrés “el mal del siglo”; cada día la vida es más estresante.

**TEXTO PARA ESTUDIO:** Mateo 11:28-30.

### DISCUSIÓN:

#### I. CONOCIENDO EL TEXTO

En el principio, el yugo era un instrumento útil cuyo propósito era posibilitar el esfuerzo mancomunado, pero desde hace mucho tiempo, el “yugo” se transformó en un símbolo de sumisión, en especial frente a un conquistador. Algunos generales victoriosos colocaban un yugo sobre dos lanzas y obligaban al ejército vencido a pasar por debajo de

él en señal de sumisión. Al mencionar su yugo, Cristo se refería a su manera de vivir. El yugo de Cristo no es otra cosa que la voluntad divina resumida en la ley de Dios y magnificada en el Sermón del Monte (Isaías 42:21; Mateo 5:17-22). La figura que Cristo utilizó aquí no era conocida por sus oyentes porque los rabinos se referían también a la Tora (Deuteronomio 31:9) como a un yugo, no porque fuera una carga, pero sí una disciplina, una manera de vivir a la cual debían someterse.

### **Discuta con el grupo:**

1. ¿Cuál de los siguientes ítems le provoca más irritación?

- |                                |              |                  |
|--------------------------------|--------------|------------------|
| a. Dificultades con el jefe    | c. corridas. | E. miedo.        |
| b. Situaciones con el tránsito | d. finanzas. | F. enfermedades. |

### **Discuta con el grupo:**

1. Cite tres actividades que le gusta realizar para aliviar el estrés.

**Para pensar:** consecuencias del estrés.

- a. Envejecimiento precoz, obesidad y anemia.
- b. Alteraciones del sueño, el proceso digestivo y la función sexual.
- c. Baja inmunidad y causa caída del cabello. .
- d. Afecta las relaciones personales y familiares.

Además de estos síntomas físicos, las consecuencias psicológicas del estrés en la salud humana son igualmente dañinas. Entre estas se destacan la depresión, el autoritarismo y el sentimiento de insuficiencia. No es necesario que exista una sobrecarga exagerada para estresarse. En algunas ocasiones, se acumulan varios factores pequeños y sobrecargan al organismo produciéndonos estrés.

## **II. INTERPRETANDO EL TEXTO**

### **Discuta con el grupo:**

1. ¿Por qué ese texto bíblico es el mejor regalo para el estrés?

“Venid a mí todos los que estáis trabajados y cargados, y yo os haré descansar. Llevad mi yugo sobre vosotros, y aprended de mí, que soy manso y humilde de corazón; y hallaréis descanso para vuestras almas; porque mi yugo es fácil, y ligera mi carga” (Mateo 11:28-30).

**Para pensar:** Dios separó el sábado para el descanso, para el culto y para la dedicación a estar bien cerca de sus hijos. Es la medida divina contra el egoísmo, agotamiento, la autosuficiencia y la falta de fe para nuestros días. Hay una bendición para ti a través de la observancia del sábado. El sábado nos ayuda a restaurar el verdadero sentido de la vida.

### III. APLICANDO EL TEXTO

#### **Discuta con el grupo:**

1. ¿Sabía que la fatiga, el cansancio y el estrés funcionan como dispositivos que avisan que algo anda mal en el cuerpo? ¿Ya has pasado por momentos de estrés? Mencione tres ejemplos de consejos que le daría a alguien que pasa por un momento de angustia y ansiedad.

**Para pensar:** Etapas del Estrés.

a) **Alerta:** es la fase positiva en la cual el organismo sale del equilibrio interno, dando aviso que algo anda mal. Esto puede sucederle a todo el mundo.

b) **Resistencia:** fase en la que la persona intenta adaptarse y gasta mucha energía.

c) **Agotamiento:** fase en la que el individuo queda realmente desgastado y pueden surgir varias enfermedades como úlcera estomacal, ataque cardíaco, depresión, etc.

#### **Sugerencias para vencer el estrés:**

- Evite el uso de estimulantes (alcohol, cigarrillo, café y chocolate). Estos aumentan el estrés.

- Aliméntese bien y tome agua fuera de los horarios de comidas. Esta ayuda a controlar el estrés.

- Haga uso del sol hasta las 10 h o después de las 16 h.

- Haga ejercicios físicos regulares y duerma 8hs por noche.

- Mantenga buen humor, deposite sus ansiedades en las manos de Dios: El cuida de los que confían en él (Filipenses 4:6).

# 7

## POCO TIEMPO PARA LA COMUNIÓN

**ROMPIENDO EL HIELO:** Elena de White escribió: “Deberíamos acudir a la palabra de Dios y a la oración [...] debiéramos hacer de esto nuestra primera ocupación”. Basado en su experiencia personal, cite dos beneficios que trae la comunión.

