



Iglesia Adventista<sup>®</sup>  
del Séptimo Día



GRUPOS PEQUEÑOS  
GRANDES BENEDICIONES

A person with long brown hair, wearing a blue button-down shirt, stands in a field of tall, dry grass. They have their hands clasped near their face, looking down. The background is a soft, hazy sky. A large, green, low-poly geometric shape overlays the bottom right of the image, containing the title text.

# **SUPERANDO LAS DIFICULTADES**

**SERIE DE ESTUDIOS PARA  
GRUPOS PEQUEÑOS**

# **SUPERANDO LAS DIFICULTADES**

**SERIE DE ESTUDIOS PARA  
GRUPOS PEQUEÑOS**

## **EXPEDIENTE**

**Producción ejecutiva:** Directores de MIPES de la División Sudamericana

**Título:** “Superando las Dificultades”

**Categoría:** Grupos Pequeños

**Serie preparada:** Pr. Jonathan Solis- UCh

**Coordinación general:** Pr. Everon Donato- Director de MIPES DSA

**Diagramación y diseño:** Claudia Suzana R. Lima y Gustavo Leighton

**Revisión:** Leny Lima Vidal y Fanny Apaza

**Derecho de traducción:** Divisão Sudamerican

# I ÍNDICE

1.	Tened ánimo .....	07
2.	Cuando el dinero se acaba .....	10
3.	Tentación y victoria .....	13
4.	Esperanza en el lecho del dolor .....	15
5.	Cómo superar las dificultades en el matrimonio .....	18
6.	Victoria sobre la ansiedad .....	20
7.	Cómo enfrentar la muerte .....	22
8.	Alivio divino para la necesidad humana .....	25
9.	Remedio divino para la depresión humana .....	28
10.	La lucha contra el pecado .....	32
11.	Vencer la soledad .....	34
12.	Cura para el desánimo .....	37

# I PROGRAMA

Las cuatro etapas de un grupo pequeño:

- **Confraternización:** Recepción. Conversar sobre las actividades del día para “romper el hielo”.
- **Adoración:** Cánticos, oración, meditación, testimonios y estudio.
- **Estudio comparado de la Biblia:** Énfasis en la aplicación del texto para la vida.
- **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: \_\_\_\_\_

# I PRESENTACIÓN

Los grupos pequeños son una estructura indispensable para el crecimiento armonioso de la iglesia. Formar parte de una comunidad relacional no es sólo un privilegio, sino una necesidad para que los cristianos vivan los valores del Reino. Los grupos pequeños son esenciales para el pastoreo, el discipulado de los nuevos convertidos, la formación de líderes y el desarrollo de los dones espirituales.

Esta serie de lecciones ha sido preparada para que cada participante de los grupos pequeños disfrute de temas variados, a través de un lenguaje relacional. El contenido de este material propone ayudar a los miembros de la iglesia en América del Sur a crecer en tres áreas esenciales de la vida de un discípulo: comunión, relación y misión.

Nuestro deseo es que este material contribuya para una vida alegre con Cristo, promoviendo profundas reflexiones y también los cambios necesarios para el verdadero discipulado.

¡Éxito!

Pr. Everon Donato – Director Ministerio Personal DSA





# I TENED ÁNIMO

1

## PARA ROMPER EL HIELO

Cuando era estudiante, ¿por qué no le gustaba rendir pruebas? ¿Recuerda alguna experiencia positiva relacionada con las pruebas? ¿Se da cuenta que es más fácil acordarse de las experiencias negativas que de las positivas? Es porque las negativas nos marcan más.

## INTRODUCCIÓN

¿Qué es una prueba? Es un examen por medio del cual el profesor evalúa el nivel de conocimiento del alumno en una determinada materia. La persona que desea conducir un automóvil tiene que tener una libreta de conducir. Si usted tiene la suya, seguramente recuerda las pruebas que tuvo que rendir. Las empresas de neumáticos y frenos tienen “campos de prueba”, allí ellos examinan la calidad de los productos. En otras palabras, la calidad de los neumáticos y frenos son “probados”. Ellos son sometidos a situaciones de riesgo y agresión extrema para ver hasta qué punto son capaces de soportar.

Este es el trabajo de los institutos de calidad industrial. Ellos “prueban” los productos. Verifican si realmente son resistentes y hasta qué punto son confiables.

Entonces, ¿qué sería una prueba personal? Una prueba personal puede ser entendida como una gran prueba. O “la prueba” de la acción. Esta es una idea interesante porque, de hecho, las pruebas personales examinan las actitudes y el comportamiento.

**TEXTO PARA ESTUDIO:** Santiago 1:12

## I. CONOCIENDO EL TEXTO

### ***Discusión en grupo:***

De las ideas que aparecen en el texto, ¿cuál de ellas le impresiona más? Trate de explicar el motivo.

## II. INTERPRETANDO EL TEXTO

### ***Para pensar:***

El mensaje de este versículo no es un mensaje popular. Generalmente a nadie le gusta sufrir pruebas. Por eso es muy común oír que quien acepta a Jesús queda libre de las pruebas. De hecho, para Dios nada es imposible (Mateo 19:26). Pero, por otro lado, encontramos en la Biblia la realidad de las pruebas y del sufrimiento (Juan 16:33).

### ***Discusión en grupo:***

1. ¿Por qué Dios llama bienaventurados a aquellos que soportan las pruebas?

### ***Para pensar:***

Nuestro problema no son las pruebas, sino cómo reaccionamos ante ellas. El texto habla de “soportar con perseverancia”. Esta es una reacción positiva de sumisión a la voluntad y soberanía del Señor. El hijo de Dios busca mirar más allá del sufrimiento, hacia la corona de la vida eterna que el Señor prometió a aquellos que venzan las pruebas en el gran “campo de pruebas” de este mundo. Jesús dijo “tened ánimo...” (Mateo 14:27). Santiago 1:2 sugiere que la persona reaccione a las pruebas con alegría. Y en 1 Pedro 1:6 Dios prometió que las pruebas pasarán.

### ***Discusión en grupo:***

2. ¿Usted cree que conocer al Señor ayuda a soportar con paciencia las pruebas?

### III. APLICANDO EL TEXTO

#### ***Discusión en grupo:***

Discuta con el grupo: en este mundo es imposible vivir sin sufrimiento. Y ello nos prueba, examina nuestra fidelidad, nuestra confianza en Dios. Revelan si somos “oro” o “escoria”.

