

«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.

Un reflejo de la bondad de Dios

«Que su conversación sea siempre amena y de buen gusto. Así sabrán cómo responder a cada uno» (Colosenses 4: 6).

Conozco a jóvenes que encuentran la forma de mostrar amabilidad incluso en situaciones desafiantes, extendiendo amor y comprensión a quienes encuentran. Mediante sus acciones demuestran que la gracia no es simplemente una virtud, sino un reflejo de la naturaleza amorosa de Dios. Pero ¿qué implica reflejar la bondad de Dios día a día?

La gracia de Dios. La práctica de la bondad comienza con la comprensión de la gracia de Dios hacia nosotros. Efesios 2:8 nos recuerda: «Porque por gracia ustedes han sido salvados mediante la fe. Esto no procede de ustedes, sino que es el regalo de Dios». Nuestra gracia hacia los demás es un derramamiento de la gracia de Dios en nuestra vida.

Palabras y acciones amables. Proverbios 16:24 asegura: «Panal de miel son las palabras amables: endulzan la vida y dan salud al cuerpo». La gracia implica usar palabras amables y realizar actos de amabilidad, reconociendo que nuestras palabras y acciones pueden traer sanidad y esperanza.

Respuestas llenas de amor. La gracia se evidencia en cómo respondemos a los demás, incluso en situaciones difíciles. Encontramos un consejo en 1 Pedro 3:8: «En fin, vivan en armonía los unos con los otros; compartan penas y alegrías, practiquen el amor fraternal, sean compasivos y humildes». Responder con amor y compasión refleja el corazón de Dios.

La gracia es un reflejo de la naturaleza amorosa y compasiva de Dios. Vemos que la gracia implica extender amabilidad, responder con amor y reconocer la gracia que hemos recibido de Dios. Ojalá hoy decidas cultivar la gracia y reflejar la bondad de Dios a todas las personas con que interactúes.

Oración: Padre celestial, ayúdame a cultivar la gracia en mi vida.

La tolerancia

«De modo que se toleren unos a otros y se perdonen si alguno tiene queja contra otro. Así como el Señor los perdonó, perdonen también ustedes» (Colosenses 3: 13).

La tolerancia nos insta a soportar y perdonar a aquellos con quienes podríamos tener diferencias o quejas. Poner en práctica la tolerancia refleja el amor y el perdón que Cristo nos ha mostrado. Efesios 4:2 suena a un ruego divino: «Sean humildes y amables; tengan paciencia y sopórtense unos a otros con amor» (DHH). Fíjate en estas ideas sobre la tolerancia.

Enfoque en la diversidad. Dios creó un mundo diverso lleno de personas de diferentes orígenes, culturas y perspectivas. La tolerancia implica valorar y respetar estas diferencias. Romanos 12:10 dice: «Ámense los unos a los otros con amor fraternal, respetándose y honrándose mutuamente».

El poder del amor y del perdón. La tolerancia no es una aceptación pasiva, sino una expresión activa de amor y perdón. Encontramos esta idea en 1 Pedro 4:8: «Sobre todo, ámense los unos a los otros profundamente, porque el amor cubre muchísimos pecados».

La tolerancia va más allá de la mera aceptación; implica abrazar las diferencias con amor, perdón y respeto. Practicar la tolerancia es un reflejo del amor de Cristo y una forma de fomentar la unidad en un mundo diverso. Sigue el consejo divino y busca ser más tolerante cada día, ¡empezando hoy!

Oración: Ayúdame, Dios, a soportar a los demás, abrazando las diferencias con amor y perdonando como tú me has perdonado.

Habilidad para resolver problemas

«Todo lo puedo en Cristo que me fortalece» (Filipenses 4: 13).

Liam descubrió el poder de la habilidad para resolver problemas en su vida. Enfrentando desafíos y limitaciones, aprendió a depender de la fortaleza de Dios y a utilizar creativamente los recursos disponibles. El camino de Liam refleja cómo la habilidad para resolver problemas, combinada con la fe, puede llevar al triunfo en cada temporada de la vida.

Provisión de Dios. La habilidad para resolver problemas comienza con reconocer que Dios provee para nuestras necesidades. Filipenses 4:19 nos asegura: «Mi Dios les proveerá de todo lo que necesiten, conforme a las gloriosas riquezas que tiene en Cristo Jesús». Confiar en la provisión de Dios nos permite enfrentar los desafíos con confianza.

Creatividad e innovación. Proverbios 8:12 nos dice: «Yo, la sabiduría, convivo con la prudencia y poseo conocimiento y discreción». La habilidad para resolver problemas implica sabiduría, creatividad y la capacidad de encontrar soluciones innovadoras a los problemas.

Resistencia y perseverancia. La habilidad para resolver problemas a menudo requiere resistencia y perseverancia, además de confianza en que la fortaleza de Dios nos llevará adelante. Proverbios 21:5 explica este concepto de forma práctica: «Los planes bien pensados producen ganancias; los apresurados traen pobreza». La diligencia es un elemento clave de la habilidad para resolver problemas.

La habilidad para resolver problemas, arraigada en la confianza en la provisión de Dios, la resolución creativa de problemas y la perseverancia, nos empodera para prosperar en cada temporada de la vida. Podemos hacer todas las cosas en Cristo que nos fortalece. ¿Te animas a abrazar hoy la habilidad para resolver problemas como un medio para superar desafíos y cumplir los propósitos de Dios?

Oración: *Gran Creador, enséñame el arte de resolver problemas.*

Refleja el amor de Dios a todos

«Ya no hay judío ni no judío, esclavo ni libre, hombre ni mujer, sino que todos ustedes son uno solo en Cristo Jesús» (Gálatas 3: 28).

Sophie comprendió algo súper importante: ser inclusivo no es solo dejar que otras personas se unan a tu grupo; se trata de integrarlas en todos los aspectos. Es como dar un abrazo gigante que no deja a nadie afuera. Es hacer sentir a cada persona querida y valorada, así como hace Cristo.

Entender que todos llevamos un pedacito del amor de Dios tiende a cambiar por completo nuestra actitud. Cuando miras a los demás pensando así, no solo ves lo valiosos que son por ser como son, sino que también empiezas a vislumbrar las cosas únicas que cada persona aporta al mundo.

Ser inclusivo es como ser un ninja que tira abajo las paredes que nos separan, no importa si son de color, de género o tienen que ver con tu lugar de origen.

El corazón de la inclusividad es poner el amor en marcha; es repartir bondad y compasión a todos, no importa de dónde vienen ni la historia que traen. Y no es solo hablar; es buscar la manera de cerrar las brechas y crear puentes. Como dice 1 Juan 4:7: «Queridos hermanos, amémonos los unos a los otros, porque el amor viene de Dios».

¿Sabes qué logró Sophie? Captar que cada persona es un tesoro. Su historia nos inspira a todos a ser inclusivos y a crear un espacio donde todos quepan. Vivamos con los brazos abiertos, prestando atención a las personas que nos rodean.

Oración: *Padre celestial, ayúdame a abrazar la inclusividad como un reflejo de tu amor.*

Una aventura con Dios

«Encomienda al Señor tu camino;
confía en él y él actuará» (Salmo 37: 5).