### INTRODUCCIÓN:

Muchos dicen que la familia se parece a una obra teatral. Todos tienen un papel que desempeñar y del éxito del mismo depende el éxito de toda la obra. Cada miembro tiene su responsabilidad y están unidos por lazos afectivos y emocionales. Lo que le sucede a uno, sea positivo o negativo, afecta a todos. Por lo tanto, un elemento de extrema importancia es la comunicación: entre el matrimonio y entre los demás miembros de la familia. Una buena comunicación genera bienestar y funcionalidad familiar. Entonces, ¿por qué a veces las personas no se comunican con más efectividad dentro de la casa y no son felices?

**TEXTO PARA ESTUDIO:** Mateo 6: 25-33.

### DISCUSIÓN:

#### I. CONOCIENDO EL TEXTO

**Discuta con el grupo:**

1. ¿Hacia qué punto Jesús estaba llamando la atención de sus oyentes?
2. ¿Qué prioridad le estaban dando ellos a la vida y qué es lo que Jesús quería enseñar?

**Para pensar:** en los versículos 25 al 32, Jesús llama la atención de sus oyentes al hecho de que estaban buscando seguridad y felicidad en el lugar incorrecto. Ellos pensaban que teniendo dinero, comodidad y bienes serían más felices y estarían suplidas sus necesidades reales. En realidad, él afirma que nada de lo que hicieran

podría aumentar aunque sea un codo la altura de ellos. Por más bonitas que fueran sus ropas, no llegarían ni a los pies de un lirio del campo. Lo que Dios hace es mucho mejor. Jesús dice: “Más buscad primeramente el reino de Dios y su Justicia, y todas las demás cosas os serán añadidas”; ahí debería estar su prioridad principal.

## II. INTERPRETANDO EL TEXTO

### Discuta con el grupo:

1. Cuando Jesús hace esa declaración, ¿qué estaba afirmando? Si yo fuese a Jesús, ¿tendría auto, dinero y bienes? ¿Qué entiendes por “todas estas cosas os serán añadidas”?

**Para pensar:** así ocurre en la vida familiar. Los miembros se involucran tanto en las cuestiones de la vida, buscando una casa linda, un buen auto, un buen empleo, comodidad, que no les sobra tiempo para la comunicación, la comunión de unos con otros. Algunos expertos afirman que el tiempo que un matrimonio se comunica por día llega solo a diecisiete minutos, máximo. Y si la comunicación entre ellos es tan débil, qué decir de la comunicación con Dios, la fuente de la verdadera felicidad. Literalmente, no sobra tiempo para la comunión y, a pesar de tener todas las comodidades no son felices. Recuerde que usted puede tener la casa más linda del barrio o ciudad, pero Jesús puede convertirla en un hogar; puede tener un auto hermoso y potente, pero solo Jesús puede llevarlo al cielo. Cuando no existe tiempo para la comunión, ponemos en riesgo todo lo que tenemos y somos. La buena comunicación comienza con Dios, él es donde “todas las cosas serán añadidas”.

## III. APLICANDO EL TEXTO

### Discuta con el grupo:

1. Muchos de los problemas que se originan en el hogar son por falta de tiempo unos con otros y de no tener tiempo para la comunión con Dios. ¿Qué necesitas hacer para que eso no ocurra en tu vida familiar?

**Para pensar:** cuando reservamos tiempo para la comunión con Dios recibimos su sabiduría y poder para relacionarnos en familia. Dios nos promete: “Si me pones en primer lugar en tu vida, te prometo que todo terminará bien. ¿Tienes problemas con tu cónyuge, hijos o padres? Ponme primero en tu vida y te ayudaré. Todas las

cosas os serán añadidas.

El estudio de la Biblia activa la mente, fortalece la memoria y agudiza el intelecto. Separe una parte de cada día para el estudio de las escrituras y la comunión con Dios. De esa manera, tendrá fuerza espiritual y crecerá en el favor de Dios. Solo él puede darnos aspiraciones nobles: solo él es capaz de moldear el carácter según la semejanza divina. Dios espera de cada uno de nosotros una comunión diaria porque, a través de ella, transformará la mente y el corazón y hará brotar en nosotros los frutos del Espíritu.

**ROMIENDO EL HIELO:** ¿se ha detenido a pensar en cómo sería la vida sin su familia? ¿Te has dado cuenta cuán importante es tu familia? Cite tres ejemplos de amenazas que sufre la familia cristiana en un mundo posmoderno.

### INTRODUCCIÓN:

Cuando leemos o escuchamos las noticias, a menudo tomamos conocimiento de alguna familia que se está desintegrando; hijos que matan a sus padres, padres que abandonan los hogares, hijos que se odian, hijos maltratados. En su libro *A Arte de Relacionar-se na Família* (El arte de relacionarse en la familia), Manoel Nascimento P. de Souza, expresa que: “De todas las instituciones sociales responsables por la organización de la sociedad, ninguna es más importante que la familia”; si eso es verdad, la pregunta es: ¿qué es lo que sucede actualmente con las familias?