1. ¿Conoce a alguien que se rebeló contra Dios por causa de los sufrimientos?
2. ¿Qué podemos hacer cada uno de nosotros para soportar las pruebas, para vencer como Dios quiere que sean vencidas?
3. ¿Qué significa para usted poner sus ojos en Jesús? Hebreos 12: 1-3 podría ser la clave de la cuestión.
4. ¿Y confiar en Dios? (Salmos 125:1 e Isaías 40:31) Es imposible soportar las pruebas sin confianza.

### CONCLUSIÓN

Romanos 8:28 dice que hasta las pruebas y los sufrimientos cooperan para el bien de aquellos que aman a Dios. No se olvide: puede ser difícil, pero todo es cuestión de confianza y de actitud.

# CUANDO EL DINERO SE ACABA

2

## PARA ROMPER EL HIELO

¿Alguna vez enfrentó una dificultad financiera real? ¿Cuándo fue y cómo se sintió?

## INTRODUCCIÓN

Una de las cosas que trae sufrimiento en este mundo es la falta de dinero. Como se sabe, el dinero es una invención humana. Divide, rotula y margina a las personas. El amor al dinero ha sido la razón de muchos crímenes (1Timoteo 6:10). Se puede decir que existe la dificultad financiera real y la imaginaria. La real sería cuando el individuo no logra suplir las necesidades básicas de su vida. La imaginaria, cuando no tiene dinero para comprar cosas “superfluas”. Vivimos en una sociedad altamente consumista y necesitamos evaluar cuándo nuestra necesidad financiera es real o imaginaria.

**TEXTO PARA ESTUDIO:** Lucas 15:11-24

## I. CONOCIENDO EL TEXTO

### *Discusión en grupo:*

1. El padre del joven de la parábola, ¿era un hombre rico o pobre? ¿Cómo podemos saber?
2. Por lo que parece, el hijo recibió una buena herencia. ¿Qué hizo con ella?
3. ¿Cuál fue el resultado del mal uso del dinero?

El padre del hijo pródigo era un hombre rico. Hizo una fiesta cuando el hijo volvió. Ordenó que le cambiaran su ropa y colocaran un anillo en su

dedo. Esas eran características de personas ricas en la época de Jesús. El hijo recibió una fortuna, pero gastó todo. No ahorró. No se preocupó por el futuro. Vivió solo el presente desperdiciando lo que recibió del padre.

***Para pensar:***

Posibles razones para las dificultades financieras:

1. Gastar más de lo que se gana (Proverbios 13:7).
2. No ahorrar.
3. Ambición (Isaías 55:2 y Eclesiastés 5:10).
4. Ser perezoso (Proverbios 21:25; 26:13).

***Discusión en grupo:***

Además de esas razones, ¿cree usted que pueden existir otras? Explique. ¿Existe alguna situación en la cual una persona enfrenta dificultades financieras sin tener ninguna culpa?

## II. INTERPRETANDO EL TEXTO

***Discusión en grupo:***

Jesús no contó esta parábola para hablar del dinero. Tenía otros objetivos en mente. Pero las dificultades financieras enfrentadas por el hijo que salió de la casa nos enseñan que el dinero puede acabarse (Proverbios 23:5). ¿Conoce alguna historia parecida?

***Para pensar:***

El hijo quería vivir y creyó que la mejor manera de hacerlo era tomar su dinero y salir de casa. Analice Proverbios 11:15 y Eclesiastés 5:10. Descubra lo que estos versículos enseñan sobre el dinero y posibles dificultades financieras.

1. ¿Cómo fue que el hijo pródigo salió de la dificultad financiera? ¿Nota que la falta de dinero acabo siendo una bendición para él? Lo llevó a reconocer su error. Al analizar su situación decidió regresar hacia su padre.
2. ¿En qué circunstancias una dificultad financiera puede ayudarnos?

### III. APLICANDO EL TEXTO

Administrar correctamente el dinero es un desafío. Sea poco o mucho, cada persona necesita aprender el arte de la administración financiera personal. Veamos algunos consejos que nos pueden ayudar:

1. Trabajar duro (2 Tesalonicenses 3: 10-12).
2. Contentarse con lo que se tiene (Hebreos 13:5). Este fue un problema del hijo que salió de casa. No estaba satisfecho con lo que tenía. Quería más y acabó perdiendo todo.
3. Confiar en el Señor (Salmos 37:25).

***Para pensar:***

¿Qué relación puede existir entre la estabilidad financiera y la confianza en el Señor?

Lea esta promesa del Señor en Isaías 33:16. Compare con Salmos 37:25 y Malaquías 3:10-11 ¿Qué podemos aprender?

# TENTACIÓN Y VICTORIA

3

## PARA ROMPER EL HIELO

¿Qué entiende por tentación? El concepto que tiene de tentación, ¿es algo bueno o malo?

## INTRODUCCIÓN

Carlos era un niño de 10 años. Su madre hizo una torta de chocolate y le ordenó que no la tocara. Era la torta preferida de Carlos. Él jugaba en la calle en frente de la casa y no estaba para nada interesado en la torta. Pero sintió sed y entró a la cocina para tomar agua. Su madre había salido y estaba solo. En ese momento vio la torta y se tentó a comer un pedazo.

**TEXTO PARA ESTUDIO:** Santiago 1:13-15

## I. CONOCIENDO EL TEXTO

### ***Discusión en grupo:***

1. ¿Qué es la tentación? ¿Por qué Satanás necesita tentarnos?
2. ¿Quién es el tentador? ¿Representa el bien o el mal?

### ***Para pensar:***

Todos nosotros somos libres para elegir. Usted va a una tienda y ve un producto, usted elige comprarlo o no. Va a un Shopping y decide si toma un helado o no. La decisión es suya y ella depende de la voluntad. El mal necesita hacer que sintamos ganas. Tiene que poner en marcha nuestro deseo. Por eso es que necesita tentarnos.

### ***Discusión en grupo:***

1. ¿Cuál es la fuerza de nuestra voluntad? ¿Hasta dónde pueden llevarnos nuestros deseos?

## II. INTERPRETANDO EL TEXTO

### ***Discusión en grupo:***

El texto es claro al decir que somos tentados por nuestra propia codicia. La codicia es un deseo intenso. Ganas incontrolables, que nos dominan a punto de llevarnos a practicar el mal, o sea a pecar. Fue eso lo que el diablo hizo con Jesús en el monte de la tentación. Jesús estaba con hambre. Hacia 40 días que no comía. El tentador trató de despertar en él, el deseo de comer, lo que para el Maestro sería fácil, pues podría transformar piedras en pan. Pero Jesús resistió la sugerencia satánica (Mateo 4:1-4) y prefirió confiar en la Palabra de Dios.

