

## Mantén la mirada en Jesús

«Fijemos la mirada en Jesús, el iniciador y perfeccionador de nuestra fe, quien por el gozo que le esperaba, soportó la cruz, menospreciando la vergüenza que ella significaba, y ahora está sentado a la derecha del trono de Dios» (Hebreos 12: 2).

Era un día inolvidable en las Filipinas, bajo un cielo amplio que abrazaba a las 60,000 almas allí reunidas frente. Había hablado con pasión sobre Hebreos 12:2: «Fijemos la mirada en Jesús, el iniciador y perfeccionador de nuestra fe...». En el clímax del evento, hice un llamado a quienes se sentían agobiados por la carrera de la vida.

Entre todos los que avanzaban para recibir oración, un joven se destacó. Sus ojos reflejaban una tormenta de emociones, una mezcla de desesperación y esperanza. Después de la oración, se acercó tembloroso. «Su mensaje... —dijo con voz entrecortada— me ha dado una razón para no rendirme». Me contó cómo la oscuridad había nublado su horizonte y cómo los pensamientos de terminar con su vida lo habían asediado. Pero algo en las palabras «soportó la cruz, menospreciando la vergüenza» había tocado una fibra profunda en su alma. «Sentí como si Jesús me entendiera... como si me llamara a mirar más allá de mi dolor», confesó.

Le recordé que Jesús, el Autor de nuestra fe, había corrido la carrera más desgarradora y había emergido victorioso. «En él encontramos no solo el ejemplo perfecto, sino la fuerza para seguir adelante», le aseguré. Juntos oramos, pidiendo la renovación de su esperanza y el fortalecimiento de su fe.

Este joven representaba a muchos otros que luchan en una carrera marcada por obstáculos y desaliento. Solo «fijando la mirada en Jesús» encontramos el coraje para enfrentar cada día sabiendo que no somos los autores de nuestra propia historia; somos parte de una narrativa mayor, una que está llena de propósito y redención.

El sol comenzó a ponerse, y mientras la multitud se dispersaba, la imagen del joven quedó grabada en mi memoria. Su valentía para cambiar el enfoque de su mirada me recordó que el poder transformador del evangelio es tan real hoy como lo fue hace dos mil años.

En la carrera de la vida, cuando las piernas flaquean y el corazón duda, Hebreos nos invita a mirar a Jesús, a encontrar en él descanso, dirección y gozo que nos sostendrán hasta cruzar la meta.

**Oración:** *Concédeme, Padre, la fuerza para superar las distracciones y las tentaciones que enfrente.*

## El autodescubrimiento

«Queridos hermanos, amémonos los unos a los otros, porque el amor viene de Dios y todo el que ama ha nacido de él y lo conoce»  
(1 Juan 4: 7).

¿Qué significa amarte a ti mismo de manera saludable? Luciana era conocida por su simpatía y su voluntad de ayudar a los demás, pero había un problema: Luciana no se amaba a sí misma. Siempre se criticaba, se sentía insegura y tenía miedo de decepcionar a los demás.

Un día, mientras exploraba el bosque cercano, Luciana se perdió. Desesperada por encontrar el camino de regreso a casa, comenzó a reflexionar sobre su vida y su falta de amor propio. Se dio cuenta de que, para poder amar a los demás de manera plena y saludable, primero debía aprender a amarse a sí misma.

Mientras caminaba, tomó la decisión de comenzar un viaje de autodescubrimiento. Empezó a anotar sus cualidades y logros, por pequeños que fueran, en un diario. Aprendió a cuidar su cuerpo y su mente, a comer bien y a hacer ejercicio. Se rodeó de personas que la apoyaban y la valoraban por quién era.

A medida que pasaba tiempo consigo misma, Luciana comenzó a sentirse más segura y feliz. Aprendió a reconocer su valía y a tratarse con el mismo respeto y cuidado que brindaba a los demás. Se dio cuenta de que amarse a sí misma no era egoísmo, sino una base fundamental para amar a los demás de manera plena y saludable.

Amar a los demás comienza por amarnos a nosotros mismos, reconociendo nuestra valía y tratándonos con respeto y cuidado. La historia de Luciana nos muestra que el amor propio es un viaje que todos debemos emprender para poder amar y cuidar a los demás también.

Aprende a amarte, empezando con decirte palabras positivas a ti misma en lugar de palabras negativas. Si te equivocas, reconoce que fue solo eso: un error. No te autocastigues ni te autocríques por equivocarte, sino que aprende de tus errores, levántate, e inténtalo de nuevo.

**Oración:** *Señor, ayúdame a amarme y valorarme a mí mismo como tú me amas y valoras.*

## El poder de la redención

«Pero yo digo: Amen a sus enemigos y oren por quienes los persiguen» (Mateo 5: 44).

¿Sabías que ser amable con aquellos que nos hacen la vida complicada es como un superpoder? Sí, así como lo lees. Mateo 5:44 nos cuenta cómo es la cosa: «Amen a sus enemigos y oren por quienes los persiguen». Suena a misión imposible, ¿verdad? Pero agárrate, que aquí viene una historia que podría parecer fantasía.

Había una vez, en el mundo de las *selfies* y *TikTok*, dos amigos, Elena y David. Eran como esos dúos épicos de las series, siempre juntos. Pero ¡bam! Hubo un malentendido y las cosas se pusieron tensas. Un rumor aquí, un mal momento allá, y de repente, los BFF (mejores amigos) se convirtieron en enemigos. Se lanzaron palabras que queman como fuego de dragón y, así, de la amistad pasaron a bloquearse en todas las redes.

Pero la vida, cosa loca, dio un giro. Elena se enteró de que David estaba pasando por un mal momento. Su familia estaba en la cuerda floja con los billetes y él estaba deprimido, como en un pozo sin fondo. ¿Qué crees? A pesar de todo el drama, Elena no pudo evitar sentir la necesidad de «hacer las paces». Se acordó de esa frase de Mateo y dijo: «Es hora de ser la heroína».

Entonces, ¡zas! Elena le mandó un mensaje a David. Quedaron de verse, cara a cara, sin pantallas de por medio. David casi no podía creer el mensaje de Elena, pero pensó: *Muy bien; vamos a ver qué pasa*. Empezaron a hablar, a compartir las de cal y las de arena. Y mientras más charlaban, más se daban cuenta de que guardar rencor era como cargar un costal lleno de piedras. Fue un «lo siento mucho» y un «no pasa nada» y la amistad se retomó. Elena y David descubrieron que perdonar es como descongelar al corazón.

¿Y la moraleja? Amar a los que nos chocan puede ser una movida maestra. Nos enseña que la onda del perdón es más fuerte que cualquier disgusto del pasado. La vuelta de Elena y David es prueba de que un poco de amor y buena onda pueden hacer que hasta las amistades más rotas se reparen.

**Oración:** *Querido Dios, ayúdame a amar y perdonar a mis enemigos, siguiendo tu ejemplo de amor incondicional. Permíteme experimentar el poder redentor de tu gracia en mi vida.*

## El despertar de Sofía

«Los cielos cuentan la gloria de Dios; la expansión proclama la obra de sus manos» (Salmo 19:1).

Sofía era una adolescente como cualquier otra. Vivía en una pequeña ciudad rodeada de campos y bosques, pero como la mayoría de las personas de su edad, rara vez pensaba en la belleza de la naturaleza que la rodeaba.

Un día, Sofía tuvo que hacer un proyecto escolar sobre el medio ambiente. A medida que investigaba, se encontró con estadísticas alarmantes sobre la deforestación, la contaminación y el cambio climático. La idea de que la Tierra estaba sufriendo debido a la actividad humana la impactó profundamente.