**TEXTO BÍBLICO:** 1ª Timoteo 5:8

### DISCUSIÓN:

#### I. CONOCIENDO EL TEXTO

**Para pensar:** la preocupación más importante del texto son, sin duda, las viudas, pero se aplica a cualquier miembro de la familia que necesite cuidados. Ese cuidado es, de acuerdo con el texto, de sustento aunque toda la necesidad humana necesita de cuidados de parte de todos aquellos que están en condiciones de hacerlo. En otras palabras, los principios básicos de este pasaje son: cuidado a los familiares y amor.

### Discuta con el grupo:

1. Analizando el texto, ¿qué podemos entender por “proveer para los



suyos”? (entrégueles papel y bolígrafo a todos y permita que cada uno escriba lo que piensa).

2. ¿Es posible que ese “proveer para los suyos” se refiera únicamente al aspecto financiero? Converse con la persona que tiene al lado sobre el cuidado que debemos tener con nuestros seres queridos. ¿Hasta dónde o hasta cuándo debemos tener ese cuidado?

**Para pensar:** Demonstrar amor, afecto y cuidado por los que forman parte de nuestra familia es, sin duda, una responsabilidad cristiana. Jesús nos dio un gran ejemplo de eso cuando pidió en la cruz que el discípulo cuidara a su madre, porque esta sufriría mucho la ausencia del hijo. Cuando nos cuidamos unos a otros, demostramos afecto y a quién pertenece nuestra vida.

## II. INTERPRETANDO EL TEXTO

### Discuta con el grupo:

1. ¿Cuáles son las mayores dificultades que enfrentan las familias?

**Para pensar:** Bíblicamente, la familia es más que simplemente personas que viven bajo el mismo techo. Significa comunión profunda unos con otros y ayuda mutua: “Las relaciones familiares deben ejercer una influencia santificadora. Los hogares cristianos, establecidos y dirigidos de acuerdo con el plan de Dios, contribuyen en forma admirable a la formación de un carácter cristiano” (El hogar cristiano, p. 15).

### Discuta con el grupo:

2. ¿Cuáles serían las soluciones para los problemas de la familia moderna de acuerdo con los que fue dicho por los participantes? (deje que cada uno se exprese)

3. ¿Cómo podemos ayudar a las personas que nos rodean a entender que ellos también necesitan “cuidar unos de otros en su familia”?

**Para pensar:** a nuestro alrededor, inclusive dentro de la iglesia, existen familias que pasan por diferentes crisis; como hermanos necesitamos orar siempre unos por otros y estar dispuestos a ayudar. Cuando nos enteramos de una familia que necesita ayuda es necesaria la sabiduría y así podremos acercarnos de manera amorosa y en el momento indicado, ayudarlos en su dificultad.

### III. APLICANDO EL TEXTO

#### Discuta con el grupo:

1. ¿Cuál es la influencia de una familia cristiana?

**Para pensar:** “La mayor evidencia del poder del cristianismo que se pueda presentar al mundo es una familia bien ordenada y disciplinada. Esta recomendará la verdad como ninguna otra cosa puede hacerlo, porque es un testimonio viviente del poder práctico que ejerce el cristianismo sobre el corazón. El Hogar Cristiano, p. 26.3 (EGW) La mejor prueba del cristianismo en un hogar es la clase de carácter engendrada por su influencia. Las acciones hablan en voz mucho más alta que la profesión de piedad más positiva” (El hogar cristiano, p. 26).

Para que usted y su familia sigan seguros, es necesario tomar algunas precauciones:

**Tómese tiempo para a su familia:** Recuerde que nada en esta vida supera al fracaso en el hogar. Si la familia es su prioridad, invierta en ella, dedique tiempo para conversar, jugar, conocerse mejor. El tiempo es una cuestión a priorizar.

**Sea amigo de sus hijos:** la mejor manera de protegerlos de la influencia corruptora de este mundo es siendo alguien digno de confianza, siendo amigos de verdad, sin acusaciones ni críticas.

**Ame la madre, ame el padre a sus hijos:** El hogar donde hay armonía entre los padres es un lugar donde los niños crecen emocionalmente más seguros y confiados.

**Honra a tu padre y a tu madre:** recuerda tú que eres hijo que el único mandamiento con promesa de vida larga y feliz es el que dice: “Honra a tu padre y a tu madre para que tus días en esta tierra se prolonguen”.

**Coloque a Dios en primer lugar:** aquel que busque en primer lugar su reino y su justicia será bendecido en gran manera (Mateo 6:33).