Allan descubrió la emoción de abrazar la aventura con confianza en la dirección de Dios. Aprendió que un espíritu aventurero, cuando está fundamentado en la fe, puede llevar a viajes y experiencias asombrosas. Su trayecto refleja cómo la aventura puede hasta ser una forma de adoración, siempre y cuando no dejamos afuera a Dios. ¿Te gustaría tener una aventura tras otra en el camino de la fe? Presta atención a cómo deberías prepararte.

Un corazón lleno de fe. La aventura comienza con un corazón de fe. Hebreos 11:1 nos recuerda: «Ahora bien, la fe es tener confianza en lo que esperamos, es tener certeza de lo que no vemos». Confiar en el plan y la guía de Dios alimenta nuestro espíritu aventurero.

Disposición a conocer lo desconocido. Proverbios 3:5 y 6 aconseja: «Confía en el Señor de todo corazón y no te apoyes en tu propia inteligencia. Reconócelo en todos tus caminos y él enderezará tus sendas». La aventura a menudo implica adentrarse en lo desconocido, confiando plenamente en la sabiduría de Dios.

Audacia y valentía. Recuerda Josué 1:9: «Ya te lo he ordenado: ¡Sé fuerte y valiente! ¡No tengas miedo ni te desanimes! Porque el Señor tu Dios te acompañará dondequiera que vayas». La aventura requiere audacia y valentía para explorar nuevos horizontes.

Abrazar la aventura, fundamentada en la fe, la confianza y la valentía, nos permite emprender viajes increíbles con Dios como nuestra guía. Así como Allan, cada día se convierte en una oportunidad de adorar a Dios a través de nuestra disposición a explorar y a tomar riesgos. Confía en el liderazgo de Dios mientras te aventuras en lo desconocido.

Oración: Padre celestial, enciende en mí un espíritu aventurero fundamentado en la fe.

Una mentalidad abierta

«Escuche esto el sabio y aumente su saber;
reciba dirección el entendido» (Proverbios 1: 5).

Madeline abrazó el valor de la mentalidad abierta en su vida, bajo la influencia del Espíritu Santo. Aprendió que ser de mente abierta va más allá de simplemente aceptar puntos de vista diferentes; se trata de buscar sabiduría y orientación desde diversas perspectivas, con el Espíritu Santo como su luz guía. Puedes seguir los pasos que ella dio.

Buscar sabiduría y comprensión. La mentalidad abierta comienza con un deseo de sabiduría y comprensión guiado por el Espíritu Santo. Proverbios 18:15 nos dice: «El corazón prudente adquiere conocimiento; los oídos de los sabios procuran hallarlo».

Valorar diversas perspectivas. Proverbios 15:22 nos recuerda la importancia de no actuar solos: «Cuando falta el consejo, fracasan los planes; cuando abunda el consejo, prosperan». La mentalidad abierta implica valorar diversas perspectivas y buscar consejo de otros, reconociendo que la sabiduría colectiva a menudo conduce a decisiones mejores, siempre que se busque la guía del Espíritu Santo.

Aprender con humildad y disposición. La mentalidad abierta requiere humildad y disposición para escuchar antes de formar juicios, y ambas virtudes provienen del Espíritu Santo.

Cultivar la mentalidad abierta, arraigada en el deseo de sabiduría, el respeto por diversas perspectivas y un espíritu humilde es posible gracias a la influencia del Espíritu Santo. Y los beneficios son grandes, ya que vivir con una mentalidad abierta nos puede llevar al crecimiento personal y espiritual.

Oración: Amado Dios, enséñame a tener una mentalidad abierta, buscando sabiduría desde diversas perspectivas, con el Espíritu Santo como guía.

Consciencia global

«De un solo hombre hizo todas las naciones, para que habitaran toda la tierra; y determinó los períodos de su historia y las fronteras de sus territorios» (Hechos 17: 26).

Aniden adoptó la consciencia global en su vida. ¿Qué es la consciencia global? Bueno, Aniden comparte que ser consciente a nivel mundial no se trata solo de reconocer la diversidad del mundo; se trata de reconocer nuestra interconexión y el plan de Dios para todas las naciones. Profundicemos un poco en esto.

Unidad en la diversidad. La consciencia global comienza con el reconocimiento de la unidad de todas las naciones como parte de la creación de Dios. El Salmo 86:9 nos recuerda: «Todas las naciones que has hecho vendrán, Señor, y ante ti se postrarán y glorificarán tu nombre». En esta firme unidad encontramos propósito y responsabilidad compartida.

Oración e intercesión. El consejo de 1 Timoteo 2:1 y 2 es claro: «Así que recomiendo, ante todo, que se hagan plegarias, oraciones, súplicas y acciones de gracias por todos, por los reyes y por todas las autoridades, para que tengamos paz y tranquilidad, y llevemos una vida devota y digna» La consciencia global incluye orar por el bienestar de todas las naciones, y no solo por la mía.

Compasión y ayuda. Proverbios 19:17 afirma: «Servir al pobre es hacerle un préstamo al Señor; Dios pagará esas buenas acciones». La consciencia global nos impulsa a mostrar compasión y ayudar a aquellos en necesidad, tanto a nivel local como global, como un reflejo del amor de Cristo.

Cultivar la consciencia global nos permite abrazar el diverso mundo de Dios. Es una oportunidad para cumplir el plan de Dios para todas las naciones y glorificar su nombre. Tomemos medidas para tener un impacto positivo en el mundo.

Oración: Enséñame, mi Dios, a tener consciencia global, reconociendo la unidad de todas las naciones como creación tuya.

Alimentación saludable

«¿Acaso no saben que su cuerpo es templo del Espíritu Santo, quien está en ustedes y al que han recibido de parte de Dios? Ustedes no son sus propios dueños; fueron comprados por un precio. Por tanto, glorifiquen con su cuerpo a Dios» (1 Corintios 6: 19, 20).

Lily descubrió la importancia de una alimentación saludable. Aprendió que nutrir su cuerpo es una forma de honrar el regalo y el templo de Dios. Su experiencia refleja la armonía entre la salud física y el bienestar espiritual, porque aprendió que un cuerpo sano está mejor preparado para el servicio de Dios. Esto es lo que aprendió Lily:

Cuidado del templo. Una alimentación saludable comienza con el reconocimiento de que nuestro cuerpo es templo del Espíritu Santo. El versículo clave de hoy, 1 Corintios 6:19 y 20, nos recuerda que no somos nuestros propios dueños y que debemos honrar a Dios cuidando de nuestro cuerpo.

Elecciones equilibradas. Una alimentación saludable implica tomar decisiones equilibradas en cuanto a los alimentos que benefician tanto al cuerpo como al alma. En 1 Corintios 10:31 leemos: «En conclusión, ya sea que coman o beban o hagan cualquier otra cosa, háganlo todo para la gloria de Dios».

Agradecimiento y moderación. Otro texto bíblico clave se encuentra en 1 Timoteo 4:4 y 5, que dice: «Porque todo lo que Dios ha creado es bueno y nada es despreciable si se recibe con acción de gracias, pues la palabra de Dios y la oración lo santifican». Una alimentación saludable va de la mano con el agradecimiento y la moderación, ya que reconocemos que lo que recibimos es gracias a la provisión de Dios.

Nutrir tu cuerpo y tu alma a través de una alimentación saludable es una forma de honrar a Dios y cuidar del templo que él te dio. ¿Qué tal si te propones priorizar la alimentación saludable como parte de tu responsabilidad con el regalo de Dios?