Decidió investigar más a fondo y se unió a un grupo local de jóvenes ambientalistas. A medida que participaba en actividades de limpieza, siembra de árboles y educación ambiental, Sofía comenzó a conectarse de manera profunda con la naturaleza. Cada vez que caminaba por el bosque o veía un río limpio, se maravillaba ante la majestuosidad de la creación de Dios.

Una experiencia en particular cambió su vida por completo. Participó en una campaña para limpiar una playa que había sido gravemente afectada por la contaminación. Mientras recogía basura junto a otros voluntarios, se detuvo a observar un hermoso atardecer sobre el océano. En ese momento, comprendió la importancia de cuidar la creación de Dios.

Sofía se dio cuenta de que cuidar y preservar la naturaleza es una forma de amar a Dios y a sus semejantes. Como hijos de Dios, todos tenemos la responsabilidad de ser buenos administradores de la Tierra que nos confió. Sofía se comprometió a vivir de manera más sostenible y a compartir su pasión por la naturaleza con otros.

La creación de Dios es un regalo maravilloso que debemos cuidar y proteger. Amar la naturaleza y ser conscientes de nuestro impacto en ella es una expresión de amor y gratitud hacia Dios, quien nos ha confiado este hermoso mundo.

**Oración:** *Padre celestial, gracias por la hermosa creación que hiciste para mí.*

## El amor que se preocupa

«Cada uno debe velar no solo por sus propios intereses, sino también por los intereses de los demás» (Filipenses 2:4).

Lucas era un adolescente tranquilo y amigable que asistía a una escuela secundaria en Caracas, Venezuela. Un día se dio cuenta de que uno de sus compañeros de clase, Marcos, estaba actuando de manera extraña: estaba más callado y parecía distante; y eso preocupó a Lucas.

Un poco después, Lucas se acercó a Marcos cuando estaban en la cafetería y le preguntó si todo estaba bien. Marcos dudó al principio, pero finalmente compartió sus preocupaciones: estaba luchando con sus calificaciones y tenía dificultades para entender las lecciones. Tenía miedo de pedir ayuda porque pensaba que los demás lo verían como débil.

Lucas escuchó con atención y, sin pensarlo dos veces, se ofreció a ayudar a Marcos con sus estudios. Le ofreció tutorías y le ofreció que estudiaran juntos para los siguientes exámenes. A pesar de que Lucas también tenía sus propios desafíos académicos, priorizó el bienestar de Marcos.

A medida que pasaban tiempo estudiando y compartiendo experiencias, Lucas notó cómo la confianza de Marcos comenzó a aumentar. Ya no se sentía solo en sus dificultades académicas, y se dio cuenta de que pedir ayuda no era una señal de debilidad, sino un acto de valentía.

Con el tiempo, Marcos mejoró sus calificaciones y recuperó la confianza en sí mismo. Pero lo más importante es que había encontrado un amigo en Lucas, alguien que realmente se preocupaba por él y sus intereses.

El versículo en Filipenses 2:4 nos llama a buscar no solo nuestros propios intereses, sino a preocuparnos por los intereses de los demás. La historia de Lucas y Marcos nos enseña que el amor que se preocupa por los demás puede hacer una diferencia significativa en la vida de alguien, y construir amistades sólidas basadas en la empatía y el apoyo mutuo.

**Oración:** Padre celestial, ayúdame a seguir el ejemplo de Lucas y a preocuparme por los intereses de los demás.

## El mural del amor

«Por encima de todo, vístanse de amor, que es el vínculo perfecto» (Colosenses 3:14).

Hace algún tiempo, en una escuela secundaria, un grupo de adolescentes decidió hacer algo especial para su comunidad. Habían experimentado mucha división y conflicto en su escuela, y sentían que era hora de hacer algo para cambiar su condición. Un joven llamado Diego tuvo una idea brillante. Propuso la creación de un «mural del amor» en la pared principal de la escuela. Este mural sería una obra de arte comunitaria que reflejaría el amor, la unidad y la diversidad, y se invitaría a todos los estudiantes de la escuela a participar.

El proyecto comenzó con entusiasmo. Los adolescentes se reunieron durante las tardes y los fines de semana para pintar el mural. Cada estudiante aportó su propio toque personal al diseño, y las palabras de Colosenses 3:14: «Vístanse de amor», estaban en el centro del mural.

A medida que el mural tomaba forma, sucedió algo asombroso. Los estudiantes que antes se mantenían alejados unos de otros comenzaron a trabajar juntos en la pintura. Estudiantes de diferentes grupos sociales y culturas compartían risas, conversaciones y pinceles. El mural se convirtió en un símbolo de amor y unidad en la escuela.

Finalmente se terminó de hacer el mural del amor, y se realizó una presentación ante toda la escuela. ¡Qué gran impacto tuvo! El ambiente en la escuela cambió. Los estudiantes comenzaron a mostrar más comprensión y empatía entre sí. Se formaron nuevas amistades y se rompieron las barreras que antes existían. El mural no solo tuvo un impacto en la escuela, sino que también inspiró a la comunidad circundante a promover el amor y la unidad. Colosenses 3:14 nos insta a vestirnos de amor, y la historia del «mural del amor» ilustra cómo los adolescentes pueden tomar la iniciativa para promover el amor y la unidad en su entorno. A través del arte y la colaboración, ellos marcaron una diferencia significativa.

¿Cómo puedes usar tu creatividad y tus talentos para promover el amor y la unidad en tu comunidad o escuela? ¿Qué barreras o divisiones crees que podrían romperse si todos nos vistiéramos de amor?

**Oración:** Dios amoroso, ayúdame a recordar que el amor es un poderoso vínculo que puede unir a las personas y cambiar comunidades enteras.

## La amistad verdadera

«Una vez que David y Saúl terminaron de hablar, Jonatán entabló con David una amistad entrañable y llegó a quererlo como a sí mismo» (1 Samuel 18:1).

Hace mucho tiempo, en un reino distante, dos jóvenes, Jonatán y David, forjaron una amistad inquebrantable. Jonatán era el hijo del rey Saúl, mientras que David era un humilde pastor de ovejas. A pesar de sus diferencias de posición y origen, sus almas se conectaron de una manera especial.

Un día, David mató al gigante Goliat, y eso lo hizo famoso y le brindó el favor del pueblo. En lugar de envidiarlo o sentir celos, Jonatán sintió un profundo amor y admiración por David. La Biblia dice que «llegó a quererlo como a sí mismo». Esta amistad verdadera estaba basada en el amor, la confianza y el respeto mutuo.

A lo largo de sus vidas, Jonatán y David enfrentaron muchas dificultades juntos, pero su amistad nunca se quebrantó. Incluso cuando Jonatán supo que David sería el próximo rey en lugar de él, siguió apoyando a su amigo. Esta historia nos muestra un ejemplo poderoso de lo que significa tener una amistad verdadera.

¿Qué características crees que son importantes en una amistad verdadera? ¿Cómo puedes cultivar relaciones de amistad que sean tan fuertes como la de Jonatán y David? La amistad verdadera es un tesoro invaluable. Al igual que Jonatán y David, podemos aprender a cultivar relaciones basadas en el amor, la confianza y el respeto. A veces eso significa estar dispuestos a apoyar a nuestros amigos cuando enfrentan dificultades o cuando disfrutan de victorias. La amistad genuina nos brinda un apoyo valioso en cada etapa de la vida.

**Oración:** Querido Dios, gracias por el regalo de la amistad. Ayúdame a valorar y cultivar relaciones basadas en el amor, la confianza y el respeto mutuo, como la amistad de Jonatán y David.