¿Desea tener una relación armoniosa, amorosa y feliz con su cónyuge, padres e hijos? Pónganse en las manos de Dios, y él promete que todo saldrá bien. ¿Qué tal si comenzamos ahora mismo ese

proceso? Póngase en sus manos, pídale que lo ayude en esta tarea y ¡sea feliz!

# 9

## DEPRESIÓN: ¿ES POSIBLE VENCERLA?

**ROMPIENDO EL HIELO:** ¿Qué sabes al respecto de la depresión? ¿A qué tipo de personas puede afectar? ¿La depresión indica falta de fe? Comente.

### INTRODUCCIÓN:

De acuerdo con Lloyd Perry y Charles Sell, la depresión se puede presentar de dos maneras: natural y neurótica. La natural generalmente se desencadena por una crisis, una circunstancia difícil o sea, existe una causa para su aparición. La neurótica, por otro lado, no presenta una causa aparente y se evidencia en un mal humor profundo y constante. Un ejemplo muy claro de la depresión natural se puede ver en la historia de Jonás, debajo de una calabacera, después de todo lo que paso en el incidente con Nínive.

En la depresión neurótica, varias pueden ser las causas, por ejemplo, síntomas físicos, la edad, menopausia e inclusive, una perspectiva equivocada del cristianismo. Una señora cristiana, que sufría de frecuentes momentos de depresión, después de leer un artículo de un psicólogo “cristiano”, que afirmaba que los creyentes nunca se deprimían, se preocupó mucho y se sintió mal. Comenzó a pensar que no era creyente y a dudar de su valor como esposa y madre. Más tarde, gracias a Dios, pudo darse cuenta de que el Señor la amaba y estaba con ella tanto en los días que estaba bien como en los días de depresión. Descubrió que lo que aquella persona había escrito no expresaba la verdad y que todos pueden estar sujetos a la depresión por alguna circunstancia de la vida.

Una depresión puede ser el simple cambio pasajero del estado de ánimo, pues todos tenemos altos y bajos, o una condición psicológica extremadamente obstinada y mala que sumerge a la persona más bajo del nivel normal. En estos casos, se hace importante la búsqueda de un profesional que pueda ayudar a la persona, inclusive, utilizando algunos medicamentos y terapias.

Es importante, también, hacer uso de otra herramienta importante: la terapia espiritual. Muchos personajes bíblicos pasaron por momentos de depresión y lograron grandes progresos al utilizar la terapia espiritual.

## **TEXTO PARA ESTUDIO:** Salmos 42, 43

### **I. DISCUSIÓN:**

#### **CONOCIENDO EL TEXTO**

##### **Discuta con el grupo:**

1. David presentó un cuadro de depresión natural tres veces. Se encontraba afligido por las circunstancias que lo rodeaban. ¿Cuál fue la herramienta que utilizó esas tres veces para soportar y vencer la tentación? (42:5-6; 42:8, 11; 43:4, 5).

**Para pensar:** Al recordar los grandes hechos que Dios realizó en favor de él y su pueblo, David reconoció que su Dios era mucho más grande que su aflicción. Que su Dios se hallaba por encima de cualquier dificultad por la que podría estar pasando y que, con seguridad, así como no había abandonado en el pasado, no lo abandonaría en los momentos de depresión. Desde ahí, se preguntó tres veces: “¿Por qué te abates, oh alma mía, y por qué te turbas dentro de mí?” (42:11) a lo que él mismo respondió: “Espera en Dios; porque aún he de alabarle”. ¡Cuán reconfortante debe haber sido para él esa afirmación!

### **II. INTREPRETANDO EL TEXTO**

##### **Discuta con el grupo:**

1. ¿Qué llevo a David a hacer tal declaración en los versículos 5 y 11 del Salmo 42 y el versículo 5 del Salmo 43?
2. ¿Crees que recordar lo que Dios ha hecho anteriormente en nuestras vidas nos ayuda a enfrentar mejor las dificultades? ¿Por qué?

**Para pensar:** David reconoció que los sentimientos que lo asolaban no representaban la realidad de su vida. A pesar de todas las dificultades, el Señor ya había hecho grandes cosas por él y por intermedio de él. Y, si pudo realizar dichas cosas, ¿no podría realizar un milagro más? Era como si el Señor le dijera: “No temas, yo

estoy contigo”.

### III. APLICANDO EL TEXTO

#### Discuta con el grupo:

1. ¿Por qué es tan importante dirigir nuestra mirada a Dios en los momentos de aflicción y tristeza?
2. ¿Qué lecciones puedes sacar para tu vida?

**Para pensar:** David supo sacar provecho de la contemplación divina. Cuando se sentía abatido, dirigía los ojos a lo alto y sabía de dónde vendría el socorro. De esta misma manera, usted puede obtener fuerzas para superar los momentos difíciles de la vida que muchas veces lo dejan abatido y deprimido. El mismo Dios que no abandonó a David, tampoco lo abandonará a usted. Él nos dejó la medicina para que nos proveyera de medicamentos y terapias, pero también nos dejó la Biblia y la oración para la terapia espiritual; meditar en las obras del Señor le traerá inmensa paz y confianza.

