**Aprende cuando estés a solas**

**Día 1: Nunca solos**

Revisa el video para esta sesión.



**Participa**

Lee [Génesis 40:14–23](https://ref.ly/logosref/Bible.Ge40.14-23).

**Considera**

Aun cuando hacemos lo correcto, Dios no promete que nuestras acciones nos pondrán de inmediato en una situación mejor. Servirle no significa que no pasemos dificultades. Pero cuando las experimentamos, el Señor está con nosotros, aunque nos sintamos solos.

|  |
| --- |
| **PREGUNTA**¿Crees que José hizo algo para tener que estar en la situación en la que se encontraba? ¿Por qué sí o por qué no? |

|  |
| --- |
| **PREGUNTA**¿Crees que José luchó contra la soledad? ¿Por qué sí o por qué no? |

**Reflexiona**

José interpretó correctamente los sueños del copero y el panadero, pero fue olvidado por ellos. José honró al Señor, pero a pesar de eso estaba preso. Pero, aunque sus circunstancias no eran fáciles, Dios era bueno con él.

|  |
| --- |
| **PREGUNTA**¿Cómo aprender a confiar en Dios cuando sientes que los demás te han olvidado? |

**Activa**

Dios estableció una manera de ayudarte a superar la soledad: la Iglesia. Es importante que te rodees de una comunidad de creyentes que amen a Jesús y que te animen cuando te sientas deprimido. Además, tal vez haya alguien en tu iglesia que necesite apoyarse en ti, o tal vez necesites apoyarte en esta persona. Acércate y pregúntale cómo le va.

**Ora**

Querido Padre Celestial, te doy gracias porque estás conmigo a pesar de mis circunstancias. Aun cuando me sienta solo, sé que tu amor nunca me abandona. Rodéame de personas que me apoyen y para quienes yo pueda ser un apoyo también. Ayuda a quienes hoy se sienten muy solos. Te amo. Amén.

**Aprende cuando estés a solas**

**Día 2: En cualquier momento y en cualquier lugar**

**Participa**

Lee [Salmo 139:1–18](https://ref.ly/logosref/Bible.Ps139.1-18).

**Considera**

Hay una gran diferencia entre la soledad y estar solo. El hecho de estar solo no significa que debemos sentirnos solos. Recuerda, el Señor nunca te abandona. En cualquier lugar que estés, y en cualquier momento, Dios está contigo. Él no te dejará solo.

|  |
| --- |
| **PREGUNTA**¿Cuánto sabía el Señor acerca del autor de este salmo? ¿Qué dice este salmo acerca del conocimiento de Dios sobre nosotros? |

|  |
| --- |
| **PREGUNTA**¿Qué dicen estos versículos sobre la presencia del Señor en nuestra vida? |

|  |
| --- |
| **PREGUNTA**¿Qué nos dice este pasaje acerca de la guía y el apoyo de Dios? |

**Reflexiona**

|  |
| --- |
| **PREGUNTA**¿De qué manera influye el saber que el Señor siempre está contigo en tu relación con Él? |

**Activa**

Toma nota de la mayoría de los lugares a los que vas normalmente en una semana. Luego, escribe «Dios» en cada uno de esos lugares. Recuérdate que no hay un lugar al que vayas donde Dios no esté contigo.

**Ora**

Querido Dios, gracias porque tu presencia nunca me abandona. Gracias porque tu fortaleza está disponible para ayudarme y por animarme cuando me siento deprimido. Ayúdame a recordar que estás conmigo dondequiera que vaya. Te amo. Amén.

**Aprende cuando estés a solas**

**Día 3: Fortalécete**

**Participa**

Lee [Isaías 40:26–31](https://ref.ly/logosref/Bible.Is40.26-31).

**Considera**

El profeta Isaías nos dio una percepción de cómo es Dios. Es tan grande, y sigue siendo bueno a pesar de cómo nos sintamos a veces. Incluso cuando nos sentimos deprimidos, podemos confiar en Dios para que nos dé nuevas fuerzas para que superemos las dificultades que tenemos que enfrentar.

|  |
| --- |
| **PREGUNTA**¿Qué cualidades de Dios descubrimos en este pasaje? |

|  |
| --- |
| **PREGUNTA**¿Qué piensas que significa que Dios da poder a los indefensos |

|  |
| --- |
| **PREGUNTA**¿Qué beneficio hay para quienes ponen su confianza en el Señor? |

**Reflexiona**

Cuando confiamos en Dios, esta Escritura nos promete que encontraremos nuevas fuerzas. Cuando nos sentimos débiles, Él nos hace fuertes.

|  |
| --- |
| **PREGUNTA**¿Cómo has visto a Dios darte nuevas fuerzas en tu vida? ¿Cómo puede eso ayudarte a confiar más en Dios? |

**Activa**

[Isaías 40:31](https://ref.ly/logosref/Bible.Is40.31) es un versículo poderoso de las Escrituras para recordar cuando nos sentimos solos. Proponte memorizarlo. Escríbelo, léelo en voz alta y colócalo en lugares donde lo veas continuamente. Deja que la Palabra de Dios te anime.