## El poder de las compañías

«No se dejen engañar: «Las malas compañías corrompen las buenas costumbres» (1 Corintios 15:33).

Hace algunos años, en una escuela secundaria, había un grupo de amigos llamado «Los elegidos». Eran conocidos por ser modelos de comportamiento, con buenas notas y valores sólidos. Pero un día, un nuevo estudiante llamado Robert se unió al grupo. Él tenía amistades que no compartían los mismos valores que «Los elegidos».

Pronto, Robert comenzó a traer a sus amigos a las reuniones del grupo. Estos nuevos amigos tenían un estilo de vida completamente diferente: faltaban a clases, se metían en problemas y experimentaban con cosas peligrosas. Poco a poco, los comportamientos negativos comenzaron a influir en «Los elegidos». Las buenas costumbres que habían mantenido comenzaron a corromperse.

La líder del grupo, Julia, finalmente se dio cuenta del problema. Convocó a una reunión y habló abiertamente sobre cómo las malas compañías habían afectado el comportamiento y los valores del grupo. Juntos decidieron tomar medidas para alejarse de esas influencias negativas y volver a sus valores fundamentales.

Con el tiempo, «Los elegidos» se recuperaron y volvieron a ser un grupo de amigos con buenas costumbres. Aprendieron una lección valiosa sobre cómo las compañías pueden influir en nuestra vida, y se comprometieron a elegir amigos que compartieran sus valores y los hicieran crecer en lugar de corromperlos.

¿Has experimentado alguna vez cómo las amistades pueden influir en tu comportamiento y en tus decisiones? ¿Cómo puedes tomar decisiones sabias sobre las compañías que mantienes en tu vida?

En 1 Corintios 15:33 leemos una advertencia sobre el poder de las compañías. Las personas con las que pasamos tiempo pueden tener un impacto significativo en nuestras elecciones y valores. Si bien es importante ser amable con todos, también es sabio elegir amigos que compartan tus valores y te ayuden a crecer en la dirección correcta.

**Oración:** Señor, ayúdame a ser sabio en mis amistades y a elegir compañías que me ayuden a crecer en virtud y amor.

## La familia: regalo de Dios

«Honra a tu padre y a tu madre, para que disfrutes de una larga vida en la tierra que te da el Señor tu Dios» (Éxodo 20:12).

**H**ola, familia! ¿Sabían que tenemos un superpoder en casa? Sí, estoy hablando de nuestros padres. Son como esos héroes de las películas que siempre están ahí para salvar el día. Y hoy, vamos a darle un mega reconocimiento a ellos porque, seamos honestos, ¡se lo merecen!

Éxodo 20:12 nos lanza un desafío: «Honra a tu padre y a tu madre, para que la vida te vaya genial en este mundo loco que te da el Señor tu Dios» (paráfrasis del autor). ¿Y saben qué? Eso es más emocionante de lo que suena. Mila lo captó a la perfección. Mientras crecía, cada día con sus padres era una aventura nueva. Se dio cuenta de que cada «haz tu cama», «recoge tus juguetes» o «ayuda a tu hermano» era en realidad un «te quiero» disfrazado. Ahora, cada momento con ellos es como un episodio épico que no se quiere perder.

Y, sí, a veces nos dan la charla (ya saben a qué me refiero), pero es porque nos tienen ese amor entrañable que no tiene final. Como dice 1 Juan 3:1: «¡Fíjate el amorazo que nos ha dado el Padre, que se nos llame hijos de Dios!» (otra paráfrasis del autor). Eso es de otro nivel.

Nuestros jefes son los «jugadores más valiosos» que nos guían a través de este juego llamado vida. Con cada consejo nos están pasando la estrategia para marcar el gol ganador. Y es que ellos tienen esa experiencia y sabiduría que solo vienen con los años y, bueno, con algunas canas. «Porque el Señor da la sabiduría; conocimiento y entendimiento brotan de sus labios» (Proverbios 2:6). Sí, es como si tuvieran acceso directo con él de arriba y nos compartieran sus trucos secretos.

Así que, ¿listos para darles las felicitaciones a mamá y papá, y aprender los trucos de vida que tienen? Vamos a hacer de cada día con ellos una fiesta épica porque, al final del día, la familia es ese regalo que sigue dando y no necesita baterías.

**Oración:** Querido Dios, gracias por el increíble regalo que son mis padres.

## Abraza tus valores

«No se amolden al mundo actual, sino sean transformados mediante la renovación de su mente» (Romanos 12:2).

**B**ienvenidos, jóvenes increíbles, a un viaje que explora uno de los desafíos más comunes de la vida: la presión de grupo. En un mundo donde las influencias abundan, estamos aquí para descubrir cómo superarlas y navegar las aguas de la presión de grupo con valentía y fortaleza.

En la vida nos enfrentamos a varias formas de presión de grupo, desde encajar en un grupo hasta sucumbir a comportamientos poco saludables. Es esencial reconocer estas presiones por lo que son y tomar decisiones sabias. «Cualquiera que hace la voluntad de mi Padre que está en los cielos es mi hermano, mi hermana y mi madre» (Mateo 12:50).

Olivia fue una adolescente que enfrentó una intensa presión de grupo para participar en actividades arriesgadas. En medio de estos desafíos, recurrió a su fe y encontró consuelo en el grupo de jóvenes de la iglesia. Se rodeó de amigos y mentores de apoyo que la alentaron a mantenerse fiel a sus valores. Mediante la fuerza interior y la fe, Olivia resistió la presión, y tomó decisiones que estaban alineadas con sus valores personales.

Saber qué crees y por qué es importante para ti es clave. Tus valores guiarán tus decisiones cuando aparezca la presión de grupo. Apóyate en amigos y mentores que compartan tus valores, ya que rodearte de personas afines puede facilitar resistir la presión de grupo. Presta atención al siguiente versículo: «Mejor son dos que uno, porque obtienen más fruto de su esfuerzo. Si caen, el uno levanta al otro» (Eclesiastés 4:9, 10).

Ante la presión de grupo, recuerda que tienes la fuerza para tomar decisiones que estén en línea con tus valores y creencias. No estás solo en este viaje, y la guía de Dios iluminará tu camino hacia la valentía y la resistencia.

**Oración:** Querido Señor, dame la valentía de mantenerme firme en mis valores cuando enfrente la presión de grupo.

## El regalo del descanso

«Vengan a mí todos ustedes que están cansados y agobiados; yo les daré descanso» (Mateo 11:28).

Tony era un joven adulto lleno de energía y ambición, convencido de que la clave del éxito residía en la productividad constante. Día y noche se sumergía en su trabajo y en los videojuegos, buscando siempre superar sus propios límites. Esta búsqueda incansable de logros lo mantenía despierto hasta altas horas de la noche, con la luz azul de la pantalla brillando en sus ojos cansados. El descanso era una idea lejana, un lujo que Tony creía no poder permitirse. Su salud y sus relaciones personales comenzaron a sufrir, y la fatiga se convirtió en su constante compañera.

En este estado de agotamiento Tony acudió a mi oficina, con paso lento, una sombra de la vitalidad que una vez tuvo. Se sentó, y supe que el consejo que necesitaba no era un secreto ni una fórmula compleja, era la sabiduría antigua que ha resistido la prueba del tiempo. Le hablé del increíble regalo del descanso y del sueño, y mencioné los principios bíblicos que resaltan su importancia. Le recordé que Dios mismo descansó en el séptimo día después de la creación, y estableció así un modelo para nuestro beneficio. Le cité Mateo 11:28, enfatizando cómo el descanso es esencial para la renovación de nuestro cuerpo, mente y alma.

