**Aprende cuando estés a solas**

**Día 1: Aquí estoy**

Revisa el video para esta sesión.

[A person wearing a mask

Description automatically generated with medium confidence](https://tv-vod.faithlifecdn.com/assets/12576429/master.m3u8?key=DNJCwll2R4&sig=Jm8x7L0gOxoq61J3Bz05XGIjWORBX7fSJMMqCVyowm8)

**Participa**

Lee [Génesis 42:1–4](https://ref.ly/logosref/Bible.Ge42.1-4); [45:16–18](https://ref.ly/logosref/Bible.Ge45.16-18); [46:1–5](https://ref.ly/logosref/Bible.Ge46.1-5).

**Considera**

A veces podemos estar cegados por nuestro miedo, y eso nos impide obedecer la voz de Dios cuando nos habla. Rara vez esa voz es una voz audible. A veces es un sencillo susurro del Espíritu Santo a nuestra mente o un versículo que leemos en la Palabra de Dios.

Mientras Jacob ofrecía sacrificios al Señor, que era una forma de adoración, su conversación con Él reveló que luchaba con miedo al viaje que harían a Egipto. Esa noche, cuando Dios le habló, la Palabra que Él le dio fue exactamente lo que Jacob necesitaba para superar ese temor.

|  |
| --- |
| **PREGUNTA**  ¿Qué dijo Dios a Jacob que no hiciera |

|  |
| --- |
| **PREGUNTA**  ¿Qué promesa dio Dios a Jacob acerca de su familia? |

|  |
| --- |
| **PREGUNTA**  ¿De qué manera puede la adoración a Dios ayudarnos a vencer nuestros temores? |

**Reflexiona**

A pesar de nuestro temor todavía podemos adorar a Dios. La adoración que incluye la Palabra de Dios y la oración es un arma contra el miedo. El Señor quiere hablarnos. Sólo tenemos que estar dispuestos a escuchar su voz.

|  |
| --- |
| **PREGUNTA**  ¿Qué pasos puedes dar para aprender a escuchar la voz de Dios cuando tienes temor? |

**Activa**

El Señor quiere hablarnos para calmar nuestros temores, pero debemos escucharlo. Dedica un momento a escribir algunas cualidades de Dios que te recuerden que Él es mayor que tus temores. Por ejemplo, «Dios, tú eres Señor, sobre todo. Eres más poderoso que mis miedos. Tienes todo el control». En lugar de fijarte en tus preocupaciones, concéntrate en tu fe en Dios.

**Ora**

Querido Dios, te doy gracias porque estás conmigo aun cuando tengo miedo. Quieres calmar mis temores hablándome, y estoy dispuesto a escucharte. Ayúdame a adorarte incluso cuando sea difícil. Te amo. Amén.

**Aprende cuando estés a solas**

**Día 2: Desarrolla tu fe**

**Participa**

Lee [Santiago 1:2–4](https://ref.ly/logosref/Bible.Jas1.2-4), [12–18](https://ref.ly/logosref/Bible.Jas1.12-18).

**Considera**

Alimenta tu fe y mata de hambre a tu miedo. Cuando te enfocas en lo que te asusta, tus miedos crecen. Cuando te enfocas en Dios, se desarrolla tu fe. Entonces, cuando enfrentes los problemas, no tienes que reaccionar con miedo. Puedes responder con fe. Confía que Dios tiene control en la situación que estás enfrentando, ¡y que Él cuida de ti!

|  |
| --- |
| **PREGUNTA**  ¿Qué se supone que debes hacer cuando te enfrentas a problemas? |

|  |
| --- |
| **PREGUNTA**  Cuando se prueba la fe, ¿qué virtud tiene oportunidad de desarrollarse? |

|  |
| --- |
| **PREGUNTA**  ¿Qué sucede cuando tu constancia está plenamente desarrollada? |

**Reflexiona**

|  |
| --- |
| **PREGUNTA**  ¿Qué problemas en tu vida pueden ser oportunidades para alegrarse mucho? |

**Activa**

Piensa en las áreas de tu vida en las que te has preocupado. Muestra a Dios que quieres entregarle estas preocupaciones. Escribe cada una de ellas en una hoja de papel. Luego arrúgalo y tíralo como si estuvieras arrojando tus preocupaciones al cuidado del Señor. Él puede manejarlo todo. ¡Dios cuida de ti!

**Ora**

Padre celestial, sé que te interesas por cada detalle de mi vida porque me amas mucho. Ayúdame a recordar que los problemas me ayudan a llegar a ser quien tú quieres que yo sea. Tú tienes un gran plan para mi vida. Te entrego todas mis preocupaciones. Confío en ti. En el nombre de Jesús. Amén.

**Aprende cuando estés a solas**

**Día 3: Tú ya lo sabes**

**Participa**

Lee [Mateo 6:25–34](https://ref.ly/logosref/Bible.Mt6.25-34).