### ***Para pensar:***

¿Por qué a veces cedemos a la tentación? De acuerdo con 1 Pedro 5:8-9 es porque no vigilamos como deberíamos. Nos falta sobriedad. O sea, tomar el asunto en serio. Y porque no resistimos con fe, acabamos cediendo.

### ***Discusión en grupo:***

1. ¿Qué es lo que Jesús dice que deberíamos pedirle a Dios en oración? Está en la oración del Padre nuestro (Mateo 6:13). ¿Qué es caer en tentación?

## III. APLICANDO EL TEXTO

El salario del pecado es la muerte (Romanos 6:23); en última instancia, Satanás quiere llevarnos a la muerte eterna, por eso nos tienta para que pequemos. ¿Qué dijo Jesús en Mateo 26:41? ¿Qué significa vigilar? ¿Qué tipo de oración deberíamos hacer para no caer en tentación?

La tentación es real. Por lo tanto, necesitamos de Dios para vencerla. El secreto está en Santiago 4:7-10.

### ***Para pensar:***

1. ¿Qué es sujetarse a Dios?
2. Además de sujetarnos a Dios, ¿Qué deberíamos hacer? Descubra otras ideas que el texto brinda para que seamos capaces de vencer la tentación.

Complete los secretos de una victoria real sobre la tentación y el mal, leyendo Efesios 6:11-18.



# ESPERANZA EN EL LECHO DEL DOLOR

4

## PARA ROMPER EL HIELO

La enfermedad entre los seres humanos es una triste realidad. ¿Jesús tiene poder para curar cualquier enfermedad? Es cierto que Él se preocupa por nuestra salvación, pero ¿y por nuestra salud física?

## INTRODUCCIÓN

Tratándose de promesas divinas, el profeta Jeremías escribió con mucha propiedad: “Mas yo haré venir sanidad para ti, y sanare tus heridas dice Jehová” (Jeremías 30:17). Y el salmista David nos conforta: “Bienaventurado el que piensa en el pobre, en el día malo lo librará Jehová, Jehová lo guardará, y le dará vida, será bienaventurado en la tierra, y no le entregará a la voluntad de sus enemigos. Jehová lo sustentará sobre el lecho del dolor; mullirás su cama en su enfermedad” (Salmos 41: 1-3). El evangelista Juan en su tercera carta expresa el deseo de Dios: “Amado, yo deseo que seas prosperado en todas las cosas, y que tengas salud, así como prospera tu alma” (3 Juan 1:2).

**TEXTO PARA ESTUDIO:** Salmo 103:1-3

**Reflexión:**

“La religión de la Biblia no es perjudicial para la salud del cuerpo ni de la mente. La influencia del espíritu de Dios es la mejor de todas las medicinas que puede recibir un ser humano enfermo. Todo es salud en el cielo; y el inválido creyente se recuperará con más certeza cuanto más profundamente se dé cuenta de las influencias celestiales” (EGW, *El ministerio médico*, p.14).

## I. CONOCIENDO EL TEXTO

**Discusión en grupo:**

A pesar de los dolores y sufrimientos que usted ha enfrentado, ¿Dios le proporcionó algún beneficio? ¿Puede enumerar algunos?

**Para pensar:**

“El sistema inmunológico es un espejo de la vida, que refleja sus alegrías y angustias, su exuberancia y enfado, su risa, su excitación y depresión, sus problemas y expectativas. Casi nada de lo que penetra en la mente deja de influir en las actividades del cuerpo” (*Head first: Biology of Hope*, p. 35-36).

## II. INTERPRETANDO EL TEXTO

**Discusión en grupo:**

1. “Él es quien perdona todas nuestras iniquidades”. ¿La culpa puede generar algún tipo de enfermedad?

**Para pensar:**

“Busquemos, y hallaremos. Dios nos busca, y el mismo deseo que sentimos de ir a él no es más que la atracción de su Espíritu. Cedamos a esta atracción. Cristo intercede en favor de los tentados, los errantes y aquellos a quienes falta la fe” (EGW, *El discurso maestro de Jesucristo*, p. 102).

2. ¿Dios quiere y puede “sanar todas tus dolencias”?

***Para pensar:***

“Porque de tal manera amó Dios al mundo que ha dado a su Hijo unigénito, para que todo aquel que en él cree, no se pierda más tenga vida eterna” (Juan 3:16).

### III. APLICANDO EL TEXTO

***Discusión en grupo:***

La obediencia a los mandamientos de Dios, ¿trae algún beneficio para la salud del cuerpo humano?

***Para pensar:***

“Si oyeres atentamente la voz de Jehová tu Dios e hicieres lo recto delante de sus ojos, y si dieres oído a sus mandamientos y guardares todos sus estatutos, ninguna enfermedad de las que envié a los egipcios te enviaré a ti; porque yo soy Jehová tu sanador” (Éxodo 15:26).

## CONCLUSIÓN

“Es posible ser redimidos de los pecados...y aun así sufrir de alguna enfermedad. Antes de la venida de Cristo no estaremos totalmente libres de la posibilidad de enfermarnos”. (Lección de Escuela Sabática de maestros, I Trimestre, 1993, p. 15).

# CÓMO SUPERAR LAS DIFICULTADES EN EL MATRIMONIO

5

## PARA ROMPER EL HIELO

¿Alguna vez escuchó algo sobre el divorcio? “No amo más, no siento más nada por él o por ella”. Muchas parejas se sientan a la misma mesa, duermen en la misma cama, van a la misma iglesia, pero están emocionalmente separados. ¿Qué lleva a esta situación? ¿Hay solución?

## INTRODUCCIÓN

El sabio Salomón escribió mucho sobre el amor. Él dice “Ponme como un sello sobre tu corazón, como una marca sobre tu brazo; porque fuerte es como la muerte el amor” (Cantares 8:6). “Las muchas aguas no podrán apagar el amor, ni lo ahogarán los ríos. Si diese el hombre todos los bienes de su casa por este amor, de cierto lo menospreciarían” (Cantares 8:7). El apóstol Pablo recomienda: “Maridos, amad a vuestras mujeres, y no seáis ásperos con ellas” (Colosenses 3:19). “...que enseñen a las mujeres jóvenes a amar a sus maridos...” (Tito 2:4).