Tony escuchó atentamente; consideró las Escrituras y se dio cuenta de que había ignorado una parte fundamental de su bienestar. Reconoció el sábado como un día para desacelerar, para la reflexión y la adoración, para recargar energías y acercarse a Dios.

Con el tiempo, Tony adoptó un nuevo ritmo de vida. Disminuyó las horas frente a las pantallas y comenzó a valorar el sueño como un recurso esencial, no un obstáculo. Encontró consuelo y restauración en la presencia de Dios, y su vida cambió por completo.

El cambio no ocurrió de la noche a la mañana, pero cada paso que Tony tomó hacia un mejor equilibrio en su vida fue un paso hacia la paz y la plenitud que tanto anhelaba. Al abrazar el descanso, Tony encontró no solo alivio del estrés y la fatiga, sino también un reposo para su alma que antes no conocía.

**Oración:** Padre celestial, gracias por el regalo del descanso y la sabiduría que encontramos en tu Palabra.

## El tiempo de Dios

«Guarda silencio ante el Señor y espera en él con paciencia; no te enojas ante el éxito de otros, de los que maquinan planes malvados» (Salmo 37:7).

Emma era una joven con sueños y ambiciones. Tenía la vida meticulosamente planeada, hasta el último detalle. Sin embargo, las cosas no se desarrollaron tan rápido como esperaba. La frustración y la impaciencia empezaron a arraigarse. Fue durante un momento de reflexión y oración que encontró el Salmo 37:7. Este versículo se convirtió en una luz guía que le recordaba confiar en el horario de Dios. Cuando rindió sus planes a Dios, presenció puertas que se abrían, oportunidades que surgían y una paz que se instalaba en su corazón.

Confiar en la soberanía de Dios significa creer que Dios está al control y tiene un plan perfecto para nuestra vida. Incluso cuando las cosas no van como esperamos, confiamos en que él sabe lo que es mejor para nosotros. Cuando confiamos en él, encontramos paz sabiendo que tiene nuestro futuro en sus manos.

Necesitamos ser pacientes y no perder la esperanza mientras esperamos en el tiempo de Dios. Él nos dará la fuerza que necesitamos para perseverar. Esperar en Dios no es pasividad, sino confianza activa en que él está obrando detrás de bambalinas para nuestro bien. «Pero los que confían en el Señor renovarán sus fuerzas; levantarán el vuelo como las águilas, correrán y no se fatigarán, caminarán y no se cansarán» (Isaías 40:31).

A veces el tiempo de Dios puede parecer retrasado para nosotros, pero sus planes siempre se cumplirán en el momento perfecto. Debemos confiar en su cronograma. Los retrasos divinos no son negaciones; son oportunidades de crecimiento y preparación para lo que está por venir.

En el mundo acelerado en que vivimos es fácil frustrarse cuando las cosas no suceden tan rápido como queremos. Pero el tiempo de Dios siempre es perfecto. Cuando confiamos en él y esperamos pacientemente, nos alineamos con su plan, que está lleno de propósito y bondad.

**Oración:** Padre celestial, vengo ante ti reconociendo que tu tiempo es perfecto. Ayúdame a confiar en tu soberanía, incluso cuando mis planes parecen retrasarse.

## Tu verdadera belleza

«¡Te alabo porque soy una creación admirable!  
¡Tus obras son maravillosas y esto lo sé muy bien!» (Salmo 139: 4).

Eres una creación única de Dios, que refleja su imagen de maneras que van más allá de tu cuerpo físico. En un mundo que a menudo enfatiza la apariencia física, es importante recordar que tu verdadera belleza va mucho más allá de lo que se ve a simple vista. «Que la belleza de ustedes no sea la externa, que consiste en adornos tales como peinados ostentosos, joyas de oro y vestidos lujosos. Más bien, que la belleza de ustedes sea la incorruptible, la que procede de lo íntimo del corazón y consiste en un espíritu humilde y apacible. Esta sí que tiene mucho valor delante de Dios» (1 Pedro 3:3, 4). Dios valora la belleza de un corazón amable y apacible.

Elizabeth era una joven que durante mucho tiempo luchó con problemas de imagen corporal. A menudo se sentía presionada para conformarse con los estándares de belleza poco realistas que observaba en los medios. Sin embargo, al sumergirse en las Escrituras y la oración, comenzó a verse a sí misma a través de los ojos de Dios. Elizabeth aprendió a apreciar su cuerpo como un regalo y se enfocó en cultivar un espíritu amable y apacible. Hoy en día irradia una belleza que va más allá de la superficie, e inspira a otros a abrazar su verdadera belleza también.

Reconoce que eres maravillosamente creado por Dios, pues el amor propio comienza con apreciar su creación. «¡Te alabo porque soy una creación admirable! ¡Tus obras son maravillosas, y esto lo sé muy bien!» (Salmo 139:14).

Tu verdadera belleza radica en tu singularidad, amabilidad y la luz que aportas al mundo. Acepta estas cualidades y recuerda que tu valor no está definido por los estándares de la sociedad. Deja de compararte y concéntrate en amarte y aceptarte tal como eres. Recuerda: tu verdadera belleza empieza adentro, como un reflejo del amor y la amabilidad en tu corazón.

**Oración:** Querido Dios, ayúdame a verme como tú me ves: maravillosamente creado.

## Está La honestidad ante todo

«El Señor aborrece a los de labios mentirosos, pero se complace  
en los que actúan con lealtad» (Proverbios 12:22).

En un mundo donde la deshonestidad a menudo nos rodea, elegir el camino de la honestidad es un poderoso viaje que conduce a la integridad y la autenticidad.

Alex se enfrentó a un dilema moral. Tenía la oportunidad de hacer trampa en un examen crucial, pero decidió no hacerlo. A pesar de sentir una presión enorme por tener éxito, Alex eligió la honestidad. Esta decisión no solo preservó su integridad, sino que también le dio el respeto de sus compañeros y profesores.

La honestidad se alinea con los valores de Dios. Elige decir la verdad, incluso cuando te enfrentes a decisiones difíciles o grandes consecuencias. Tu compromiso con la veracidad refleja tu carácter y fortalece tu relación con Dios. «Por lo tanto, dejando la mentira, hable cada uno a su prójimo con la verdad, porque todos somos miembros de un mismo cuerpo» (Efesios 4:25).

Permite que la honestidad sea la base de tus acciones. Ya sea al admitir errores, mantener promesas o ser transparente, tu integridad brillará cuando elijas consistentemente la honestidad. La integridad no se trata solo de lo que dices, sino de cómo vives.

Cuando eres conocido por tu honestidad, fomentas la confianza con los demás. Las personas respetan y confían en aquellos que dicen la verdad de manera consistente. Al elegir la honestidad, te conviertes en una persona de integridad, y otros acudirán a ti en busca de orientación y apoyo.

Recuerda también que la honestidad es un camino que complace a Dios. Tu compromiso con la honestidad llevará a una vida marcada por la autenticidad, el favor de Dios y relaciones duraderas.

**Oración:** Busco tu guía, Dios celestial, para abrazar la honestidad en mi vida.

## Verdaderos amigos

«En todo tiempo ama el amigo, y es como un hermano en tiempo de angustia» (Proverbios 17:17, RV60).

Liam siempre ha valorado la importancia de las amistades saludables. A lo largo de varias etapas de la vida, Liam ha experimentado la fuerza y el apoyo de verdaderos amigos, especialmente durante momentos difíciles. Proverbios 17:17 ha sido un recordatorio de que los amigos son como familia durante la adversidad, y que nutrir estos lazos es vital. ¿Cómo puedes tener verdaderos amigos? Presta atención a estos tres consejos:

**Elige sabiamente.** Los verdaderos amigos aman en todo momento y brindan apoyo en la adversidad. Elige a tus amigos sabiamente, buscando aquellos que comparten tus valores y te elevan. Eclesiastés 4:9 y 10 nos recuerda: «Mejor son dos que uno, porque obtienen más fruto de su esfuerzo. Si caen, el uno levanta al otro».