Oración: Padre celestial, ayúdame a reconocer la importancia de una alimentación saludable como una forma de honrarte y cuidar de mi cuerpo, el templo del Espíritu Santo.

La autodisciplina

«Pues Dios no nos ha dado un espíritu de timidez,
sino de poder, de amor y de dominio propio»

(2 Timoteo 1: 7).

La vida de Saraí refleja el increíble poder de la autodisciplina. Ella descubrió que la autodisciplina no se trata de restricción, sino de desbloquear su potencial, alcanzar sus sueños y acercarse más a Dios. Su vida es un testimonio de la naturaleza transformadora y capacitadora de la autodisciplina, guiada por el Espíritu Santo.

Poder del Espíritu Santo. La autodisciplina comienza con el reconocimiento de que el Espíritu Santo nos capacita con autocontrol. El versículo de 2 Timoteo 1:7 nos recuerda que el Espíritu de Dios nos da la capacidad de ejercer autodisciplina y transformar nuestra vida para mejor.

Límites saludables. Proverbios 25:28 nos asegura: «Como ciudad sin defensa y sin murallas es quien no sabe dominarse». No es un modelo que queramos seguir, ¿no te parece? La autodisciplina implica establecer límites saludables para proteger nuestro bienestar espiritual y personal, ya que eso nos permitirá prosperar en las distintas áreas de la vida.

Enfoque orientado a metas. La autodisciplina nos ayuda a mantener un enfoque orientado a metas en nuestro camino de fe y desarrollo personal, y a desbloquear nuestro potencial completo. ¡Suenan bien!

La autodisciplina, empoderada por el Espíritu Santo, nos permite avanzar en nuestro camino de fe y crecimiento personal, con propósito y determinación. ¿Estás listo para abrazar la autodisciplina como una poderosa herramienta para el crecimiento personal y espiritual? ¡Yo sé que sí!

Oración: Capacítame, oh Dios, con tu Espíritu para ejercer autodisciplina en mi vida.

Organización

«Pero todo debe hacerse de una manera apropiada y con orden»

(1 Corintios 14: 40).

Olivia aprovechó el poder de la organización en su vida. Aprendió que estar organizada se trata de crear espacio para lo que realmente importa y de servir a Dios de manera efectiva. Su experiencia ejemplifica el impacto transformador de la organización en fortalecer su fe y propósito. Quizá te preguntes: ¿Cómo puedo yo también vivir esta experiencia de organización?

Honar a Dios en el orden. La organización comienza con la intención de honrar a Dios en la forma en que administramos nuestro tiempo, recursos y responsabilidades. El mandato de 1 Corintios 14:40 nos anima a hacer todo de manera ordenada, lo que nos permite servir a Dios de manera efectiva.

Priorizar la voluntad de Dios. Mateo 6:33 nos instruye: «Más bien, busquen primeramente el reino de Dios y su justicia, entonces todas estas cosas les serán añadidas» La organización implica priorizar la voluntad de Dios en nuestra vida, y asegurarnos de que su propósito tenga prioridad por sobre nuestros planes y deseos.

Crear margen para el servicio. Leamos 1 Pedro 4:10: «Cada uno ponga al servicio de los demás el don que haya recibido, administrando bien la gracia de Dios en sus diversas formas» La organización crea un margen para servir a otros y administrar la gracia de Dios de manera efectiva; y así, cumplimos con el plan de Dios para sus hijos.

La organización nos permite optimizar nuestra vida para una mayor efectividad en el servicio a Dios y a los demás. Nos capacita para honrar a Dios en el orden, priorizar su voluntad y crear espacio para un servicio significativo. Abracemos la organización como una herramienta valiosa para fortalecer nuestra fe y cumplir el propósito de Dios.

Oración: Querido Dios, quiero priorizar tu voluntad, crear espacio para el servicio y servirte de manera efectiva.

Participación comunitaria

«Preocupémonos los unos por los otros, a fin de estimularnos al amor y a las buenas obras. No dejemos de congregarnos, como acostumbran hacer algunos, sino animémonos unos a otros, y con mayor razón ahora que vemos que aquel día se acerca»
(Hebreos 10: 24, 25).

Ethan descubrió el poder transformador de la participación comunitaria. Se dio cuenta de que estar comprometido con la comunidad se trata de difundir el amor de Dios e impactar positivamente a quienes lo rodean. La participación en la comunidad trae alegría y plenitud a su vida, ya que favorece varios aspectos de la persona:

Motiva el amor y las buenas obras. La participación comunitaria comienza con la intención de estimularnos mutuamente al amor y a las buenas obras, como sugiere Hebreos 10:24 y 25. Nos anima a apoyarnos y alentarnos por medio de actos de bondad y servicio.

Promueve la comunión y el aliento. Hechos 2:42 destaca la importancia de la comunión y el aliento dentro de la comunidad de creyentes: «Se mantenían firmes en la enseñanza de los apóstoles, en la comunión, en el partimiento del pan y en la oración» La participación en la comunidad fomenta este sentido de comunión y aliento mutuo.

Vive el amor de Dios. Participar en la comunidad nos permite vivir el amor de Dios a través de actos tangibles de servicio y compasión. El versículo de 1 Juan 3:18 nos anima, diciendo: «Queridos hijos, no amemos de palabra ni de labios para afuera, sino con hechos y de verdad».

La participación comunitaria es una forma poderosa de profundizar nuestra fe e impactar positivamente en el mundo. Conlleva comitar el amor y las buenas obras, fomentar la comunión y el aliento, y vivir el amor de Dios de manera práctica.

Oración: *Padre celestial, ayúdame a encontrar comunión y aliento mientras sirvo donde estoy.*

Aprecio cultural y fe

«Después de esto miré y apareció una multitud tomada de todas las naciones, tribus, pueblos y lenguas; era tan grande que nadie podía contarla. Estaban de pie delante del trono y del Cordero»
(Apocalipsis 7: 9).

Aniden es un joven creyente lleno de profundo aprecio por la diversidad cultural. Ha llegado a comprender que abrazar y apreciar diferentes culturas es un hermoso reflejo de la creación de Dios. La apreciación cultural puede mejorar nuestra fe, fomentar la unidad y ampliar nuestra comprensión del mundo.

Abrazando la creación de Dios. Somos llamados a reconocer que Dios creó personas de todas las naciones, tribus, pueblos y lenguas, y a abrazar la diversidad de su creación. Apocalipsis 7:9 nos recuerda la multitud ante el trono de Dios, que representa el rico tapiz de culturas incluidas entre los hijos de Dios. Abrazar la diversidad nos permite aprender de cada cultura y apreciar la belleza única que cada una tiene.

Fomentando la unidad. Efesios 4:3 dice: «Esfuércense por mantener la unidad del Espíritu mediante el vínculo de la paz». La apreciación cultural ayuda a derribar barreras y fomenta la unidad entre los creyentes. Celebrar nuestra humanidad compartida y reconoce que nuestra fe trasciende las diferencias culturales. La paz es un elemento clave al tratar con diferentes culturas, y está en nuestro poder el fomentarla.

Aprendiendo unos de otros. Proverbios 27:17 afirma, «El hierro se afila con el hierro y el hombre en el trato con el hombre». Cuando apreciamos y aprendemos de diferentes culturas, podemos crecer en nuestra comprensión del mundo y profundizar nuestra fe. Pasar tiempo con personas de diversas culturas nos permite ganar valiosos puntos de vista y ampliar nuestras perspectivas, enriqueciendo nuestro viaje de fe.