**TEXTO PARA ESTUDIO:** Efesios 5:2-23

## I. CONOCIENDO EL TEXTO

### *Discusión en grupo:*

1. Tomando como base el inicio del versículo 22, ¿cuál es el mandato bíblico para la esposa con relación al marido?
2. ¿Cómo esa actitud puede minimizar las dificultades en el matrimonio?
3. De acuerdo con el final del versículo 22, ¿Cuál es el patrón que, si fuera seguido, evitaría extremos de ambos lados?

**Para pensar:**

“Cuando los maridos exigen de sus esposas una sumisión completa, declarando que las mujeres no tienen voz ni voluntad en las familias, sino que deben permanecer sujetas en absoluto, colocan a sus esposas en una condición contraria a la que les asigna la escritura. Al interpretar esto así, atropellan el propósito de la institución matrimonial...” y más adelante leemos: ‘Maridos, amad a vuestras mujeres y no seáis desapacibles con ellas. ¿Por qué habría de ser un marido desapacible con su esposa? Si descubre que ella yerra y está llena de defectos, un espíritu de amargura no remediará el mal’.” (EGW, *El hogar cristiano*, p. 101).

## II. INTERPRETANDO EL TEXTO

**Discusión en grupo:**

1. ¿Qué espera Dios del marido, con relación a su esposa? Versículo 25.
2. ¿Cuál debe ser la intensidad de ese sentimiento?

**Para pensar:**

“Dios ordenó que hubiese perfecto amor y armonía entre los que asumen la relación matrimonial. La esposa ha de respetar y reverenciar a su esposo, y el esposo ha de amar y proteger a su esposa” (EGW, *El hogar cristiano*, p. 88).

## III. APLICANDO EL TEXTO

**Discusión en grupo:**

“Así también los maridos deben amar a sus mujeres como a sus mismos cuerpos. El que ama a su mujer, a sí mismo se ama” (Efesios 5:28). ¿Cómo ocurre eso? ¿No son dos personas?

1. Cuando uno de los cónyuges imagina (o cree) que el amor se acabó, ¿qué hay que hacer?

**Para pensar:**

Es necesario entender que el amor no es un sentimiento, es una decisión. Cuando una amistad se rompe, no significa que el amor se terminó, podrá ser erguido nuevamente en el momento en que se decida dar otra oportunidad al cónyuge. Tiene que volver a decidir amar ¡cómo en el inicio del noviazgo!

# VICTORIA SOBRE LA ANSIEDAD

6

## PARA ROMPER EL HIELO

1. ¿Cuál es su sueño de consumo? ¿Ropas, perfumes, viajes, autos, bicicletas, alguna otra cosa?
2. ¿Qué sería capaz de hacer para realizar ese sueño?

## INTRODUCCIÓN

“Sueño de consumo” es todo aquello que todavía no se tiene, pero se desea mucho. Varía mucho de una persona a otra y depende de la realidad de cada uno. Los “sueños de consumo” representan deseos acariciados y no satisfechos. Existen aquellos que tienen como “sueño de consumo” un Ferrari, un viaje a Europa, una ropa de marca u otras cosas más. A veces nuestras necesidades reales coinciden con un “sueño de consumo”. Hay diferencias entre sueños, deseos y necesidades. Pero soñar con la satisfacción de cualquier necesidad real hace legítimo el sueño. ¿Hay alguna cosa que usted o su familia necesiten actualmente? ¿El grupo puede saber?

**TEXTO PARA ESTUDIO:** Mateo 6:25-34

## I. CONOCIENDO EL TEXTO

### ***Discusión en grupo:***

Discuta con el grupo: Este texto bíblico es parte integrante del “Sermón del monte”, considerado como el mayor discurso de Cristo. En él, el Señor confrontó a sus seguidores, expuestos desde siempre a injusticias y discriminación. Los instruyó en la manera de relacionarse con Dios,

con el prójimo, con ellos mismos y con la vida. Los animó a orar y confiar en Dios (Mateo 7:7-11).

## II. INTERPRETANDO EL TEXTO

### ***Discusión en grupo:***

1. ¿Le parece que Jesús estaba abordando el tema de los “sueños de consumo” hablando de necesidades reales?
2. ¿Cuándo el hecho de alimentarse deja de representar la satisfacción de una necesidad real y se transforma en la realización de un “sueño de consumo”?
3. ¿Qué producto alimenticio considera indispensable en su día a día?
4. ¿Cuál es la bebida que más aprecia? ¿Es esencial para la vida en el planeta?
5. ¿Qué función tienen las vestimentas? Cuando la ropa es “de marca”, ¿cumple alguna función adicional?

## III. APLICANDO EL TEXTO

### ***Discusión en grupo:***

Los gorriones se encuentran por todas partes. ¿Qué actividad ejercen que resulte en la producción de alimentos para sí o para sus pichones? (Mateo 6:26). Los lirios en el oriente son flores muy frágiles y por eso mismo efímeras. Se abren por la mañana y a la noche se cierran para dormir. Al día siguiente hacen lo mismo. En el tercer día, ellas hacen un esfuerzo para abrirse, pero sus pétalos se caen y marchitan.

### ***Discusión en grupo:***

1. ¿Cuál es el argumento empleado por Jesús con el fin de inducirnos a descansar en el Señor? (Mateo 6:26 última parte, Mateo 6:30).

### ***Para pensar:***

“No se aflijan por nada, sino preséntenselo todo a Dios en oración; pídanle, y denle gracias también. Así Dios les dará su paz, que es más grande de lo que el hombre puede entender, y esta paz cuidará sus corazones y sus pensamientos, por medio de Cristo Jesús” (Filipenses 4:6-7, DHH).

# CÓMO ENFRENTAR LA MUERTE

7

## PARA ROMPER EL HIELO

Una persona que sale a la calle puede llegar a recibir un baño de agua sucia, provocado por un vehículo que pasa por un pozo de agua después de una lluvia torrencial.

1. ¿Se puede evitar una experiencia como esa? ¿Cómo?
2. Cuente al grupo algo que le ocurrió y que podría ser evitado.
3. ¿Se sintió imponente delante de algún problema personal o familiar? ¿Cuál problema?

## INTRODUCCIÓN

Todos enfrentamos tormentas en la vida. En este mundo, acometido por el pecado, nadie está libre de enfrentar dificultades. Sin embargo, en la experiencia de Lázaro encontramos la certeza de que, en Jesús, podemos enfrentar con confianza aun las circunstancias más terribles de la vida.