**Sé un verdadero amigo.** ¿Quieres tener buenos amigos? Sé un amigo. Muestra amor, bondad y lealtad a tus amigos. Proverbios 18:24 dice: «El hombre que tiene amigos ha de mostrarse amigo; y amigo hay más unido que un hermano» (RV60).

**Mantén la comunicación abierta.** Las amistades saludables prosperan con una comunicación abierta y honesta. Comparte tus pensamientos y sentimientos, y escucha a tus amigos con empatía y comprensión. Construir y nutrir amistades saludables es un viaje de toda la vida lleno de amor, apoyo y crecimiento.

Recuerda: elige a tus amigos sabiamente, sé un verdadero amigo y mantén la comunicación abierta. Cuando practicas estos consejos, creas lazos que pueden resistir las pruebas del tiempo.

**Oración:** Padre celestial, te doy gracias por el regalo de la amistad.

## Esteban: un superhéroe de la fe

«Pero Esteban, lleno del Espíritu Santo, fijó la mirada en el cielo y vio la gloria de Dios y a Jesús de pie a la derecha de Dios» (Hechos 7:55).

Esteban fue uno de los primeros en seguir a Jesús y no era nada tímido para decir lo que creía. Aunque la gente le tiraba mala onda (y hasta piedras, literalmente), el chico no perdía el estilo. Imagínatelo como ese personaje de tus juegos que no se rinde, sin importar el nivel de dificultad.

**#IntrépidoSinExcusas:** Esteban compartía sus ideas sobre Jesús sin importar lo que costara. ¿Tienes algo que te apasiona así? Pues él nos dice: «Sé fuerte, habla de lo que amas, no dejes que nada te calle».

**#FeContraElDrama:** La historia de Esteban es como una alerta para tu app de vida: cuando las cosas se pongan intensas, no sueltes tu fe. Piensa en Esteban cuando estés en un problema, y recuerda que si él pudo con lo suyo, tú también puedes con lo tuyo. Mantén la calma y sigue adelante, porque si Dios está en tu equipo, ¿quién puede contra ti?

**#VisiónDeOtroNivel:** Mientras a Esteban le llovían pedradas, tuvo una visión de Jesús apoyándolo. Así que cuando te sientas solo, recuerda que, como a Esteban, tu fe te conecta con algo más grande. No se trata de tener visiones cada dos por tres, sino de saber que no estás solo, ¡nunca!

**#SerComoEsteban:** La onda de Esteban no fue solo para él; es para compartir. Su ejemplo nos motiva a ser valientes, a creer sin límites y a vivir esa fe en alta definición. Te desafío a ser ese amigo que da la cara, que se la juega por los demás y que siempre tiene un buen consejo o una mano para ayudar.

Sé como Esteban: audaz, conectado y a prueba de tormentas. Su historia no es de esas que se quedan en el pasado; es para llevarla en el corazón y mostrarla al mundo. ¡Sé un testigo de aquellos que dejan huella!

**Oración:** Te doy gracias, Señor, por el ejemplo de Esteban, un intrépido testigo de Cristo.

## Desata tu potencial creativo

«Y Dios creó al ser humano a su imagen;  
lo creó a imagen de Dios» (Génesis 1:27).

Como seres creados a imagen de Dios, llevamos una chispa de creatividad divina dentro de nosotros. Tu potencial creativo es un reflejo de la creatividad de Dios. Permíteme contarte sobre Alejandro, un diseñador gráfico con el que me topé en un campamento de jóvenes en Perú.

Inicialmente, Alejandro dudaba de su chispa creativa. Pero encontró motivación en las palabras poderosas de Isaías 41:10. Son un recordatorio de que no debemos desanimarnos, ya que Dios está con nosotros. Inspirado por este mensaje, Alejandro se atrevió a abrazar su talento para el diseño gráfico y utilizar su arte para esparcir alegría, esperanza e inspiración.

Anímate a explorar los territorios de tus intereses y pasiones. Sea en el arte, la escritura o en cualquier otra forma de expresión, deja que tu curiosidad sea la brújula. «Ahora bien, hay diversos dones, pero un mismo Espíritu. Hay diversas maneras de servir, pero un mismo Señor. Hay diversas funciones, pero es un mismo Dios el que hace todas las cosas en todos» (1 Corintios 12:4-6).

Encuentra inspiración en la belleza de la creación de Dios, en las historias de grandes creadores y a través de la reflexión, la oración y la meditación. Dedicar tiempo a pulir tus habilidades creativas. Ten presente que cada obra maestra empieza con el primer trazo o diseño. No dudes en compartir tus ideas y colaborar con otros, ya que el trabajo conjunto puede desatar nuevas perspectivas y potenciar tu huella creativa.

Los retos son simplemente peldaños hacia tu desarrollo. El camino creativo tendrá obstáculos, pero cada uno es portador de lecciones preciosas. Explorando, encontrando inspiración, practicando, colaborando y persistiendo, liberarás tu potencial creativo.

Alejandro me envió recientemente una carta contándome sobre su viaje con la creatividad. En ella, cuenta cómo estos conceptos han influido en su trabajo y que ahora ve cada proyecto como una oportunidad para dejar una marca positiva en el mundo. Su historia es un testimonio de lo que todos podemos lograr cuando alineamos nuestro trabajo creativo con nuestro propósito divino.

**Oración:** Padre celestial, te agradezco por el precioso regalo de la creatividad.

## Dirigir con propósito

«El corazón del hombre traza su rumbo,  
pero sus pasos los dirige el Señor»  
(Proverbios 16:9).

Imagina a una joven líder con una misión que le latía fuerte en el pecho. Se inspiró en Proverbios 16:9, que señala que podemos planear mil cosas, pero al final, el plan de arriba es el que pone la música a la que nos movemos. Con esa idea, se lanzó a la aventura de liderar. Captó rápido que ser líder no se trata de quién manda más, sino de quién sirve más, y así, con humildad y buen ánimo, comenzó a dejar su huella en los demás.

*Aferrate al estilo de liderazgo de Jesús, el Maestro siervo.* Liderar no es para inflar el ego, sino para estirar la mano. Desarrolla una visión que esté clara como el agua y un sentido de misión que te haga vibrar. Mira la joya oculta en Proverbios 29:18: «Donde no hay visión, el pueblo se extravía; ¡dichosos los que son obedientes a la ley!».

*Dale al botón de búsqueda de sabiduría y dirección en la Biblia.* Un líder que se la pasa escuchando consejos del bueno y sigue el GPS de Dios, ese sí va por buen camino. Ponle pilas a tu equipo, hazles sentir que pueden más y estimula su crecimiento. Un verdadero líder quiere ver a los suyos llegar lejos. Sé un ejemplo: que tus acciones, tus valores y tu presencia misma hablen por ti. Que tu entusiasmo sea de esas que contagian. Para llevar el ritmo hay que saber escuchar, hablar con voz clara y comunicarte bien con tu gente.

*Ser líder es un camino poderoso, con una meta bien puesta por el plan de Dios.* Si entras al liderazgo de servicio, le pides al Espíritu que te muestre el camino, le pones nombre a tu misión, buscas la sabiduría, marcas el paso y te comunicas todo el tiempo, te vas a convertir en un líder que inspire y que ponga la vara alta. Acuérdate que estar al frente es una gran oportunidad para ser de bendición para los demás.