La apreciación cultural implica disfrutar de la diversa creación de Dios, fomentar la unidad y aprender unos de otros. ¿Estás listo para ser más consciente de las culturas que tienes a tu alrededor, y apreciarlas más?

Oración: *Gracias, Dios, por el hermoso tapiz de culturas que refleja tu creatividad.*

Respeto por los ancianos

«Ponte de pie en presencia de los mayores.

Respeto a los ancianos. Teme a tu Dios. Yo soy el Señor»

(Levítico 19: 32).

Amy respeta y valora profundamente a los ancianos. Reconoce que respetar a quienes han recorrido el camino de la vida antes que nosotros es un signo de sabiduría y humildad. Es importante honrar a nuestros mayores, obtener sabiduría de sus experiencias y vivir la fe en nuestras interacciones con ellos.

Honar la sabiduría. Levítico 19:32 nos encomienda: «Ponte de pie en presencia de los mayores. Respeto a los ancianos. Teme a tu Dios». Respetar a los ancianos no es solo un signo de honor por su sabiduría, sino también una forma de reverencia hacia Dios.

Aprender de la experiencia. Los ancianos tienen valiosas experiencias de vida para compartir. Sus vivencias ofrecen lecciones y perspectivas importantes que pueden enriquecer nuestro propio camino de fe. Sus historias y orientaciones pueden moldear nuestro carácter y decisiones. ¡Aprende de ellos!

Vivir nuestra fe. Santiago 2:8 nos recuerda: «Ama a tu prójimo como a ti mismo». Respetar a los ancianos es una forma tangible de vivir nuestra fe a medida que mostramos amor y consideración por aquellos que pueden necesitar nuestro cuidado y apoyo. Al honrar a nuestros mayores, demostramos el amor de Cristo.

El respeto a los ancianos es un reflejo de sabiduría, humildad y reverencia hacia Dios. Implica honrar su sabiduría, aprender de sus experiencias y vivir nuestra fe al demostrar amor y consideración por ellos.

Oración: *Te agradezco, Señor, por el regalo de la sabiduría que viene con la edad. Ayúdame a honrar a mis mayores y a aprender de sus experiencias.*

Resiliencia ante el fracaso

«Porque siete veces podrá caer el justo, pero otras tantas se levantará» (Proverbios 24: 16).

Tuve que abrazar el concepto de resiliencia frente al fracaso con un examen en la Universidad Andrews. Dicho examen afectó mucho mi estado de ánimo, ya que hizo peligrar mi graduación. ¿Sabes qué aprendí? Que el fracaso no es el fin, sino una oportunidad para el crecimiento y para avanzar con una determinación renovada. La resiliencia nos inspira a enfrentar los fracasos con valentía, sabiendo que, mediante la fuerza de Dios, podemos levantarnos de las cenizas y prosperar.

La resiliencia es el proceso de adaptarse con éxito a experiencias de vida difíciles o desafiantes. Las personas resilientes superan la adversidad, se recuperan de los contratiempos y pueden prosperar bajo una presión extrema y continua sin actuar de manera disfuncional o perjudicial.

En Proverbios 24:16 dice: «Porque siete veces podrá caer el justo, pero otras tantas se levantará». La resiliencia en el fracaso implica abrazar el espíritu de perseverancia, sabiendo que los contratiempos son temporales y que podemos levantarnos más fuertes cada vez. Se trata de ver el fracaso como un escalón hacia el éxito y una oportunidad para desarrollar la resiliencia que conduce al crecimiento.

Por otra parte, Filipenses 4:13 nos asegura: «Todo lo puedo en Cristo que me fortalece». En los momentos de fracaso, nuestra resiliencia proviene de encontrar fuerza en Dios, confiar en su plan y buscar su orientación.

Te comparto una clave más: aprender de los errores. Proverbios 3:11 y 12 nos anima a no menospreciar la disciplina del Señor y a aprender de nuestros errores. La resiliencia incluye reflexionar sobre nuestros fracasos. Cada fracaso puede ser una valiosa lección si lo abordamos con humildad y con deseo de crecer.

La resiliencia frente al fracaso es un testimonio del poder transformador de la fe y la perseverancia. Implica abrazar la perseverancia, encontrar fuerza en Dios y aprender de nuestros errores.

Oración: *Concédeme, Padre, la resiliencia para levantarme más fuerte luego de un fracaso.*

Etiqueta digital

«Traten a los demás tal y como quieren que ellos los traten a ustedes» (Lucas 6: 31).

Caleb entiende la importancia de la etiqueta digital en el mundo interconectado en que vivimos. Reconoce que nuestras interacciones en línea deben reflejar el amor y la amabilidad que estamos llamados a demostrar como cristianos. Continuamente, veo personas faltándose el respeto mediante las redes sociales, y muchas veces ofendiéndose unos a otros a causa de sus diferentes puntos de vistas.

Tratemos a los demás con respeto. Lucas 6:31 nos recuerda: «Traten a los demás tal y como quieren que ellos los traten a ustedes». En el ámbito digital, esto significa tratar a los demás usuarios de Internet con respeto, amabilidad y empatía, tal como lo haríamos en interacciones cara a cara.

Cuidemos de nuestras palabras. Efesios 4:29 nos aconseja: «Eviten toda conversación obscena. Por el contrario, que sus palabras contribuyan a la necesaria edificación y sean de bendición para quienes escuchan». Este principio se aplica también a nuestra comunicación digital; nos alienta a usar nuestras palabras para edificar y animar.

Mantengamos nuestra integridad. Proverbios 10:9 dice: «Quien se conduce con integridad anda seguro; quien anda en caminos perversos será descubierto». Mantener la integridad cristiana en nuestra presencia en línea significa ser honestos, responsables y rendir cuentas por nuestras palabras y acciones.

Practicar la etiqueta digital es un reflejo de nuestra fe, valores, amor a los demás y amor a Dios. Esto implica tratar a los demás con respeto, cuidar nuestras palabras y mantener la integridad en nuestras interacciones en línea. Con hacerlo, contribuimos a una comunidad digital más positiva y cristiana.

Oración: Querido Dios, ayúdame a que mis interacciones en línea reflejen el amor, la amabilidad y el respeto que me llamas a demostrar en todos los aspectos de mi vida.

Reflexión personal

«Examíname, oh, Dios, y conoce mi corazón; pruébame y conoce mis ansiedades» (Salmo 139: 23).

Recuerdo haber descubierto el poder transformador de la reflexión personal. En aquel momento, entendí que la reflexión personal no es en realidad absorción en uno mismo, sino un medio para acercarme a Dios, examinar mi propio corazón y crecer en la fe. Te comparto algunos consejos para que tú también experimentes el poder de la reflexión personal.

Invita a Dios a examinarte. El Salmo 139:23 expresa el deseo de ser conocido por Dios de la manera más profunda: «Examíname, oh, Dios, y conoce mi corazón; pruébame y conoce mis ansiedades», rogó el salmista. La reflexión personal comienza con invitar a Dios a examinar nuestro corazón y a mostrarnos en qué áreas necesitamos su guía y transformación.