Mungo Park, viajero perseverante, perdido y ya desanimado en la inmensidad de un desierto africano, pensaba que todo estaba perdido pero, sin embargo, una flor de musgo de belleza extraordinaria detuvo su atención. Aunque no era más grande que sus dedos, la complejidad de sus raíces, hojas y pimpollos lo impresionaron. El ser que la plantó, regó y la llevó a la perfección en aquel inhóspito lugar, ¿podría dejar de conmoverse con el sufrimiento de las criaturas creadas a su imagen? ¡Por supuesto que no! Reflexiones como esa, impidieron que el hombre se desesperara y a pesar del hambre y el cansancio, se levantó y continuó el viaje, con la seguridad de que la ayuda estaba por llegar; y no fue decepcionado. (Pregando sobre os problemas da vida [Predicando sobre los problemas de la vida], p. 157). ¡Piense en eso!

**ROMPIENDO EL HIELO:** “Prueba”, “vamos, prueba”; estas frases son usadas muchas veces por personas que consideramos nuestros “amigos verdaderos”. En algunas ocasiones, la persona que oye, termina aceptando porque, a fin de cuentas, es su “amigo” quien lo invita. Si la invitación fuera para cosas buenas, no habría problema pero, por desgracia, la mayoría de las veces se trata de acciones malas. Es impresionante como somos influenciados por nuestras amistades. Comparta con el grupo una experiencia en que usted fue influenciado por el grupo. ¿Cuál fue el resultado?

### INTRODUCCIÓN:

Dios se preocupa mucho por este tema y, en varios pasajes de la Biblia se presenta esta cuestión: Proverbios 2: 12-22; 4: 14-19; 13:20; 22: 24,25; 1ª Corintios 15: 33 y especialmente el Salmo 1. Dicho pasaje es un salmo muy conocido y en él se presenta el camino del justo, el camino del malo y las consecuencias de cada senda.

**TEXTO PARA ESTUDIO:** Salmo 1; Proverbios 13:20; 1ª Corintios 15:33

### DISCUSIÓN:

#### I. CONOCIENDO EL TEXTO

**Discuta con el grupo:**

1. ¿Pueden las amistades malas realmente corromper nuestras decisiones?
2. ¿Recuerda alguna situación en su vida en que haya ocurrido eso?

**Para pensar:** el Salmo 1 presenta una progresión del raciocinio, donde el impío (o un mal amigo) se ve en una decadencia progresiva. Primero, la persona anda, después se detiene y al final se sienta. Para que todo eso suceda, es necesario que haya una amistad

que influya. Vea lo que dice el teólogo J.C Ryle en su libro *Uma Palavra Aos Moços* (Una palabra a los jóvenes), en la página 52: “los buenos amigos se encuentran entre las mayores bendiciones que podemos tener. Nos pueden alejar del mal, animarnos en nuestro caminar, darnos una palabra en el momento apropiado, llevarnos a pensar en las cosas de lo alto y seguir adelante en nuestra carrera cristiana. Sin embargo, un mal amigo es una verdadera desgracia, es un peso que continuamente nos tita abajo y nos ata a las cosas terrenales”.

## II. INTERPRETANDO EL TEXTO

### **Discuta con el grupo:**

Piense en Proverbios 13:20. ¿Es verdad que el medio en el que vivo y los amigos que me rodean me pueden influenciar tanto?

1. ¿Recuerda alguna situación en la que haya dicho algo solo a causa de sus amigos pero que después se sintió triste por lo que había hecho?

**Para pensar:** la Biblia presenta la preocupación de Dios por nuestras amistades porque como es nuestro creador sabe que esas amistades nos influyen mucho. Por ese motivo, dejó varios textos en las Escrituras con principios que nos ayudarán a escoger mejor nuestros amigos.

### **Discuta con el grupo:**

2. ¿Puede convivir con una mala compañía, sentarse a su lado, compartir momentos juntos, salir juntos y hablar de cosas en común sin que lo envuelvan o seduzcan con su maldad que, muchas veces, está muy bien camuflada en ropas inofensivas?

**Para pensar:** el hecho es que somos influenciados e influenciamos a nuestros amigos para bien o mal. A continuación se encuentran dos pensamientos muy oportunos:

“Como Israel, los cristianos ceden a menudo a la influencia del mundo, y se amoldan a sus principios y costumbres para ganar la amistad de los impíos; pero al fin se verá que estos supuestos amigos son sus enemigos más peligrosos” (Patriarcas y profetas, t. 2, p. 602).