**Oración:** Te agradezco, Dios, por confiarme posiciones y responsabilidades de liderazgo.

## Potenciando el autocontrol con el Espíritu Santo

«En cambio, el fruto del Espíritu es amor, alegría, paz, paciencia, amabilidad, bondad, fidelidad, humildad y dominio propio. No hay ley que condene estas cosas» (Gálatas 5:22, 23).

**O**igan, chicos y chicas! Vamos a hablar de algo súper clave: el autocontrol. El autocontrol es como ese superpoder que nos ayuda a no desviarnos cuando las distracciones y las tentaciones nos interrumpen.

Piensa en Amy. Era como muchos de nosotros: a veces le costaba un montón no caer en cosas que sabía que la alejaban de sus metas. Pero un día, leyendo Gálatas 5:22 y 23, ese texto que nos habla de todas las cosas geniales que nos trae el Espíritu, incluso el dominio propio, se dio cuenta de que necesitaba cambiar el juego. Con un poco de ayuda del Espíritu Santo, empezó a marcar la diferencia en cómo vivía cada día. Con el tiempo, notó que su vida tomaba color y su fe se hacía más fuerte.

He aquí el truco: fíjate en qué partes de tu vida necesitas más autocontrol. Puede ser organizarte mejor, manejar las emociones o decir «no» a las tentaciones. Invita al Espíritu Santo para que sea tu *coach* en esto. Una oración puede ser un buen inicio para pedir esa fuerza extra.

Cambia tu modo de pensar, siendo positivo y alineando tus ideas con lo que dice la Biblia sobre el autocontrol. Es como entrenar para una maratón: empieza con pasos chiquitos y ve subiendo el nivel poco a poco hasta que puedas resistir las tentaciones como un experto.

Cultivar el dominio propio con el Espíritu es como pasar de nivel en tu vida. Cuando te das cuenta de que lo necesitas, le pides ayuda al de arriba, renuevas tus pensamientos y te pones las pilas con la disciplina. ¡Verás cómo creces en esa virtud! Recuerda que tener autocontrol es una señal de que estás caminando con Dios y que él está haciendo su magia en ti. ¡Tú puedes!

**Oración:** Padre celestial, gracias por el don del Espíritu Santo, quien me ayuda a desarrollar el autocontrol.

## Autocompasión

«Depositen en él toda ansiedad, porque él cuida de ustedes»  
(1 Pedro 5:7).

**I**magina a Amina, una chica que se enfrentaba a la duda constante y a una autocrítica severa. Estaba agobiada por lo que los demás esperaban de ella y por sus propias inseguridades. Pero todo comenzó a cambiar cuando descubrió el Salmo 139:14 y entendió la verdad de que fue maravillosamente creada por Dios. Ese fue el comienzo de su camino hacia el respeto propio y la autocompasión.

¡Eres una creación maravillosa de Dios! Tienes un valor increíble, que no depende de lo que los demás piensen o digan. «Pues estoy convencido de que ni la muerte ni la vida, ni los ángeles ni los demonios, ni lo presente ni lo por venir, ni los poderes, ni lo alto ni lo profundo, ni cosa alguna en toda la creación podrá apartarnos del amor que Dios nos ha manifestado en Cristo Jesús nuestro Señor» (Romanos 8:38, 39). ¡Esta seguridad es maravillosa!

Así como Dios te da gracia, deberías dártela a ti mismo también. Es importante entender que cometer errores es parte de la experiencia humana y representa una oportunidad para aprender y mejorar. Sustituye la autocrítica por un diálogo interno más amable y comprensivo. Trátate con el mismo amor y paciencia que Dios te tiene. Perdona tus errores y limitaciones pasadas. Recuerda que el perdón de Dios está a tu disposición y que tú también puedes otorgártelo.

A medida que avanzas en el camino de la autocompasión, ten presente que Dios te ama de manera incondicional. Reconoce tu valor intrínseco, acepta la gracia, cultiva un diálogo interno compasivo y practica el perdón. Al hacerlo, descubrirás el poder sanador de la autocompasión y te acercarás aún más al amor ilimitado de Dios.

**Oración:** Padre celestial, te agradezco por haberme creado maravillosamente.

## Domina la gestión del tiempo

con el Espíritu Santo

«Enseñanos a contar bien nuestros días, para que nuestro corazón adquiera sabiduría» (Salmo 90:12).

Chris es un joven adulto que equilibra la universidad, el trabajo, los amigos y las aficiones. Un día, abrumado por las exigencias de la vida, Chris se topó con el Salmo 90:12. Este versículo encendió una chispa, y le mostró a Chris cómo hacer que cada momento cuente.

¿Te identificas con Chris? Pide la dirección de Dios. La vida puede ser como un rompecabezas gigante, pero Dios tiene la imagen en la caja. Pídele que te guíe para unir las piezas, especialmente cuando se trata de gestionar tu tiempo.

Prioriza lo que importa. Así como eliges listas de reproducción o videojuegos, debes priorizar tu relación con Dios. Dedica tiempo a la oración y a la lectura de su Palabra; eso es como cargar la batería de tu corazón. «Pon en manos del Señor todas tus obras y tus proyectos se cumplirán» (Proverbios 16:3).

Haz que el tiempo cuente. ¿Has oído hablar de «YOLO» (*You Only Live Once*) [Solo vives una vez]? En Efesios 5:15 y 16 dice: «Así que tengan cuidado de su manera de vivir. No vivan como necios, sino como sabios, aprovechando al máximo cada momento oportuno». Usa tu tiempo sabiamente; es tu recurso más precioso.

La vida puede sentirse como un torbellino, pero con la ayuda de Dios puedes navegarla con éxito. Busca su guía, establece prioridades y haz que cada momento cuente.

**Oración: Padre celestial, ayúdame a dominar el arte de la gestión del tiempo, por más que sea un joven inquieto.**

## Protege tu salud mental

«No se amolden al mundo actual, sino sean transformados mediante la renovación de su mente» (Romanos 12:2).

Alexander es un adolescente que navega por el mundo de las redes sociales. Con comparaciones constantes y la presión de ser «perfecto en las fotos», su salud mental empezó a sufrir. Pero a través de Romanos 12:2 descubrió un camino hacia la renovación y la protección.

¿Tienes una experiencia como la de Alexander? *Protege tu mente.* Así como proteges tu teléfono con una contraseña, protege tu mente de influencias negativas. Sé selectivo con lo que consumes en las redes sociales. Filipenses 4:8 dice: «En cuanto a lo demás, hermanos, todo lo que es verdadero, todo lo honorable, todo lo justo, todo lo puro, todo lo amable, todo lo que es de buen nombre, si hay virtud alguna, si hay algo que merezca alabanza, en esto piensen».

Sé auténtico. En un mundo de filtros y fachadas, abraza tu yo único, creado por Dios. Romanos 12:2 te anima a no conformarte a los estándares mundanos, sino a ser auténtico. En medio de la tormenta de las redes sociales, busca la perspectiva de Dios. Dedica tiempo a la oración, lee su Palabra y permítele renovar tu mente y guiar tus interacciones en línea. Proverbios 4:23 nos aconseja: «Por sobre todas las cosas cuida tu corazón, porque de él mana la vida».

Las redes sociales pueden ser una herramienta poderosa, pero también pueden afectar tu salud mental. Protege tu mente, sé auténtico y busca la perspectiva de Dios mientras navegas en el mundo digital. Recuerda, tu valía no depende de los likes [me gusta] que recibes o los seguidores que tienes; se encuentra en el amor de Dios por ti.