**TEXTO PARA ESTUDIO:** Juan 11:25 e 26

## I. CONOCIENDO EL TEXTO

### ***Discusión en grupo:***

Discuta con el grupo: En la historia de Lázaro vemos una familia vencida por su lucha contra la enfermedad de uno de sus integrantes. La muerte de Lázaro representó un golpe terrible para sus hermanas. El autor no revela si ellos acudieron a recursos médicos disponibles.



***Discusión en grupo:***

1. ¿Qué providencias tomaron sus hermanas, de acuerdo con Juan 11:3?
2. ¿Cuánto tiempo después de haber recibido la noticia, Jesús dejó el lugar donde estaba y fue a atender el pedido de auxilio? Juan 11:6.
3. ¿Cuántos días después del entierro de Lázaro, Jesús llegó a la aldea donde vivía la familia? Juan 11:17.
4. ¿Por qué Marta creía que si Jesús hubiera estado en Betania, su hermano se habría sanado de la enfermedad? Juan 11:21-27.

**II. INTERPRETANDO EL TEXTO*****Discusión en grupo:***

1. ¿Por qué Jesús no atendió enseguida el pedido de socorro de Marta y María?
  - a. ¿No le dio importancia al caso?
  - b. ¿Tenía miedo de ser muerto por los judíos?
  - c. ¿Aquella enfermedad no era para muerte?
2. ¿Qué hechos revelan que Dios fue glorificado en la experiencia de esa familia? Lea Juan 11:14 y 15; 39 a 45.

**III. APLICANDO EL TEXTO*****Discusión en grupo:***

1. ¿Quién es usted en la historia?
  - a. Lázaro enfermo.
  - b. Lázaro muerto.
  - c. Lázaro resucitado.
  - d. Marta o María.
  - e. Discípulos.
  - f. Judíos.

g. Fariseos, sacerdotes o miembros del Sanedrín.

h. Jesús.

2. ¿Cuál es la principal lección que Dios le enseñó en este texto?

***Para pensar:***

Hablándole a Marta, en el intento de reconfortarla por la pérdida del hermano, Jesús dijo: “Tu hermano resucitará” (Juan 11:23). A esta declaración ella respondió diciendo; “yo sé que resucitará en la resurrección, en el día postrero” (v. 24). “No os maravilléis de esto; porque vendrá hora cuando todos los que están en los sepulcros oirán su voz” (Juan 5:28).

# ALIVIO DIVINO PARA LA NECESIDAD HUMANA

8

## PARA ROMPER EL HIELO

1. ¿Cuál ha sido su reacción cuando ve a alguien pasando por algún tipo de necesidad y usted tiene condiciones de ayudar?
2. ¿Cómo se sintió cuando, delante de una necesidad, alguien le extendió la mano?

*“La vida es un columpio, podemos subir o bajar en cualquier momento” D.T.M.*

## INTRODUCCIÓN

David, el segundo rey de Israel, tuvo una vida de altos y bajos. Pasó por muchas situaciones en las cuales necesitó de ayuda y, en otras, pudo aliviar el fardo de muchas personas. La belleza de la vida de David fue tener inspiración en todos los momentos de su existencia y escribir testimonios de la acción poderosa de Dios.

Debemos diferenciar las necesidades reales, de las necesidades irreales. Necesidades urgentes, de necesidades que pueden esperar, o sea las básicas y las superfluas. Las necesidades ilusorias, fantasiosas, en fin, cual sea el criterio para evaluar.

**TEXTO PARA ESTUDIO:** Salmos 23

## I. CONOCIENDO EL TEXTO

### ***Discusión en grupo:***

1. ¿Qué significa que alguien tiene necesidades reales? Lucas 15:14
2. ¿Debemos o no orar antes de ayudar a alguien?
3. ¿Podemos seguir nuestros impulsos y actuar por lo que vemos? Hechos 20:34.

### ***Para pensar:***

El salmo 23, es el salmo más conocido por los cristianos, afirma que Dios está presente en la vida del creyente. Cada versículo busca garantizar la estabilidad emocional, espiritual y seguridad material de los que confían en el Señor. Cada versículo trae alivio a las necesidades que tenemos. David habla de una experiencia personal que tuvo con Dios y testifica del cuidado y protección que recibimos cuando el Señor es nuestro Pastor. Las necesidades pueden ser oportunidades para conocernos mejor a nosotros mismos y también a los otros. En el Señor, todas nuestras necesidades pueden ser suplidas. Crea que, si el Señor estuvo con usted ayer, ciertamente lo estará hoy. Lea Filipenses 4:19.

## II. INTERPRETANDO EL TEXTO

### ***Discusión en grupo:***

1. ¿Cuáles son los tipos de necesidades de las personas?

Ejemplo: alimentación, educación, habitación, religión, necesidades emocionales, etc.

2. ¿Por dónde debemos empezar? Si Dios garantiza lo necesario, ¿esto significa que el creyente no pasa por necesidades?

### ***Para pensar:***

Somos parte de un rebaño, nuestras necesidades son diarias. Dios cuida de los pájaros, tiene contados nuestros cabellos, sabe el nombre de todas las estrellas, las galaxias insondables. La bendición de ayer debe ser conmemorada para siempre y nuevas provisiones serán hechas en nuestro favor. David en toda su vida supo lo que es sufrir. Se arrepintió y se sostuvo firme en Dios.

### III. APLICANDO EL TEXTO

#### ***Discusión en grupo:***

1. ¿Qué necesita cambiar en su vida para que Dios sea su pastor?
2. Cuando usted tenga que pasar por alguna necesidad (o quizás está pasando hoy) ¿Cuál será el versículo que más lo alentará?

#### ***Para pensar:***

El versículo 4 habla del valle de sombra y de muerte, o sea lo que peor pueda suceder (o ya le sucedió) porque todos somos vulnerables, pero aún en esta situación Dios estará con nosotros y promete consolarnos.

El salmo 23 es una declaración de David, de que vivir con Dios le dio resultado. Este es el salmo más conocido en el mundo, por eso necesitamos conocer al Dios de este salmo. Confíe, Él puede conducirlo muy bien.

# REMEDIO DIVINO PARA LA DEPRESIÓN HUMANA

9

## PARA ROMPER EL HIELO

Varios son los sentimientos que tenemos diariamente en nuestra existencia. Nuestro humor puede variar. En la vida tenemos que enfrentar pruebas, el dolor y la pérdida que atormenta y afecta a cada ser humano. Hoy, lamentablemente, es común encontrar personas con problemas de salud tanto de orden emocional como de orden física. ¿Cómo hemos convivido con las personas que sufren depresión?