Aprende y crece. Proverbios 27:19 nos recuerda: «El agua refleja el rostro; el corazón refleja la persona». La reflexión personal nos permite aprender de lo que nuestra vida refleja, ya sean momentos de éxito o desafíos. Es a través de la introspección que podemos crecer en carácter y en fe.

Ajústate a la voluntad de Dios. Romanos 12:2 nos pide: «No se amolden al mundo actual, sino sean transformados mediante la renovación de su mente». La reflexión personal implica ajustar nuestros pensamientos y acciones a la voluntad de Dios, y permitirle que renueve nuestra mente y guíe nuestro caminar.

La reflexión personal es una práctica vital para fortalecer nuestra relación con Dios y fomentar el crecimiento personal. Implica invitar el examen de Dios, aprender y crecer mediante la introspección, y ajustarnos a la voluntad de Dios. A través de la reflexión personal nos abrimos al trabajo transformador del Espíritu Santo.

Oración: Ayúdame, Dios, a invitar tu examen, a aprender y crecer a través de la introspección y a ajustarme a tu voluntad para mi vida.

El materialismo

«Es cierto que con la verdadera religión se obtienen grandes ganancias, pero solo si uno está satisfecho con lo que tiene»

(1 Timoteo 6: 6).

Estando en Sudáfrica, Oliver me contó cómo experimentó la alegría de frenar el materialismo. Él era un cirujano muy famoso, pero se había tornado materialista. Me contó que murió uno de sus hijos, y hasta entonces se dio cuenta cuál debía ser su prioridad. Entendió que la verdadera riqueza no se encuentra en las posesiones, sino entre los seres que más nos aman, en la piedad y el contentamiento. ¿De qué manera podemos, como Oliver, huir del materialismo?

Buscar primero el reino de Dios. Esta debe ser nuestra meta cada día. Mateo 6:33 nos aconseja: «Busquen primeramente el reino de Dios y su justicia, entonces todas estas cosas les serán añadidas». Frenar el materialismo comienza con priorizar nuestra relación con Dios y sus propósitos por encima de la búsqueda de posesiones terrenales.

Estar contentos con la provisión de Dios. Presta atención a 1 Timoteo 6:6: «Es cierto que con la verdadera religión se obtienen grandes ganancias, pero solo si uno está satisfecho con lo que tiene». Involucra encontrar contentamiento en la provisión de Dios, sabiendo que él provee para nuestras necesidades y que las verdaderas riquezas provienen de un corazón lleno de gratitud.

Practicar la generosidad y la mayordomía. En 2 Corintios 9:7, Dios nos anima a dar generosamente: «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». Frenar el materialismo incluye ser generosos con lo que tenemos y practicar una sabia mayordomía.

Frenar el materialismo es un reflejo de nuestro deseo de buscar la verdadera riqueza en la piedad y el contentamiento. Involucra buscar primero el reino de Dios, encontrar contentamiento en su provisión y practicar la generosidad y la sabia mayordomía. A través de esta transformación, descubrimos las riquezas duraderas de una vida centrada en Cristo.

Oración: Padre celestial, guíame para buscar primero tu reino, para encontrar contentamiento en tu provisión y para practicar la generosidad y la sabia mayordomía.

Vivir con integridad

**«A los justos los guía su integridad;
a los infieles los destruye su perversidad»**
(Proverbios 11: 3).

Vivir con integridad significa alinear nuestras acciones con nuestros valores, y reflejar el carácter de Dios. Aprendamos más sobre la importancia de la integridad en la construcción de confianza, relaciones y una base sólida para la fe.

Caminar en integridad. Proverbios 11:3 nos dice: «A los justos los guía su integridad». La integridad implica caminar por un camino de honestidad, consistencia y transparencia. Es la brújula que nos guía en nuestras decisiones y acciones.

Aferrarse a la verdad. En el Salmo 25:21 leemos: «Sean mi protección la integridad y la rectitud, porque en ti he puesto mi esperanza». La integridad incluye aferrarse firmemente a la verdad, incluso cuando nos enfrentamos a desafíos o tentaciones que nos inducen a elegir el camino más fácil.

Construir confianza. Proverbios 20:7 afirma: «Justo es quien lleva una vida sin tacha; ¡dichosos sus hijos después de él!». La integridad contribuye a construir confianza no solo en nuestra vida personal, sino también en nuestra comunidad y lugar de trabajo. Deja un legado duradero de rectitud.

Vivir con integridad es un reflejo de nuestro deseo de transitar por los caminos de Dios. Involucra caminar en integridad, aferrarse a la verdad y construir confianza. Mediante nuestra integridad demostramos el carácter de Dios y nos convertimos en faros de luz en un mundo que necesita honestidad y consistencia.

Oración: Ayúdame, Dios, a vivir con integridad, alineando mis acciones con mis valores y reflejando tu carácter.

Corazones compasivos

«Mis queridos hermanos, tengan presente esto:

Todos deben estar listos para escuchar, pero no apresurarse para hablar ni para enojarse» (Santiago 1: 19).

Grace descubrió el poder transformador de la escucha activa. Comprendió que escuchar activamente va más allá de oír palabras; se trata de conectar con los demás a un nivel más profundo. La escucha activa es importante para construir relaciones, mostrar compasión y vivir conforme a las enseñanzas de Cristo. Aquí hay algunos consejos para aprender a escuchar mejor.

Estar preparado para escuchar. Santiago 1:19 nos anima: «Todos deben estar listos para escuchar, pero no apresurarse para hablar ni para enojarse». La escucha activa comienza con la disposición a realmente poner atención a lo que otros dicen, dejando de lado nuestros propios pensamientos y juicios. Se trata de crear un espacio seguro para que otros se expresen.

Participar de modo empático. En 1 Pedro 3:8 se nos insta a ser «compasivos y humildes». La escucha activa implica no solo oír, sino también procurar identificarnos con los sentimientos, las luchas y las perspectivas de los demás. Se trata de reconocer las emociones detrás de las palabras.

Construir puentes. Proverbios 18:13 nos aconseja: «Es necio y vergonzoso responder antes de escuchar». La escucha activa es un constructor de puentes en las relaciones, ya que fomenta la comprensión y la unidad. Es una piedra angular de la comunicación efectiva y la resolución de conflictos.

La escucha activa es una forma poderosa de conectar con los demás y demostrar compasión al estilo de Cristo. Incluye estar listos para escuchar, participar con empatía y construir puentes de comprensión. A través de la escucha activa, nos convertimos en mejores instrumentos de la gracia de Dios.

Oración: *Ayúdame, Dios, a convertirme en un oyente activo, rápido para escuchar, lento para hablar y compasivo en todas mis interacciones con los demás.*

Fortalece tu corazón en la fe

«Que el Señor lleve sus corazones a amar como Dios ama y a perseverar como Cristo perseveró» (2 Tesalonicenses 3: 5).

Esta breve pero profunda declaración nos brinda un valioso recordatorio sobre cómo mantener nuestra fe firme en medio de las circunstancias desafiantes de la vida.

Imagina que estás en un largo viaje por carretera, enfrentándote a todo tipo de obstáculos, desde baches en el camino hasta condiciones climáticas adversas. La vida a menudo se siente de manera similar: llena de desafíos inesperados. En momentos como estos, es fácil sentirse desanimado o abrumado. Pero aquí está la buena noticia: el versículo que acabamos de leer nos recuerda que tenemos un GPS espiritual: el amor de Dios y la paciencia de Cristo. Cuando ponemos a Dios en el centro de nuestro viaje, nuestra vida se vuelve más clara y enfocada. Profundicemos en cómo podemos experimentar la dirección de Dios.