**Oración: Padre celestial, ayúdame a navegar por el mundo de las redes sociales con sabiduría y discernimiento.**

## Establece límites saludables

«Por sobre todas las cosas cuida tu corazón, porque de él mana la vida» (Proverbios 4:23).

Ryan es un joven que solía luchar con comprometerse en exceso y complacer a los demás, lo que llevaba al agotamiento y la frustración. Sin embargo, cuando Ryan descubrió la sabiduría de establecer límites saludables, eso se convirtió en una luz guiadora para priorizar el autocuidado y construir relaciones más saludables. Como resultado, Ryan encontró un nuevo sentido de equilibrio y la capacidad de decir «sí» a lo que realmente importa.

**Guarda tu corazón.** Establecer límites saludables es un acto de autocuidado y protección para tu corazón y bienestar. Marcos 6:31 registra un momento especial: «Jesús dijo: “Vengan conmigo ustedes solos a un lugar tranquilo y descansen un poco”».

**Respetar tus límites.** Así como Dios estableció límites para los mares y la tierra, es esencial establecer tus propios límites personales. Conoce tus límites y comunícalos de manera amable y asertiva a los demás.

**Prioriza el autocuidado.** En el mundo ocupado en que vivimos, prioriza el autocuidado como un acto de amor hacia ti mismo y hacia quienes te rodean. Establecer límites te permite recargarte, lo que conduce a relaciones más significativas y una vida más saludable.

Establecer límites saludables es un acto de sabiduría y amor propio. Guarda tu corazón, respeta tus límites y prioriza el autocuidado. Cuando lo haces, experimentarás una mayor paz y construirás relaciones más saludables.

**Oración: Padre celestial, guíame en el establecimiento de límites saludables que te honren y protejan mi corazón.**

## Diversidad e inclusión

«Pues, así como cada uno de nosotros tiene un solo cuerpo con muchos miembros, y no todos estos miembros desempeñan la misma función, también nosotros, siendo muchos, formamos un solo cuerpo en Cristo, y cada miembro está unido a todos los demás» (Romanos 12:4, 5).

Mia descubrió la belleza de la diversidad y la inclusión en su ministerio universitario. A medida que se formaron amistades entre jóvenes de diferentes orígenes y culturas, Mia experimentó la riqueza del mosaico de Dios. Romanos 12:4 y 5 se convirtió en una luz guía, recordándole a Mia que, en Cristo, la diversidad no es un desafío sino una fuente de fortaleza.

**Celebra las diferencias.** Dios creó intencionalmente un mundo diverso lleno de personas de diversos orígenes, culturas y experiencias. Celebra estas diferencias como un reflejo de su creatividad y de su plan.

**Practica la inclusión.** Así como nos recuerda Romanos 12:4 y 5, somos un solo cuerpo con muchos miembros. Practica la inclusión dando la bienvenida y valorando a todos, independientemente de su origen o de las diferencias que tengan contigo.

En Cristo, la diversidad no es una amenaza sino una hermosa expresión de su amor. Trabajando juntos, podrán apreciar las fortalezas únicas que cada persona aporta al cuerpo de creyentes. Gálatas 3:28 nos muestra el camino a seguir: «Ya no hay judío ni no judío, esclavo ni libre, hombre ni mujer, sino que todos ustedes son uno solo en Cristo Jesús».

En un mundo a menudo dividido por diferencias, recuerda que el diseño de Dios es la unidad en la diversidad. Cuando celebramos las diferencias y practicamos la inclusión, nos convertimos en un poderoso reflejo de su amor. Acepta la diversidad y la inclusión, porque juntos formamos un mosaico que glorifica al Creador.

**Oración: Padre celestial, te doy gracias por la diversidad que has creado.**

## La verdadera grandeza

«Recompensa de la humildad y del temor del Señor son las riquezas, la honra y la vida» (Proverbios 22:4).

Imagina a Laquisha, una chica de tu escuela que es súper amable. Aunque en clase y en los deportes todos quieren ser los números uno, Laquisha siempre ayuda a sus amigos y nunca busca llamar la atención solo para ella. Por ser así, todos la respetan mucho, y siempre encuentran formas de hacer proyectos divertidos juntos.

Piensa en esto: ser humilde no significa que eres menos fuerte, sino que sabes usar tu fuerza para ayudar y no para presumir. Si eres humilde, significa que sabes que no lo sabes todo y que lo que tus amigos hacen también es importante. Así como en los videojuegos se sube de nivel, con la humildad puedes aprender mucho más.

La humildad es como tener un superpoder para hacer el bien. Buscas formas de ayudar a tus amigos y de ponerlos primero, antes que a ti. Ser humilde es ser grande de verdad, como cuando en los dibujos animados un héroe ayuda sin que nadie sepa. Cuando juegas y compartes, a veces hay que decir «lo siento» o «está bien» cuando algo no sale como queremos. Ser humilde también te ayuda a pedir disculpas cuando es necesario y a aceptar decisiones que no te gustan mucho; y es como un escudo mágico que te protege de las peleas.

Recuerda que ser el más genial o tener las mejores cosas no te hace grande. Lo que de verdad cuenta es cómo tratas a los demás y el cariño que compartes. Los jóvenes humildes son como los héroes secretos que dejan huellas de amabilidad en el mundo. Así que, aunque a veces parezca que todos quieren ser los más populares, tú puedes elegir ser humilde. Valorando a tus amigos, ayudando sin esperar nada a cambio, siendo amable, vas a descubrir que lo más admirable es ser buena persona. Que tu aventura de ser humilde te haga tener muchos amigos y una vida llena de cosas buenas.

**Oración:** Querido Dios, ayúdame a reconocer mis limitaciones, a servir a los demás con gracia y a perdonar como he sido perdonado.

## Resolución de conflictos

«Dichosos los que trabajan por la paz, porque serán llamados hijos de Dios» (Mateo 5:9).

Dan y Maya son dos jóvenes amigos que se encontraron en desacuerdo y vieron amenazada su amistad. En lugar de permitir que esto los separara, decidieron aplicar principios bíblicos de resolución de conflictos. Con paciencia y comprensión, no solo resolvieron sus diferencias, sino que fortalecieron su vínculo. ¿Quieres saber cómo hicieron?

**Abrazaron la paz.** Sigue el ejemplo de Jesús y busca activamente la paz. Al esforzarte por lograr paz, puedes no solo reparar relaciones, sino que también reflejas el carácter de nuestro Padre celestial, quien es el Príncipe de la paz.

**Escucharon y aprendieron.** Tómate el tiempo para escuchar con atención la perspectiva de la otra persona. A medida que lo haces, adquieres conocimiento y demuestras respeto por los sentimientos y experiencias de la otra persona, allanando el camino hacia la comprensión y la solución.

**Hablaron con amor.** Comunica tus pensamientos y sentimientos con amabilidad, porque una respuesta suave tiene el poder de sanar y restaurar. Cuando hablas con amor, construyes puentes de conexión y empatía. Colosenses 3:13 aconseja: «Sopórtense unos a otros y perdonense si alguno tiene queja contra otro. Así como el Señor los perdonó, perdonen también ustedes» (DHH).

La resolución de conflictos es una habilidad valiosa que te puede ayudar a convertirte en un pacificador y a reflejar el amor de Dios. Abraza la paz, escucha y aprende, habla con amor, y recuerda que mediante estas acciones no solo resuelves conflictos, sino que también siembras semillas de armonía duradera en tus relaciones.

**Oración:** Padre celestial, guíame para ser un joven pacificador. Concédeme paciencia, sabiduría para escuchar y un corazón lleno de amor mientras navego los conflictos interpersonales.