**Considera**

Dios conoce tus preocupaciones, y no se sorprende por ellas. De hecho, Él se anticipa a tus temores incluso antes de que los tengas. Recuerda, Él tiene grandes planes para tu vida. Dios no quiere que quienes lo aman no puedan suplir sus necesidades.

|  |
| --- |
| **PREGUNTA**  ¿Qué usa Dios como analogías para explicar su cuidado de ti? |

|  |
| --- |
| **PREGUNTA**  ¿Tenemos que decir a Dios todas nuestras necesidades, para que Él pueda estar al tanto de ellas? ¿Por qué sí o por qué no? |

|  |
| --- |
| **PREGUNTA**  ¿Cómo puede ayudarnos el buscar a Dios contra cualquier ansiedad que podamos tener? |

**Reflexiona**

Es maravilloso que nuestro Padre Celestial ya conoce todas nuestras necesidades, temores y preocupaciones.

|  |
| --- |
| **PREGUNTA**  ¿Qué cosas puedes cambiar en tu vida para reemplazar el temor con buscar a Dios? |

**Activa**

Dedica algún tiempo a reflexionar sobre algunas áreas de tu vida en las que necesitas confiar en Dios. En un diario, en una nota adhesiva, o en la aplicación, escribe: «Dios suplirá todo lo que necesito».

**Ora**

Padre Celestial, gracias por tu provisión en mi vida. Conoces lo que necesito incluso antes de que te lo pida, por esto sé que proveerás para mí. Te entrego todas mis preocupaciones, y sé que puedo confiar en ti plenamente. En tu perfecto y santo nombre. Amén.

**Aprende cuando estés a solas**

**Día 4: El amor que nunca se acaba**

**Participa**

Lee [Lamentaciones 3:21–26](https://ref.ly/logosref/Bible.La3.21-26), [55–57](https://ref.ly/logosref/Bible.La3.55-57).

**Considera**

El amor de Dios nunca se acaba. El miedo, que no es del Señor, intenta hacerte creer que no puedes librarte de él. Pero la verdad es que Dios está contigo. El amor del Señor por ti es absolutamente perfecto. ¡Su amor echa fuera el miedo!

|  |
| --- |
| **PREGUNTA**  ¿Qué clase de amor proporciona Dios que nunca se acaba? |

|  |
| --- |
| **PREGUNTA**  ¿Qué crees que significa «esperar en silencio» en el versículo [26](https://ref.ly/logosref/Bible.La3.26)? |

|  |
| --- |
| **PREGUNTA**  ¿Por qué es difícil esperar que el Señor nos responda cuando estamos preocupados o temerosos? |

**Reflexiona**

|  |
| --- |
| **PREGUNTA**  ¿Crees que el amor de Dios por ti nunca se acaba? ¿Por qué sí o por qué no? |

**Activa**

Escribe una nota a un buen amigo, diciéndole cuánto lo ama Dios. Envíale un mensaje de texto o un mensaje, coloca una nota en su casillero, envíalo por correo o entrégaselo personalmente.

**Ora**

Querido Dios, gracias por tu amor perfecto sobre mí. Sé que dices que no debo temer, y he decidido confiar en ti. Sé que estoy a salvo en ti. Ayuda a las personas de todo el mundo a saber cuánto las amas. En el nombre de Jesús. Amén.

**Aprende cuando estés a solas**

**Día 5: Paz**

**Participa**

Lee [Filipenses 4:4–9](https://ref.ly/logosref/Bible.Php4.4-9).

**Considera**

¿Qué pasaría si en lugar de preocuparnos, oráramos y agradeciéramos a Dios por ocuparse de nuestras preocupaciones cuando nos vienen a la mente? Esta es la receta para la paz de Dios. La paz de Dios supera todo lo que podemos entender.

|  |
| --- |
| **PREGUNTA**  En lugar de preocuparte, ¿qué te dice este pasaje que hagas? |

|  |
| --- |
| **PREGUNTA**  ¿Qué cuida la paz de Dios en nuestra vida? |

|  |
| --- |
| **PREGUNTA**  ¿Cuáles son las ocho cosas en las que debemos fijar nuestros pensamientos? |

**Reflexiona**

|  |
| --- |
| **PREGUNTA**  ¿En qué has fijado tus pensamientos últimamente? ¿Se han basado tus pensamientos más en el miedo o en la fe? |

**Activa**

Escribe y memoriza [Filipenses 4:6](https://ref.ly/logosref/Bible.Php4.6). Ponlo en un lugar donde lo veas todos los días.

**Ora**

Rey Jesús, gracias por darme la receta de tu paz para mi vida. En vez de preocuparme, oraré por las cosas que me preocupan. Gracias Señor de antemano por tu ayuda con estas preocupaciones. Ayúdame a concentrar mis pensamientos en las cosas buenas. Amén.

.