¿Cómo lidiar con la tristeza incontrolada, la ansiedad, el miedo, la inseguridad, la fatiga, los sentimientos de culpa, la falta de placer, las ganas de desaparecer o, hasta de morir? ¿A quién recurrir?

## INTRODUCCIÓN

La Biblia nos relata las victorias y derrotas de los hombres, sus alegrías y tristezas, cualidades y defectos, salud y enfermedad. Si hacemos un estudio retrospectivo de la Biblia, desde el punto de vista humano, encontraremos personas deprimidas. Por ejemplo: Isaías, Jeremías, Saúl, David, etc. (Salmos 116:1-9). La depresión no es una enfermedad moderna sino una enfermedad que aumentó en gran medida como resultado del posmodernismo.

**TEXTO PARA ESTUDIO:** 1 Reyes 19:3-18

## I. CONOCIENDO EL TEXTO

### ***Discusión en grupo:***

¿Cómo, después de una demostración tan poderosa e inédita de Dios, Elías pudo tener una recaída tan grande y escapar de una amenaza inferior a todo lo que ya había enfrentado?

### ***Para pensar:***

Según DSM/CID 10, (*Distributed Shared Memory*—Memorias distribuidas compartidas / Clasificación Internacional de Dolencias) la depresión es una enfermedad tan real como cualquier otra que pueda existir. Compromete el físico, el humor y en consecuencia el pensamiento. La depresión cambia completamente la manera de cómo el individuo ve el mundo; una enfermedad afectiva que resulta en inhibición, sacando el placer, la voluntad y la convivencia normal. El depresivo prefiere estar solo, escapa hasta de sí mismo y de las personas, se considera un peso, un estorbo. Elías, que hoy está en el Cielo, es un ejemplo de alguien que pasó por una crisis de depresión. Después del éxito enseguida vino el fracaso.

## II. INTERPRETANDO EL TEXTO

### ***Discusión en grupo:***

En su opinión, ¿Elías tuvo una recaída por falta de oración o por causa de la depresión?

### ***Para pensar:***

Hay muchas personas que no conocen y no respetan a las personas deprimidas. Muchas personas son excluidas del medio social, académico, profesional y hasta eclesiástico por su alteración de humor, atrasos o faltas en el horario acordado. Depresión no es una cuestión de falta de fe o de oración, se trata de una enfermedad que puede afectar a cualquier persona, niños, adolescentes, adultos, así como a hombres y mujeres, ricos o pobres. El problema está en el prejuicio y la falta de conocimiento. Los diabéticos, los hipertensos, los parapléjicos, los que tienen cáncer, etc. Todo tipo de enfermedad parece “normal” pero, la depresión no es vista por muchos como una enfermedad grave o incluso con riesgo de muerte. Para algunos es enfado, falta de fe o hasta locura.

Elena de White dice que el noventa por ciento de las enfermedades tienen origen en la mente (ver *Consejos sobre la salud*, p. 321).

***Discusión en grupo:***

1. ¿Por qué Dios continuó apoyando al profeta Elías?
2. ¿Qué nos enseña Dios con esto?

***Para pensar:***

Todo tipo de enfermedad es mala; todas las enfermedades vinieron por el pecado. Satanás quiere destruir nuestra mente, pues es por medio de ella que logramos mantener comunión con Dios. El deprimido es una persona normal que tiene depresión. Dios muestra su amor de forma igual, sin discriminación: Dios ama al deprimido.

***Discusión en grupo:***

¿Conoce a alguien deprimido? ¿Cómo ha convivido con esa persona?

### III. APLICANDO EL TEXTO

***Discusión en grupo:***

¿Qué podemos hacer para ayudar y orientar a una persona depresiva? Eclesiastés 9:10.

***Para pensar:***

Necesitamos entender y aceptar que está probado científicamente que la depresión es una enfermedad. Nadie normal juega a “quedar enfermo”. La depresión no es falta de fe, falta de oración, falta de lectura, etc. Cuando alguien manifiesta pesimismo, tristeza, pérdida o aumento del apetito, baja autoestima, dificultad de concentración, cansancio, insomnio o exceso de sueño, descuido en la apariencia, hasta en la higiene personal, disminución del desempeño sexual, dolores que no corresponden a un tratamiento específico, ideas de muerte (desear algo fatal) ideas suicidas (buscar una manera de quitarse la vida) debemos prestar atención, pues pueden ser señales de depresión. Elías tuvo alguno de esos síntomas.

Cuando percibimos que la persona no está consiguiendo sobrevivir emocionalmente, lo correcto es encaminarla a un profesional del área de la salud, un psicólogo que trate al paciente en la línea del



comportamiento cognitivo; cuando el cuadro no tenga mejoras, busque un psiquiatra para una medicación correcta. Dentro de lo posible, un profesional cristiano.

***Para pensar:***

Jamás debemos medicar a un depresivo, recomendar hierbas o medicación natural o casera. Tomar medicamentos no es falta de fe. Recomiende los ocho remedios de Dios: aire puro, luz solar, ejercicio físico, temperancia, descanso, agua, dieta equilibrada y confianza en el poder de Dios, como la ayuda de un profesional competente.

Apoye al deprimido, actúe con él en forma natural, no lo enfrente; no compare, no presione; respete sus fragilidades durante el tratamiento. Elogie, crea, invierta en el deprimido. ¡Qué Dios lo use para ser una bendición para el que sufre! 1 Juan 14:13 y 14.

# LA LUCHA CONTRA EL PECADO

10

## PARA ROMPER EL HIELO

¿Recuerda haber luchado intensamente contra alguna debilidad espiritual? ¿Podría compartir con el grupo?

## INTRODUCCIÓN

Todos tenemos nuestras luchas contra el pecado y las debilidades. El gran desafío del cristiano es reconocer sus puntos débiles y buscar en Jesús fuerza para vencer. Dios puede hacernos fuertes para vencer.

**TEXTO PARA ESTUDIO:** Salmo 51:10-12

## I. CONOCIENDO EL TEXTO

### *Discusión en grupo:*

1. ¿Qué estaba pasando con David para que hiciera esta oración?  
¿Cuán grave fue su pecado?
2. ¿Por qué David pide un corazón nuevo? ¿Qué tiene que ver eso con un nuevo nacimiento?