“Y la intensidad de la amistad determinará la influencia que los amigos ejerzan unos sobre otros, para bien o para mal. Todos tendrán amistades, influirán en ellas y recibirán su influencia. {JT1 585.1}... El uno recibe el espíritu del otro y copia sus modales y actos” (Joyas de los testimonios, t. 1, p. 585)

### III. APLICANDO EL TEXTO

#### Discuta con el grupo:

1. ¿Cómo elegir nuestros amigos de la mejor manera posible? ¿Qué sugieres?

**Para pensar:** la amistad es un don de Dios y extremadamente importante para que nuestra vida social y emocional esté equilibrada. Dios no nos hizo para vivir en soledad. Entonces, para saber escoger amigos necesitamos, en primer lugar, escoger al mejor amigo de todos: Jesús (Proverbios 18:24).

“Si eligen compañeros que temen al Señor, su influencia los conducirá a la verdad, al deber y a la santidad. Una vida verdaderamente cristiana es un poder para el bien [...] Por nuestra relación de amistad y familiaridad con los seres humanos es cómo podemos ejercer una influencia elevadora” (Joyas de los testimonios, t. 1, p. 585).

Finalmente, el Salmo 119:63 dice: “Compañero soy yo de todos los que te temen y guardan tus mandamientos”.

**ROMPIENDO EL HIELO:** muéstrole al grupo fotografías sacadas de revistas que representen los sentidos (visión, olfato, audición). Pregunte: ¿por qué son tan importantes nuestros sentidos? ¿Qué tienen que ver con nuestro carácter? ¿Cómo podemos saber si estamos utilizando correctamente nuestros sentidos?

### INTRODUCCIÓN:

Existen muchas cosas que pasan desapercibidas y que constituyen la base para la realización de todas las actividades, por ejemplo, la respiración o el pensamiento. Pensar es una actividad constante que cada uno de nosotros realiza. De la misma manera como tenemos conciencia de la importancia del pensamiento y de la respiración, ambos suelen pasar desapercibidos. El pensamiento se forma con todo lo que entra en nuestra mente; de entre otras formas de entrada, destacamos la visión y la audición. Es algo muy importante que nos acompaña todo el tiempo y que debería ser considerado con mayor seriedad.

**TEXTO PARA ESTUDIO:** Filipenses 4:8.

### DISCUSIÓN:

#### I. CONOCIENDO EL TEXTO

**Discuta con el grupo:**

1. ¿Por qué Pablo relaciono las cosas buenas con el pensamiento?

**Para pensar:** los cristianos deben pensar cosas buenas. Sin embargo, la Biblia enseña que esa característica no se logra con el simple esfuerzo personal: por el contrario, es un subproducto de la presencia del Espíritu Santo. Los cristianos deben meditar en las cosas verdaderas, nobles, justas, puras, amables y de buena fama. Su mente debe estar llena de pensamientos virtuosos y honorables.

## II. INTERPRETANDO EL TEXTO

### Discuta con el grupo:

1. ¿Qué tipo de pensamiento producirá la mente que se detiene en pensamientos impuros?

**Para pensar:** Estamos analizando el pensamiento como un producto de aquello que colocamos en nuestra mente a través de los que vemos y oímos. Lo que Pablo parece querer decir es: si el pensamiento lleva a la acción, debemos estar unidos a lo bueno y puro de manera constante.

### Discuta con el grupo:

2. ¿Podemos controlar nuestros pensamientos? ¿Por qué?

**Para pensar:** lo que vemos y oímos influenciará nuestros pensamientos porque, además de proveernos material para definir conceptos, imágenes entre otros, producen, rebajan o recuerdan emociones o sentimientos dentro de nosotros. Por este motivo, es muy grande el poder de las propagandas con las imágenes bellas y un atractivo fondo musical.

## III. APLICANDO EL TEXTO

### Discuta con el grupo:

1. Nuestras oraciones suben al cielo pidiendo a Dios que nos libre de las tentaciones. Basado en el texto de Filipenses 4:8, ¿qué debemos hacer para que Dios nos oiga?

**Para pensar:** si usted no quiere ser pornográfico, entonces no piense en pornografía y, para no pensar, no vea ni escuche cosas sobre pornografía. El concepto bíblico de pureza deriva de una comprensión de la naturaleza de Dios, autor de todo lo verdadero. En este sentido, “todo lo verdadero” se refiere a todo lo que es moral y espiritual, a todo lo que es compatible con la lealtad de aquel que es “la verdad” (Juan 14: 6).

### Discuta con el grupo:

2. ¿Cómo podemos librarnos de todo lo que ha interferido en la lealtad para con Dios?