**Ora**

Señor, gracias por darme fuerza en mi debilidad. Gracias por darme lo que necesito en el momento oportuno. Enséñame a confiar en ti de una manera más profunda. Gracias por ayudarme. En el nombre de Jesús. Amén.

**Aprende cuando estés a solas**

**Día 4: La verdad que supera los sentimientos**

**Participa**

Lee [Proverbios 3:1–8](https://ref.ly/logosref/Bible.Pr3.1-8).

**Considera**

Nuestro enemigo, el diablo, intenta hacernos sentir aislados y solos. Pero a pesar de que los sentimientos de soledad son reales, no son la verdad de Dios respecto a nuestra vida. Nunca estamos totalmente solos. La mayor parte del tiempo, miramos las circunstancias a través de nuestra perspectiva limitada, pero debemos mirarlas a través de la verdad del Señor. El camino de Dios para nosotros no es la soledad.

|  |
| --- |
| **PREGUNTA**¿Qué pasa cuando confiamos en Dios y lo buscamos? |

|  |
| --- |
| **PREGUNTA**¿De qué manera dirías el versículo [3](https://ref.ly/logosref/Bible.Pr3.3) en tus propias palabras? |

|  |
| --- |
| **PREGUNTA**¿Cómo puedes buscar la voluntad de Dios para cada área de tu vida intencionalmente? |

**Reflexiona**

|  |
| --- |
| **PREGUNTA**¿En qué áreas de tu vida has tratado tú de tener el control en vez de confiar plenamente en Dios? |

**Activa**

Pasa hoy un tiempo en oración y conversa con Dios a solas. Coméntale acerca de las áreas de tu vida en las que tienes ganas de hacer lo que te parece mejor en vez de confiar totalmente en Él.

**Ora**

Padre celestial, sé que tu verdad nunca cambia, aun cuando mis circunstancias cambian constantemente. Ayúdame a confiar en ti con todo mi corazón, no solo a medias. Agradezco tu guía y presencia en mi vida. En tu santo nombre. Amén.

**Aprende cuando estés a solas**

**Día 5: Estaré siempre contigo**

**Participa**

Lee [Josué 1:1–9](https://ref.ly/logosref/Bible.Jos1.1-9).

**Considera**

Saber que el Señor está con nosotros dondequiera que vayamos debería consolarnos cuando nos sentimos solos. Incluso cuando creemos que estamos solos, no debemos sentirnos solos, porque Dios siempre está con nosotros.

|  |
| --- |
| **PREGUNTA**¿Qué manda el Señor a Josué? |

|  |
| --- |
| **PREGUNTA**¿Qué piensas que significa para ti ser fuerte y valiente en tu caminar con Dios? |

|  |
| --- |
| **PREGUNTA**¿Crees que los cristianos de hoy necesitan ser fuertes y valientes? ¿Qué te hace decir esto? |

**Reflexiona**

Al igual que las promesas de Dios a Josué, Dios promete estar con nosotros dondequiera que vayamos. Él nunca nos fallará ni nos abandonará. No necesitas tener miedo o desanimarte. No estás solo.

|  |
| --- |
| **PREGUNTA**¿Dirías que eres fuerte y valiente en tu fe en Dios? ¿Qué te hace decir esto? |

**Activa**

Piensa en algunas áreas de tu vida en las que necesitas ser más fuerte y valiente en tu confianza en Dios. Escribe algunas de ellas en tu aplicación o en un diario. Procura recordar a lo largo de esta semana que Dios está contigo dondequiera que vayas.

**Ora**

Padre Celestial, te doy gracias por estar conmigo dondequiera que vaya. Gracias por prometer que nunca me abandonarás, incluso si tengo momentos que me hacen sentir así. Rodéame con tu Espíritu para que sienta tu presencia sin importar dónde esté. Te amo. Amén.