El amor de Dios es como un faro en medio de la tormenta. No importa cuán oscuro parezca el camino, su amor nos ilumina y nos guía. Cuando dudemos, necesitamos recordar que Dios nos ama de una manera que nunca podremos comprender completamente. Su amor nos da fuerza y paz y seguridad, incluso en los momentos más difíciles.

La paciencia de Cristo es nuestra ancla en las tormentas de la vida. A menudo, queremos que las cosas sucedan de inmediato, pero Dios trabaja en su tiempo perfecto. Al mirar a Cristo como nuestro ejemplo, aprendemos a esperar con paciencia y confianza de que él está obrando en nuestra vida, incluso cuando no lo vemos.

En resumen, el texto de 2 Tesalonicenses 3:5 nos recuerda que, en medio de las luchas y los desafíos de la vida, podemos mantener nuestra fe firme, dirigiendo nuestro corazón al amor de Dios y a la paciencia de Cristo. Como en nuestro viaje imaginario, mantén siempre en mente que Dios es tu guía y tu ancla. A medida que cultives tu fe en él, encontrarás la fuerza y la perseverancia para superar cualquier obstáculo que se interponga en tu camino. ¡Que este devocional te ayude a fortalecer tu corazón en la fe y a vivir con confianza en el amor y la paciencia de Dios!

Oración: *Querido Dios, te agradezco por tu amor incondicional y por la paciencia que tienes conmigo. Ayúdame a dirigir mi corazón hacia tu amor y a confiar en tu plan, incluso cuando las circunstancias sean difíciles.*

El amor como deuda

«No tengan deudas pendientes con nadie a no ser la de amarse unos a otros. De hecho, quien ama al prójimo ha cumplido la Ley»
(Romanos 13: 8).

Hoy exploramos un pasaje importante de la Biblia que nos habla sobre el amor y las deudas. ¿Alguna vez te has sentido endeudado con alguien? Tal vez alguien te hizo un favor, te mostró amabilidad o te ayudó en un momento difícil. Hoy aprenderemos cómo podemos saldar esa deuda de amor hacia los demás, basándonos en Romanos 13:8.

Cuando el apóstol Pablo nos insta a no tener deudas pendientes con nadie, no se refiere necesariamente a deudas financieras, sino que es un llamado a ser conscientes de nuestras relaciones interpersonales. Debemos vivir en armonía con los demás y ser personas de palabra, que cumplimos nuestras promesas y nos comprometemos a amarnos mutuamente.

El versículo nos dice que la única deuda que debemos mantener es la de amarnos unos a otros. Imagina que cada acto de amor que mostramos hacia los demás es un pago en cuotas de esa deuda. Cuanto más amamos, más saldamos esa deuda. Sin embargo, a diferencia de las deudas financieras, esta es una deuda que nunca se agota; y cuanto más la pagamos, más crece.

Piensa en alguien que te haya ayudado cuando más lo necesitabas. Tal vez un amigo que estuvo a tu lado en un momento difícil o un familiar que te brindó apoyo incondicional. Imagina que esta persona te prestó una gran suma de dinero. ¿Cómo te sentirías al devolverle ese dinero? Seguramente te sentirías agradecido y contento de hacerlo. Del mismo modo, cuando amamos a otros, estamos devolviendo el amor y la gracia que hemos recibido de Dios y de aquellos que nos rodean.

Romanos 13:8 nos recuerda la importancia de vivir en amor y armonía con los demás. Al amar a los demás, estamos saldando una deuda que nunca se agota, y estamos obedeciendo el mandamiento de Dios de amar a nuestro prójimo. Así que sigamos amando, perdonando y siendo una luz para el mundo, cumpliendo así con la ley de amor que Dios nos ha dado.

Oración: *Querido Dios, te agradezco por tu amor inagotable. Ayúdame a comprender la importancia de amar a los demás como tú me has amado.*

Más misericordia cada mañana

«Por el gran amor del Señor no hemos sido consumidos y su compasión jamás se agota. Cada mañana se renuevan sus bondades; ¡muy grande es su fidelidad!» (Lamentaciones 3: 22, 23).

Sumérgete en este pasaje de las Escrituras, que nos insta a recordar una verdad asombrosa acerca de nuestro Dios: su misericordia es nueva cada mañana. En momentos de dificultad y desánimo, esta promesa nos llena de esperanza y consuelo. Te comparto dos imágenes que pueden ayudarte a visualizar mejor la misericordia de Dios.

Un paquete de regalo. Imagina que cada día recibes un regalo especial, uno que no mereces, pero que Dios te otorga con amor. Esa es la misericordia de Dios. Es un regalo que se renueva constantemente, sin importar cuántas veces fallemos.

Un pizarrón milagroso. Imagina que tienes un pizarrón milagroso en tu habitación. Cada noche, antes de dormir, escribes en él todos tus errores y fracasos del día. Cuando despiertas por la mañana, todos esos errores han desaparecido, como si nunca hubieran existido. Así es como funciona la misericordia de Dios. No importa cuánto hayas fallado, su amor y perdón borran tus errores como si nunca hubieran ocurrido.

A veces, como adolescentes, cometemos errores, decimos cosas hirientes o tomamos decisiones equivocadas. Podríamos sentirnos culpables o desanimados, pero Lamentaciones 3:22 y 23 nos recuerda que no estamos solos. Dios está dispuesto a darnos una nueva oportunidad cada día.

Recuerda que la misericordia de Dios no tiene límites, y siempre puedes comenzar de nuevo con un corazón agradecido. Su fidelidad es grande, y su amor por ti es inquebrantable.

Oración: *Querido Dios, gracias por tu misericordia que se renueva cada mañana.*

Firme en la alegría

«Sin embargo, no se alegren de que puedan someter a los espíritus, sino alégrense de que sus nombres están escritos en el cielo»

(Lucas 10: 20).

A veces sentimos que estamos en la cima del mundo, mientras que en otras ocasiones los desafíos parecen abrumarnos. En medio de estos altibajos, es fundamental encontrar una fuente de alegría constante y profunda. En Lucas 10:20 Jesús nos muestra dónde encontrar esa alegría duradera.

Imagina que eres un niño en una tienda de juguetes. Tienes una gran colección de juguetes de Paw Patrol que te divierten mucho. Sin embargo, ¿qué te haría más feliz que tener todos esos juguetes? ¿Qué te haría sentir aún más emocionado?

En Lucas 10:20, Jesús les habla a sus discípulos después de que han regresado de una misión, emocionados por los milagros que han realizado. Les recuerda que la verdadera razón para alegrarse no es el poder que tienen, sino el hecho de que sus nombres están escritos en el cielo. En otras palabras, les recuerda que su relación con Dios es lo más importante, mucho más que cualquier cosa que pudieran hacer en la Tierra.

Entonces, ¿qué lección podemos aprender de esto? La alegría no debe depender de nuestras circunstancias, logros o posesiones. En lugar de buscar alegría en cosas temporales, como el éxito escolar, la popularidad o las redes sociales, debemos encontrarla en nuestra relación con Dios, que es eterna y constante.