**Para pensar:** la decisión de no ver ni oír cosas impuras es suya, el poder para vencer es de Dios. Las personas cuyo corazón no ha sido transformado por el Espíritu de Dios descubrirán que, al fin

de cuentas, son incapaces de combatir el mal en su mente porque la condición de su corazón determina la condición de sus pensamientos. Solamente el poder del Espíritu habilita al cristiano a tener pensamientos obedientes a Cristo, a hablar y pensar con la verdad y actuar de manera positiva.

**ROMPIENDO EL HIELO:** En su opinión, ¿cuáles son las principales diferencias que pueden llevar a dos socios al fracaso de una actividad comercial?

### INTRODUCCIÓN:

- Parece que no entiendes Jacqueline. ¡Es tu futuro, tu vida, lo que está en juego!

- No, papá, es usted el que no entiende. Solo te estoy comunicando que, el martes próximo, el juez del registro civil disponible en el centro de la ciudad, nos casará.

- Todo bien, la decisión es tuya. Solo tengo una pregunta: ¿por qué Daniel no dudó en maltratarte delante de toda la familia cuando dijiste algo que no le gusto? Jacqueline, si te trata así ahora, cómo crees que te tratará cuando... (Diez mandamientos, p.13, 14).

**TEXTO PARA ESTUDIO:** 2ª Corintios 6:14-18.

### DISCUSIÓN:

#### I. CONOCIENDO EL TEXTO

La frase “no os unáis” se trata de una amonestación en contra de cualquier clase de asociación con incrédulos, quienes colocarían a los cristianos en situaciones donde les sería difícil, sino imposible, evitar la transigencia con sus principios. Esta prohibición incluye la relación matrimonial. La diferencia en ideales y en conducta entre los cristianos y los que no lo son, entre creyentes e incrédulos, es tan grande que establecer cualquier relación estrecha con ellos, ya sea en casamiento, en negocios o de otra manera, hace que inevitablemente el cristiano se enfrente a la alternativa de quebrantar un principio o de sufrir dificultades ocasionadas por la diferencia de creencias y conductas. (Comentario bíblico adventista, p. 873.)

### **Discuta con el grupo:**

1. ¿Qué es lo que quiere decir Pablo con “no os unáis en yugo desigual con los incrédulos”?
2. Identifique los contrastes que presenta Pablo cuando describe la incompatibilidad de la unión entre los creyentes y los incrédulos. En su opinión, ¿qué importancia le da Dios a este asunto? ¿Por qué?

**Para pensar:** Pablo hace cinco preguntas retóricas cuyas respuestas son obvias (vs.14-16) para destacar la irreconciliable oposición que hay entre el yugo de Cristo y del mundo. De ese modo, se prohíbe toda unión en la que el carácter, las creencias y los intereses del cristiano pierdan algo de su carácter distintivo e integridad. Un cristiano no debe entablar con el mundo relación alguna que exija una claudicación de su parte. Se traza claramente la línea de demarcación entre (1) la justicia y la injusticia, (2) la luz y las tinieblas, (3) Cristo y Satanás, (4) la fe y la incredulidad, (5) el templo de Dios y el templo de los ídolos. No puede haber alianza entre Cristo y Satanás, entre el verdadero Dios y el dios falso, entre el cristianismo y el paganismo. Pablo declara que un acuerdo o una alianza entre creyentes e incrédulos es igualmente inconcebible (Comentario bíblico adventista, p. 873).

## **II. INTERPRETANDO EL TEXTO**

### **Discuta con el grupo:**

A pesar de todas las diferencias que existen entre un cristiano y un incrédulo, muchos se dejan llevar por la pasión y se casan. ¿Cuáles son los peligros que corre un cristiano al casarse con un incrédulo? ¿Qué está en juego?

1. ¿El Cristiano elige relacionarse con los incrédulos porque le atrae el estilo de vida del mundo o por un sincero deseo de ser una bendición y ganarlos para Cristo?
2. ¿Cuál de las dos influencias es probable que prevalezca? ¿La de Cristo o la de Satanás?

**Para pensar:** el diccionario John D. Davis, define yugo o carga como una pequeña barra de madera con dos curvaturas en la parte inferior destinadas a los pescuezo de los bueyes que están encar-

gados de tirar los carros de los arados en el campo (Números 19:2). El concepto de yugo desigual viene de Deuteronomio 22:10: “No ararás con buey y con asno juntamente” Estos animales poseen naturalezas opuestas y ni siquiera son capaces de trabajar adecuadamente juntos. De la misma manera, es incorrecto que el cristiano se halle en el mismo yugo de los incrédulos.

### III. APLICANDO EL TEXTO

#### **Discuta con el grupo:**

“Pablo usa: sociedad, comunión, armonía y unión. Cada una de esas palabras se refiere a la presencia de algo en común. El término “concordia” (o armonía) da origen a nuestra palabra “sinfonía” y que se refiere a la bella música que surge cuando los músicos leen la misma partitura y siguen al mismo director. ¡Qué confuso sería que cada músico tocara a su manera! (Novo Testamento, Warren W. Wiersbe, p. 853). ¿Por qué es poco probable que exista armonía entre las personas que son de religiones opuestas?