### *Para pensar:*

David estaba muy preocupado, no conseguía tranquilizarse. Seguramente sufría de insomnio. Podía ver su pecado escrito en el techo de su habitación. Lo veía escrito en las paredes, en el plato mientras intentaba tragar forzosamente los alimentos. Lo veía en el rostro de sus consejeros. Su alegría se había ido. Se sentía provocado, inferior e inseguro. Eso es lo que hace el pecado con nosotros. Esa es la parte de

la paga que el pecado inevitablemente exige. Tenemos una naturaleza caída que nos arrastra siempre hacia el pecado. Solo la gracia de Jesús puede sacar nuestro corazón malo y crear un nuevo corazón.

## II. INTERPRETANDO EL TEXTO

### ***Discusión en grupo:***

1. ¿Cuál es la función del Espíritu Santo en la purificación de nuestro corazón? Salmos 51:11.
2. ¿Cómo puede el pecado sacar de nosotros la alegría de vivir? Salmos 51:12.

### ***Para pensar:***

David no perdió de vista a Dios. Clamó al Señor pidiendo un nuevo corazón. Nuestro gran desafío es dejar que el Espíritu Santo nos guíe diariamente. Somos los únicos perjudicados cuando cedemos a las tentaciones del enemigo de Dios.

## III. APLICANDO EL TEXTO

### ***Discusión en grupo:***

1. ¿Cómo tener un corazón puro en el siglo XXI?
2. ¿Qué puede hacer usted durante la semana para mantener el corazón puro, ser guiado por el Espíritu Santo y tener la alegría de la salvación?

### ***Para pensar:***

David fue considerado un hombre según el corazón de Dios. ¿Qué significa eso? Es ser una persona cuya vida está en armonía con el Señor. Lo que es importante para Él es importante para usted. Cuando usted es profundamente espiritual, su corazón es sensible a las cosas de Dios. Es ser una persona accesible, sincera, auténtica y fiel en todo. Si colocamos nuestras debilidades en las manos de Dios “Él es fiel y justo para perdonar nuestros pecados y limpiarnos de toda maldad” (1 Juan 1:9). El secreto de David está en la manera como consagró su vida totalmente al Señor y en su capacidad de descender al polvo del arrepentimiento, de la humillación y pedir perdón a Dios.

# VENCER LA SOLEDAD

11

## PARA ROMPER EL HIELO

¿Recuerda algún episodio en el que, aunque cercado por muchas personas, se sintió solitario? ¿Puede explicar por qué se sintió así?

## INTRODUCCIÓN

La cuestión de la soledad es muy interesante porque usted puede vivir entre muchas personas y así mismo ser una persona solitaria. ¿Cómo vencer ese gigante? Muchos lo han intentado con la bebida, la comida, las fiestas, los placeres de la carne, las drogas, el trabajo, etc. Pero es en vano, porque se dan cuenta de que están cada vez más solitarios.

¡La soledad es diferente a estar solo! Usted puede estar solo y no sentirse solitario. Y, por el contrario: usted puede estar rodeado de gente en la universidad, en el trabajo, en el restaurante y sentirse la única persona en aquel lugar. Philip Zimbardo, escribió en la revista americana *"Psychology Today"* (psicología para hoy): "Nada puede tener influencia más destructiva en la salud física y mental que apartarse de las personas". La soledad puede ser la causa de muchos males y enfermedades tales como: depresión, paranoia, esquizofrenia, violación, suicidios, asesinatos individuales o en serie. Los solitarios tienen una expectativa menor de vida. En este estudio vamos a aprender, con la Biblia, cómo enfrentar y vencer la soledad.

**TEXTO PARA ESTUDIO:** Salmos 27:10

## I. CONOCIENDO EL TEXTO

### ***Discusión en grupo:***

¿Pueden los padres terrenales abandonar a sus hijos? De acuerdo con el texto, ¿qué seguridad tenemos de que el Señor jamás nos abandonará si no lo dejamos?

**Para pensar:**

La comunión es uno de los propósitos de Dios para nuestra vida. Fuimos creados para vivir en comunión. Según Efesios 12:5 fuimos hechos para vivir en comunidad con Dios y los otros. No podemos apartarnos de las personas. Fuimos hechos para vivir en familia. Abstenerse de la relación de las personas puede ser extremadamente dañino para nuestra salud física, mental y espiritual.

## II. INTERPRETANDO EL TEXTO

**Discusión en grupo:**

1. Analicemos el caso del rey David, quien pasó por la soledad. Lea Salmos 102:6-9, 28.

**Para pensar:**

“La juventud de David como pastor, con sus lecciones de humildad, de trabajo paciente, y cuidado tierno por los rebaños, la comunión con la naturaleza en la soledad de las colinas, que desarrolló su genio para la música y la poesía, y dirigiendo sus pensamientos hacia su creador; la prologada disciplina de su vida en el desierto, que le hacían manifestar valor, fortaleza, paciencia y fe en Dios, habían sido cosas de las que el Señor se valió en su preparación para ocupar el trono de Israel” (EGW, *Patriarcas y profetas*, p. 808).

**Discusión en grupo:**

2. Otro caso de soledad fue el del profeta Jeremías llamado el profeta “llorón” (Jeremías 9:2).

**Para pensar:**

Con respecto a Jeremías fue escrito: “Cuando fue llamado a beber la copa de la tribulación y la tristeza y cuando en sus sentimientos se sentía tentado a decir: “pereció mi fortaleza y esperanza en Jehová”, recordaba las providencias de Dios en su favor, y exclamaba triunfantemente: “es por la misericordia de Jehová que no somos consumidos, porque nunca decayeron sus misericordias. Nuevas son cada mañana; grande es tu fidelidad. Mi parte es Jehová dijo mi alma; por lo tanto, en él esperaré. Bueno es Jehová en los que en él esperan, al alma que le buscare, bueno es esperar callando en la salud de Jehová” Lam. 3:18,22-26. (EGW, *Profetas y reyes*, p. 310).

3. El apóstol Pablo en 2 Timoteo 4:9, 11, 14-16.

**Discusión en grupo:**

“Desde su conversión, Timoteo había compartido los trabajos y sufrimientos de Pablo. La amistad entre los dos era cada vez más fuerte, más profunda y sagrada, a tal punto que todo lo que un hijo podría ser para un padre amado y honrado, lo era Timoteo, para el anciano y adorado Pablo. No sorprende que en su soledad este anhelara verlo” (EGW, *Los hechos de los apóstoles*, p. 411).

¡Un rey, un profeta y un apóstol! Todos pasaron por problemas de soledad y vencieron. El Dios que estuvo con ellos también estará con usted.