Vislumbra que estás en una montaña rusa. En la parte superior, sientes una emoción extrema; pero cuesta abajo, todo se vuelve oscuro y aterrador. La montaña rusa de la vida puede ser emocionante, pero también puede ser aterradora. La alegría que viene de Dios es como un ancla en medio de esa montaña rusa. Te mantiene estable y en paz, independientemente de lo que estés experimentando en un momento dado.

La alegría duradera no proviene de nuestras circunstancias externas, sino de nuestra relación con Dios. Mantente firme en la alegría que proviene de saber que eres amado y que tu nombre está escrito en el cielo. Enfrenta los altibajos de la vida con confianza en la promesa eterna de Dios.

Oración: Querido Dios, te agradezco por la alegría que encuentro en ti.

Recreación con propósito

«Por tanto, celebro la alegría, pues no hay para el ser humano nada mejor bajo el sol que comer, beber y alegrarse. Solo eso le queda de tanto afanarse en esta vida que Dios le ha dado bajo el sol» (Eclesiastés 8: 15).

Te invito a descubrir la alegría de la recreación con propósito. Las actividades recreativas, cuando se abordan con gratitud e intencionalidad, pueden ser momentos de conexión con la creación de Dios y fuente de rejuvenecimiento. Presta atención a las siguientes tres claves para que la recreación sea intencional y fructífera.

Disfrute agradecido. Eclesiastés 8:15 dice: «Celebro la alegría». La recreación con propósito comienza con un corazón agradecido, reconociendo que cada momento de alegría es un regalo de Dios. Cuando abordamos la recreación con gratitud, cultivamos un aprecio más profundo por sus bendiciones.

Descanso equilibrado. Marcos 6:31 nos dice: «Vengan conmigo ustedes solos a un lugar tranquilo y descansen un poco». La recreación nos permite descansar, tanto física como mentalmente; rejuvenece nuestro espíritu y nos permite servir a Dios de manera más efectiva. Encontrar un equilibrio saludable entre el trabajo y el descanso es esencial para nuestro bienestar.

Conexión con la creación. Salmo 19:1 proclama: «Los cielos cuentan la gloria de Dios; la expansión proclama la obra de sus manos». La recreación nos ofrece oportunidades para conectarnos con la creación de Dios, ya sea a través de caminatas en la naturaleza, deportes al aire libre o simplemente maravillándonos ante la belleza que nos rodea. Es un recordatorio del arte del Creador en el mundo.

La recreación con propósito es una forma de disfrutar las bendiciones de Dios y rejuvenecer nuestro espíritu. Incluye el disfrute agradecido, el descanso equilibrado y la conexión con la creación de Dios. A través de la recreación intencional encontramos momentos de alegría que nos acercan a nuestro Creador.

Oración: Padre celestial, te agradezco por el regalo de la recreación y la alegría que trae a mi vida.

Inteligencia emocional

«El de corazón sabio controla su boca;
con sus labios promueve el saber»

(Proverbios 16: 23).

Estar en sintonía con tus emociones y las emociones de los demás es el camino para disfrutar de relaciones más saludables y de una vida más significativa. Pero ¿qué necesitamos para desarrollar la inteligencia emocional?

Autoconciencia y reflexión. La inteligencia emocional comienza con la autoconciencia, reconociendo y comprendiendo nuestras propias emociones. Incluye una reflexión regular sobre nuestros sentimientos y comportamientos, lo que nos permite tomar decisiones más sabias en cómo respondemos a los desafíos de la vida.

Empatía y compasión. Colosenses 3:12 nos anima con las siguientes palabras: «Revístanse de afecto entrañable y de bondad, humildad, amabilidad y paciencia». La inteligencia emocional incluye la capacidad de empatizar con las emociones de los demás, y demostrar compasión y comprensión, lo que fomenta conexiones más profundas y construye puentes de confianza.

Comunicación saludable. Proverbios 18:21 nos recuerda que «en la lengua hay poder de vida y muerte». La inteligencia emocional nos ayuda a comunicarnos de manera efectiva, asertiva y afirmativa, al elegir palabras y expresiones que edifiquen en lugar de destruir. Es la clave para fomentar relaciones positivas y armoniosas.

Fomentar la inteligencia emocional es un reflejo de nuestro deseo de vivir con sabiduría y armonía. Implica autoconciencia y reflexión, empatía y compasión, y una comunicación saludable. A través de la inteligencia emocional, navegamos los desafíos de la vida con sabiduría y gracia.

Oración: *Concédeme, Padre, la sabiduría para fomentar la inteligencia emocional, tanto en la comprensión de mí mismo como en mi relación con los demás.*

Aprendizaje continuo

«Instruye al sabio, y se hará más sabio;
enseña al justo, y aumentará su saber»

(Proverbios 9: 9).

El aprendizaje continuo surge de un profundo deseo por la sabiduría de Dios, y de aceptar que toda sabiduría verdadera emana de él. Es un proceso que implica el reconocimiento de que la sabiduría divina no tiene límites y que debemos buscarla con esmero y dedicación. Así como lo expresa Proverbios 18:15: «El corazón prudente adquiere conocimiento; los oídos de los sabios procuran hallarlo». Este versículo resalta la importancia de mantener una apertura hacia nuevas experiencias e ideas, y la comprensión de que en la creación divina existen lecciones invaluable por descubrir.

El versículo de 2 Pedro 3:18 nos exhorta a crecer en la gracia y en el conocimiento de nuestro Señor y Salvador Jesucristo. Este crecimiento es fundamental para el desarrollo de nuestra fe, ya que nos permite profundizar en nuestra comprensión de Dios y de su Palabra, y así fortalecer nuestra relación con él. Es una invitación a reconocer que, mientras más conocemos a Dios, más profundidad puede alcanzar nuestra fe.

El aprendizaje continuo, entonces, no es solo una acumulación de conocimiento, sino un camino para crecer en la sabiduría y la gracia que Dios ofrece. Incluye una búsqueda activa de esa sabiduría divina, mantener una mente inquisitiva y un espíritu humilde, y desarrollar la fe.

A medida que avanzamos en este camino de aprendizaje constante, nos acercamos más a Dios y comenzamos a comprender la inmensidad de su sabiduría. Este proceso de aprendizaje es especialmente enriquecedor para los que están en una etapa crucial de formación y buscan fundamentos sólidos sobre los cuales construir su vida. ¿Te suena?

Oración: *Que mi corazón, Dios, permanezca abierto a las lecciones que me proporcionas en cada temporada de la vida.*

Influencers [Influyentes]

«Hagan brillar su luz delante de todos, para que ellos puedan ver las buenas obras de ustedes y alaben a su Padre que está en los cielos» (Mateo 5: 16).

Hasta enero de 2024, cuando escribo estas líneas, Cristiano Ronaldo es la persona con más seguidores en *Instagram*, con una cifra que supera los 600 millones. Esta popularidad refleja lo mucho que puede influir una persona; y es que todos, de alguna forma, tenemos quienes nos siguen. Nuestra vida es como una carta que todo el mundo puede leer, y aunque no lo creas, incluso siendo introvertido, puedes influir en muchas personas. Recuerda que todos somos *influencers* (influyentes).