**Para pensar:** Dios desea que compartamos con los demás (sociedad) los beneficios de la vida Cristiana. Desea que disfrutemos de la armonía y la unión al trabajar y vivir juntos. Cuando intentamos andar con Dios y con el mundo al mismo tiempo, rompemos la comunión y creamos discordia y división (ibíd.)

“El pecado no es algo abstracto; Detrás de todo lo que es puro, santo y justo están las fuerzas sobrenaturales del universo presididas por Cristo; detrás de todo lo que es malo e indigno están las fuerzas sobrenaturales de las tinieblas presididas por Satanás, y todo el mundo está detrás de uno o de otro (1ª Pedro 5: 8-9; Apocalipsis 12:11); (Comentario bíblico adventista, p. 873).

**ROMPIENDO EL HIELO:** nombre tres cosas que haría por un millón de dólares.

### INTRODUCCIÓN:

El mundo posmoderno trajo el imperialismo en el equipaje, convirtiéndonos en consumistas. Basta pasar por una tienda que tenga un cartel publicitario para sentirnos atraídos. El problema es que ese mundo posmoderno también trajo consigo algo que ha atrapado la vida de las personas y sus relaciones: las deudas. La palabra de Dios nos advierte en cuanto al peligro de tener una vida endeudada.

**TEXTO PARA ESTUDIO:** Romanos 13:8, Lucas 14: 28-30.

### DISCUSIÓN:

#### I. CONOCIENDO EL TEXTO

##### Discuta con el grupo:

1. ¿Qué quiere decir Pablo con “No debáis a nadie nada, sino el amar-nos unos a otros”?
2. ¿De qué manera las deudas pueden confundir nuestra fe?

**Para pensar:** el hombre, como ser integral, establece su vida en función de las diversas necesidades: la vida espiritual, familiar, profesional, social, emocional y como no podría faltar, la vida financiera. Un desajuste en cualquiera de estas áreas, es suficiente para causar desequilibrios, preocupaciones e infelicidad.

#### II. INTERPRETANDO EL TEXTO

##### Discuta con el grupo:

1. ¿Cuáles son los principios que expresa Lucas que pueden ayudarnos a tener una vida financiera sólida?



**Para pensar:** en este pasaje encontramos a Cristo que nos alerta sobre el precio del discipulado y también sobre el vivir en discipulado sin compromiso. Ser discípulo de Cristo significa renuncia, planificación y reconocimiento de aquello que viene con la elección, sin importar las pruebas. Jesús utilizó un ejemplo de planificación financiera. En otras palabras, de presupuesto, tanto a nivel empresarial como a nivel familiar y personal. Jesús dijo que antes de construir una torre es importante calcular todo lo que se gastará, por ejemplo, material, mano de obra, responsabilidades, etc. para que se esquematice cómo realizar el objetivo. ¿Tiene sentido comenzar cosas que no podremos terminar? No es necesario construir algo para aplicar ese conocimiento a nuestras vidas. Es importante diseñar un presupuesto familiar identificando primero las entradas y luego, en que se las gastará. Si seguimos los consejos de Cristo, no necesitaremos abandonar nuestros proyectos personales. “No es necesario especificar aquí cómo puede practicarse la economía en todo detalle. Aquellos cuyo corazón esté plenamente entregado a Dios, y reciban su Palabra como su guía, sabrán cómo deben conducirse en todos los deberes de la vida. Aprenderán de Jesús, que es manso y humilde de corazón; y al cultivar la mansedumbre de él, cerrarán la puerta a innumerables tentaciones” (El hogar adventista, p. 344).

### III. APLICANDO EL TEXTO

#### **Discuta con el grupo:**

1. ¿Cómo podemos ser exitosos financieramente de manera práctica?
2. ¿Qué puede revelar mi vida financiera sobre mi vida espiritual?

**Para pensar:** es increíble cómo la Biblia trae los aspectos básicos para una vida financiera saludable. En primer lugar, no gaste todo lo que recibe y, con seguridad, las obligaciones no se convertirán en deudas. Hoy en día, tenemos muchas maneras de gastar antes de recibir, y tenemos nuestras prestaciones, por eso, los estudios de vida financiera familiar apuntan a que para tener una vida financiera equilibrada, nuestros compromisos no deben sobrepasar el 30% de la renta líquida. Para lograr ese objetivo, es importante que tengamos un presupuesto bien definido y que lo sigamos con fidelidad. Será necesario que este presupuesto posea un fondo de reserva a la cual podríamos llamar “economía”. Con seguridad, si seguimos

los consejos bíblicos de planificación financiera, la única deuda que tendremos será la de amar más a nuestros hermanos.