### III. APLICANDO EL TEXTO

**Discusión en grupo:**

¿Cómo puede vencer la soledad?

- Reconozca que es real. (2 Corintios 4:9 o 2 Corintios 7:6).
- Acepte la provisión de Dios para su vida. (Mateo 6:34 y 2 Corintios 12:9).
- Permita que la palabra de Dios llene su vida. (Salmos 119:11).
- Mantenga activo su círculo de verdaderas amistades. (Eclesiastés 4:9-10).

**Para pensar:**

“...cualesquiera que sean nuestras perplejidades, tenemos un consejero seguro: cualquiera que sea nuestro pesar, aflicción, duelo o soledad, tenemos un amigo que simpatiza con nosotros. Si, en nuestra ignorancia, damos pasos en falso, Cristo no nos desampara. [...] Él librará al menesteroso que clamare, y al afligido que no tuviere quien lo socorra” (EGW, *Obreros evangélicos*, p. 277).

¿Usted quiere dejar la soledad de lado y cambiar de vida hoy? Jesús tiene una invitación y una promesa para su vida: Mateo 11:28-30.

Venga a formar parte de la iglesia, venga a vivir en familia. Sea parte de un grupo pequeño. Con Jesús y en la iglesia, usted será curado de la soledad.

# CURA PARA EL DESÁNIMO

12

## PARA ROMPER EL HIELO

¿En alguna ocasión se sintió desanimado en la fe? ¿Qué hizo para superarlo?

## INTRODUCCIÓN

Existen más personas desanimadas y hasta depresivas de lo que imaginamos. Este problema afecta a todas las edades: adolescentes, jóvenes y ancianos. El desánimo no elige la edad. Todos nosotros somos afligidos por el villano llamado desánimo.

Cuenta una fábula que cierto hombre estaba pasando hambre por falta de alimento. Su vecino, sabiendo de su situación, le llevó una bolsa de arroz. Cuando el vecino llegó con el arroz él preguntó si estaba limpio o con cáscara, entonces respondió que estaba con cáscara. El hambriento, desanimado, decidió morir de hambre. Los teólogos y predicadores medievales daban mucha importancia a lo que ellos llamaban los siete pecados mortales: el orgullo, la envidia, la avaricia, la glotonería, la sensualidad y el desánimo. En la antigua lista de los siete pecados capitales, el desánimo era llamado pereza.

**TEXTO PARA ESTUDIO:** Salmos 42:1-11

## I. CONOCIENDO EL TEXTO

### ***Discusión en grupo:***

1. ¿Cuáles son las fuentes actuales de desánimo y perturbación?
2. ¿Dónde encontró el salmista la solución para su desánimo?

### ***Para pensar:***

Somos como vasos de barro, pues la Biblia dice que el hombre fue hecho del polvo de la tierra. Tenemos una naturaleza carnal, un cuerpo frágil, débil y mortal. Pero la Biblia dice que, a pesar de ser vasos de barro, somos para la excelencia del poder de Dios. (2 Corintios 4:7). Podemos revelar al mundo el poder de Dios cuando aprendemos a esperar en él por medio de una vida dependiente de su poder. ¡Los problemas deben aumentar nuestra capacidad de creer, depender y esperar en el Todopoderoso!

## II. INTERPRETANDO EL TEXTO

### ***Discusión en grupo:***

1. ¿Cuál debe ser nuestro mayor anhelo, de acuerdo con los dos primeros versículos del texto bíblico?

### ***Para pensar:***

El desánimo oscurece la fe y contamina nuestras fuerzas. Ocasiona desesperación y depresión, de forma que es difícil incluso ver a Dios. Somos atacados de muchas maneras, pero nunca debemos perder la esperanza. La naturaleza humana puede tener sus días de desánimo, las emociones pueden ser sombrías, grises, pueden quedarse densas. Pero cuando deseamos y decidimos buscar a Dios, independientemente de las circunstancias, él viene a nuestro encuentro y nos libera de todo sentimiento sombrío (Jeremías 29:13).

¿Es bíblica la doctrina que enseña que el cristiano está libre del sufrimiento y del desánimo? (Salmos 42:3).

### ***Para pensar.***

Aunque a veces escuchemos “¿dónde está tu Dios?” debemos recordar siempre que “si el enemigo logra que los abatidos aparten sus ojos de Jesús, se miran así mismos y fijan sus pensamientos en su indignidad, en vez de fijarlos en los méritos, el amor y la gran misericordia de Jesús, ellos se despojarán del escudo de la fe; y quedarán expuestos a violentas



tentaciones. Los débiles deben, por lo tanto, mirar a Jesús y creer en él; haciendo esto ejercen la fe” (EGW, Testimonios selectos, p. 125).

¿Vivir de recuerdos puede traer solución para el desánimo? ¿Cómo podemos superar el desánimo? (Salmo 42:4-5).

***Para pensar:***

“Sentimientos de desasosiego, de nostalgia o de soledad pueden ser para vuestro bien. Vuestro padre celestial intenta enseñaros a encontrar en Él la amistad, el amor y el consuelo que satisfarán vuestras esperanzas y deseos más sinceros... vuestra única seguridad y felicidad está en hacer de Cristo vuestro constante consejero” (EGW, Mente, carácter y personalidad, p. 127).

### III. APLICANDO EL TEXTO

***Discusión en grupo:***

¿Qué acción práctica pretende adoptar para enfrentar y vencer el desánimo cada día?

***Para pensar:***

En comunión constante con Dios podemos afirmar lo mismo que el apóstol Pablo: “Por tanto, no desmayamos; antes aunque este nuestro hombre exterior se va desgastando, el interior no obstante se renueva día a día. Porque esta leve tribulación momentánea produce en nosotros un cada vez más excelente y eterno peso de gloria; no mirando nosotros las cosas que se ven, sino las que no se ven; pues las cosas que se ven son temporales pero las que no se ven son eternas” (2 Corintios 4:16-18).

“Nunca os permitáis hablar de una manera descorazonada y desesperada. Si lo hacéis perderéis mucho. Mirando las apariencias y quejándose cuando vienen las dificultades y premuras, revelareis una fe enferma y débil. Hablad y obrad como si vuestra fe fuera invencible. El Señor es rico en recursos: el mundo le pertenece. Mirad al cielo con fe. Mirad a Aquel que posee luz, poder y eficiencia” (EGW, *Palabras de vida del gran maestro*, p. 112 y 113).

## NOTAS

[illegible]