Ser alguien a quien los demás quieran imitar empieza por vivir nuestra fe de manera activa, mostrando el amor y los valores de Cristo en lo que hacemos día a día. Se trata de ser ese ejemplo del amor de Dios en un mundo que está buscando su luz. Proverbios 10:9 nos dice que quien vive con integridad, vive seguro. Quienes son un buen ejemplo para otros viven con esta integridad, toman decisiones basadas en sus valores y demuestran honestidad y carácter moral en todo momento. Es cuestión de ser fiel a lo que creemos y convertirnos en una guía de verdad para los demás.

Gálatas 5:13 nos anima a servirnos unos a otros con amor. Si quieres ser un buen modelo, involúcrate en ayudar a los demás, muestra amor y compasión, y haz la diferencia con actos de bondad y generosidad. Es así como podemos cambiar la vida de las personas que nos rodean para mejor. Al final, ser un buen ejemplo para otros es una manera de reflejar la luz de Dios al mundo. En la práctica, es vivir nuestra fe, guiar con honestidad y ofrecer ayuda significativa, glorificando a nuestro Padre celestial con nuestras acciones.

Oración: Ayúdame, Dios, a brillar como un modelo positivo a seguir, y a reflejar tu luz y amor a quienes me rodean.

El éxito de los demás

«Ayúdense unos a otros a llevar sus cargas y así cumplirán la ley de Cristo» (Gálatas 6: 2).

Impulsar el éxito de otros es más que un gesto noble; es una marea contagiosa que debería trastornar nuestro mundo. Imagínalo como una onda sonora que, cuando uno la lanza, se propaga y vuelve con más fuerza. Cuando compartes la alegría y enfrentas los desafíos con tus amigos, estás siendo ese «hermano» que todos quieren tener cerca. Es como cuando, en un videojuego, uno ayuda al otro a pasar de nivel y ambos celebran la victoria.

La clave aquí es ser ese jugador de equipo que siempre está listo para dar una mano, animar y ser el admirador número uno de tus amigos. No se trata solo de beneficiarlos tú; es también lo que dice Juan en la Biblia: que si el beneficio viene desde arriba, ¿por qué no compartirlo? Esto es como armar un equipo apegado donde todos sienten que pertenecen y que pueden contar con los demás.

Y ojo, porque no es solo hablar; ¡es hacer! Es estar ahí en las buenas y en las malas, y crear ese espacio seguro donde todos puedan ser auténticos. Esto no solo beneficia a los demás; también te llena a ti de cosas lindas. Como si al pasar buena energía, la vida te la devuelve en forma de nuevo ánimo y entusiasmo.

Impulsar a los demás es una carrera en que todos ganan. Mientras más apoyes, más sentirás esa alegría y satisfacción que no tienen precio. En resumen, ser un motor de apoyo para los demás es un súper poder que todos tenemos. Se trata de llevarte bien con todos, crear una comunidad de amor y disfrutar de todo lo positivo que te regresa.

Oración: Concédeme, Dios, ser fuente de aliento y apoyo para quienes me rodean.

Rutina saludable

«No seas sabio en tu propia opinión; más bien, teme al Señor y huye del mal. Esto infundirá salud a tu cuerpo y fortalecerá tus huesos» (Proverbios 3: 7, 8).

Hacer ejercicio no es solo una actividad para mejorar tu apariencia, ¡es una forma de respetar la creación de Dios! Cada vez que te mueves, corres, saltas o levantas peso, estás celebrando la capacidad que Dios te ha dado. Piensa en ello como una oración en acción, donde cada latido de tu corazón al ritmo del ejercicio es un tambor que resuena con gratitud por la vida que se te ha otorgado.

Cuidar tu cuerpo te prepara para servir mejor a los demás. Con energía y salud estás mejor equipado para realizar las tareas que Dios te da. Es difícil brillar con la luz de Cristo si siempre estás agotado o no te sientes bien. Así como se afina un instrumento antes de un concierto, afina tu cuerpo con ejercicio y nutrición adecuada para estar listo para la sinfonía de la vida que Dios quiere que toques.

El ejercicio también es una disciplina que refleja principios espirituales. Requiere compromiso, consistencia y sacrificio: valores que son igual de importantes en tu viaje espiritual. Cada vez que decides hacer ejercicio en lugar de pasar otra hora en el sofá, estás practicando la autodisciplina, un fruto del Espíritu mencionado en Gálatas 5:22 y 23.

Y recuerda, cuidar tu cuerpo no es solo una tarea individual. Proverbios 27:17 dice que «el hierro se afila con el hierro y el hombre en el trato con el hombre». En el contexto del ejercicio, esto puede significar encontrar un compañero de entrenamiento que te ayude a mantenerte responsable, y con quien compartes tanto risas como cargas.

Por último, al cuidar de tu cuerpo, también cuidas tu mente y tu espíritu. La ciencia ha demostrado que el ejercicio libera endorfinas, sustancias químicas que te hacen sentir bien y que pueden mejorar tu estado de ánimo y disminuir el estrés. En un nivel más profundo, esto puede ayudarte a encontrar la paz y la claridad necesarias para escuchar la voz suave y apacible de Dios.

Así que, joven guerrero, cuando cuides tu cuerpo a través del ejercicio, hazlo con la intención de honrar a Dios, de estar listo para servir y de vivir una vida plena y activa. Que cada paso, cada estiramiento y cada respiración sea un acto de adoración y un homenaje al Creador que te dio este cuerpo, este templo, este regalo.

Oración: Te agradezco, Padre, por el regalo de mi cuerpo. Que el Espíritu Santo habite en mí.

Vivamos en la luz

«Vivamos decentemente, como a la luz del día, no en orgías y borracheras, ni en inmoralidad sexual y libertinaje, ni en desacuerdos y envidias» (Romanos 13: 13).

Imagina que estás en un apagón total, intentando moverte sin tropezar con nada. Una vez, mi hija Melany me gritó en plena madrugada. Yo estaba tan en modo pánico que salí disparado hacia su habitación y ¡pum!, me comí la puerta que estaba abierta de par en par. Veía estrellas, de verdad. Si hubiera tenido una linterna, la historia hubiera sido otra.

Así es como el de Arriba quiere que nos manejemos: como luces en la penumbra del mundo. Hoy nos vamos a sumergir en Romanos 13:13 para entender cómo podemos reflejar la luz de Cristo en este mundo que a veces es un laberinto.

La Palabra nos ofrece consejos clave que nos señalan un camino de amor para hacer las cosas bien. El versículo arranca con «vivamos como a la luz del día», que es como decir: sé íntegro, sé honesto, sé una buena persona en todo lo que hagas. Incluye esquivar lo malo, la inmoralidad, las fiestas escandalosas, las broncas y los resentimientos, que son trampas en las que el malo quiere que nos hundamos. Al evitar todo eso, nos mantenemos en la zona iluminada de Cristo.

Pablo nos está diciendo: «Vivamos como a plena luz de día». O sea, que todo lo que hagamos sea claro y abierto, sin nada turbio ni escondido. Vivamos de tal forma que cuando nos alumbre la luz de la verdad, no tengamos nada que temer. Acuérdate, como amigos de Cristo nos toca ser faros en medio de las tinieblas. Siguiendo lo que nos dice Romanos 13:13, podemos vivir de una forma que glorifique a Dios y muestre su amor a todo el que nos rodea. ¡Que la luz de Cristo brille en nosotros!

Oración: Querido Dios, que mi vida sea un reflejo de tu amor y de tu verdad.