## Actos de bondad

«No se aparten de ti la misericordia y la verdad; átalas a tu cuello. Escríbelas en las tablas de tu corazón» (Proverbios 3:3, RV2015).

**A**ba descubrió el profundo impacto de los pequeños actos de bondad. A través de su esfuerzo premeditado por difundir amor y generosidad, se dio cuenta de que incluso los gestos más sencillos pueden crear ondas de positividad y hacer una diferencia duradera en la vida de las personas. Una sonrisa, una mano amiga, una palabra de aliento: estos son los chispazos que encendieron olas de bondad en su comunidad y más allá.

La bondad puede (y debería) ser un estilo de vida. Cuando la bondad se convierte en tu forma de vivir, no solo bendices a otros, sino que también experimentas la alegría de dar. Al mismo tiempo, vivir la generosidad sin expectativas, o dar sin esperar nada a cambio, puede transformar tu vida. Lucas 6:35 nos anima a prestar sin esperar reembolso, porque tu recompensa será grande. La verdadera generosidad brota de un corazón que desea hacer del mundo un lugar mejor.

Las palabras y los gestos amables pueden elevar el ánimo de alguien. Proverbios 16:24 dice: «Panal de miel son las palabras amables: endulzan la vida y dan salud al cuerpo». Tienes el poder de inspirar y elevar a quienes te rodean.

Los actos de bondad tienen el poder de transformar vidas y crear un efecto de ondas de positividad. Vive la bondad como un estilo de vida, practica la generosidad sin expectativas, anima a los demás y observa cómo tus pequeños actos hacen una gran diferencia en el mundo.

**Oración:** *Enséñame, oh Dios, a ser una vasija de tu bondad. Ayúdame a mostrar amor y generosidad sin esperar nada a cambio, y a ser una fuente de aliento para otros.*

## Comparte las bendiciones

«Cada uno debe dar según lo que haya decidido en su corazón, no de mala gana ni por obligación, porque Dios ama al que da con alegría» (2 Corintios 9:7).

**L**a vida de Michael fue transformada por el poder de la generosidad. Desde pequeño, Michael fue testigo del hábito de sus padres de dar, ya sea su tiempo, sus recursos o amabilidad. Inspirado por su ejemplo, adoptó un espíritu generoso que continúa impactando vidas. Michael nos inspira con algunos conceptos bien específicos:

**La alegría de dar.** La generosidad no se trata solo de dar; se trata de la alegría que proviene de compartir con otros. Proverbios 11:25 promete: «El que es generoso prospera; el que reanima a otros será reanimado».

**Un corazón agradecido.** La generosidad fluye de un corazón agradecido. Cuando reconocemos todo lo que Dios nos ha bendecido, sentimos la necesidad de compartir esas bendiciones con otros. Hechos 20:35 recuerda: «Siempre les he enseñado que así se debe trabajar y ayudar a los que están en necesidad, recordando aquellas palabras del Señor Jesús: "Hay más dicha en dar que en recibir"» (DHH).

**La generosidad de Dios.** Nuestra generosidad es un reflejo de la propia abundante entrega de Dios. Juan 3:16, el conocido versículo, nos recuerda: «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, mas tenga vida eterna» (RV60). Estamos llamados a imitar su naturaleza generosa.

La generosidad es un poderoso acto de amor que refleja la alegría de dar, un corazón lleno de gratitud y la propia naturaleza generosa de Dios. Al abrazar un espíritu de generosidad, no solo bendecimos a otros, sino que también experimentamos la abundancia de las bendiciones de Dios a cambio. Seamos dadores alegres, compartiendo las abundantes bendiciones de Dios con un mundo necesitado.

**Oración:** *Gracias, Señor mi Dios, por tu inmensurable generosidad.*

## «El Proyecto de la Esperanza»

«Ama a tu prójimo como a ti mismo» (Marcos 12:31).

James siempre había sido un chico amable y servicial, pero un día, mientras caminaba por su vecindario, notó que había muchas personas necesitadas en su comunidad. Había familias con dificultades económicas, personas mayores que se sentían solas y jóvenes que necesitaban apoyo en la escuela.

En lugar de quedarse de brazos cruzados, James decidió hacer algo al respecto. Se reunió con algunos amigos y juntos crearon «El Proyecto de la Esperanza». Su objetivo era sencillo, pero poderoso: demostrar amor y compasión hacia los demás, sin importar quiénes fueran.

Comenzaron visitando a las personas mayores del vecindario, pasando tiempo con ellas, escuchando sus historias y ayudando con las tareas cotidianas. Luego organizaron clases de tutoría gratuitas para los estudiantes más jóvenes, donde compartían su conocimiento y los ayudaban con las tareas después de la escuela. Además, iniciaron una colecta de alimentos y ropa para ayudar a las familias necesitadas en la comunidad.

Con el tiempo, «El Proyecto de la Esperanza» creció y se convirtió en un movimiento comunitario. Muchas personas se unieron a la causa, y juntos lograron un impacto significativo en la vida de sus vecinos. James y sus amigos aprendieron que el amor por los demás no solo se trata de palabras, sino de acciones concretas.

Amar a nuestro prójimo implica mostrar compasión, empatía y bondad a los demás, sin importar quiénes sean. La historia de James y «El Proyecto de la Esperanza» nos recuerda que, cuando elegimos amar y servir desinteresadamente, cada uno de nosotros tiene el poder de marcar la diferencia en la vida de quienes nos rodean. Amar al prójimo es una oportunidad diaria para poner en práctica el amor y la compasión en nuestras acciones.

**Oración:** Padre celestial, ayúdame a amar a mis semejantes como a mí mismo, y a servirles con amor.

## La curiosidad como camino hacia una fe más profunda

«Pidan y se les dará; busquen y encontrarán; llamen y se les abrirá» (Mateo 7: 7).

La curiosidad de Olivia inició un viaje de descubrimiento de su fe. Hizo preguntas, buscó entendimiento y se sumergió en las Escrituras para descubrir nuevas perspectivas. A través de su experiencia, Olivia descubrió que la fe y la curiosidad pueden ir de la mano, hacia una relación más rica y profunda con Dios.

**Busca el conocimiento.** La curiosidad es un don dado por Dios que nos impulsa a buscar conocimiento y comprensión. Jeremías 33:3 promete: «Clama a mí y te responderé; te daré a conocer cosas grandes e inaccesibles que tú no sabes».

**Crece en la fe.** La curiosidad puede ser un catalizador para el crecimiento espiritual. Al hacer preguntas y buscar respuestas, nuestra fe se profundiza. Santiago 1:5 asegura: «Si a alguno de ustedes le falta sabiduría, pídasela a Dios y él se la dará, pues Dios da a todos generosamente sin menospreciar a nadie».

**Asómbrate.** La curiosidad fomenta un corazón de asombro y admiración ante la creación de Dios. El Salmo 19:1 nos llama a levantar la mirada: «Los cielos cuentan la gloria de Dios; la expansión proclama la obra de sus manos». La curiosidad sobre el mundo natural nos puede llevar a una mayor apreciación de la creatividad de Dios.

La curiosidad es un impulso dado por Dios que nos puede llevar a nuevas profundidades de conocimiento, fe y asombro. Como descubrió Olivia, puede coexistir con nuestra fe, y guiarnos en un viaje de descubrimiento que enriquezca nuestra relación con Dios. Acojamos la curiosidad como un medio para buscar, conocer y vivir más cerca de nuestro Creador.

**Oración:** Padre celestial, gracias por el regalo de la curiosidad que me impulsa a buscarte y conocerte mejor. Ayúdame a acercarme a la fe con curiosidad, haciendo preguntas y buscando entendimiento.