


**GUÍA**  
PARA MENTOR DE GPS

# switch

Cómo Dios nos cambia  
Romanos 12:2

TODOS LOS VIDEOS PARA REALIZAR TU GPS DISPONIBLES EN  YouTube

**GRUP**  **S**  
PEQUEÑOS SALUDABLES

# SWITCH

Cómo Dios nos cambia

*sean transformados mediante la renovación de su mente...*

***ROMANOS 12:2***



## TABLA DE CONTENIDO

Cómo usar esta guía	IV
Mis Metas a Tres Meses	VI
<b>Sesión 1:</b> Transformado en mi salud espiritual	1
<b>Sesión 2:</b> Transformado en mi salud física	9
<b>Sesión 3:</b> Transformado en mi salud mental	15
<b>Sesión 4:</b> Transformado en mi salud emocional	21
<b>Sesión 5:</b> Transformado en mi salud relacional	27
<b>Sesión 6:</b> Transformado en mi salud financiera	35
<b>Sesión 7:</b> Transformado en mi salud vocacional	41
<b>Materiales para los Grupos Pequeños</b>	46

# TRANSFORMADOS

*“SEAN TRANSFORMADOS MEDIANTE LA RENOVACIÓN DE SU MENTE”*

*ROMANOS 12:2 NVI*

La única manera de cambiar realmente tu vida es cambiando tu forma de pensar. Eso es lo que la Biblia dice en el versículo principal, **“No se amolden al mundo actual, sino sean transformados mediante la renovación de su mente”** (*Romanos 12:2 NVI*)

¿Cuál es la diferencia entre “conformarse” y “transformarse”? De acuerdo con el diccionario, conformarse significa “hacer o ser lo mismo” o “comportarse de una misma forma, aceptando sin cuestionar las costumbres, tradiciones y permitiendo las opiniones de otros.” En otras palabras, conformarse es ajustarse en el molde de alguien más; se trata de hacer las cosas de la misma forma que todos los demás lo hacen.

Por otro lado, transformarse significa “cambiar la condición, función, naturaleza, carácter o personalidad” de algo.

**CONFORMARSE** tiene que ver con **COMPORTAMIENTO.**

**TRANSFORMARSE** tiene que ver con **CARÁCTER.**

**CONFORMARSE** es **DESDE FUERA HACIA DENTRO.**

**TRANSFORMARSE** es **DESDE DENTRO HACIA FUERA.**

Conformarse es algo que hacemos a nosotros mismos. Transformarse es algo que Dios nos hace. Y Él nos transforma renovando nuestras mentes. Como ves, Dios no sólo quiere cambiar tu comportamiento. Él quiere cambiar la forma que piensas. La Biblia dice, “Porque cual es su pensamiento en su corazón, tal es él” Proverbios 23:7(RVR 1960) Tus pensamientos controlan tus acciones. Entonces si quieres cambiar tu forma de actuar, debes empezar cambiando tu forma de pensar. Si quieres ser como Cristo, debes aprender a pensar como Cristo.

Durante las próximas siete semanas, vamos a estudiar el poder transformador de Jesucristo. Específicamente, analizaremos el plan de Dios para

## **Transformarte en siete áreas clave de tu vida: tu salud espiritual, salud física, salud mental, salud emocional, salud relacional, salud financiera y tu salud vocacional.**

Vamos a permitir que la Palabra de Dios renueve nuestras mentes y cambie la forma en que pensamos: sobre Dios, sobre nosotros mismos, sobre nuestras relaciones, nuestras finanzas, nuestras vocaciones - sobre todo. Y cuando aprendas a pensar diferente empezarás a vivir diferente. A medida que aprendes a pensar a la manera de Dios, empezarás a vivir a la manera de Dios.

Transformación es mucho más que poner información en tu cabeza. Se trata de vivir lo que Dios está obrando en ti. La Biblia dice: ***“Pero sed hacedores de la Palabra, y no tan solamente oidores” Santiago 1:22(RVR 1960).*** Para ayudarte a llevar a la práctica lo que estás aprendiendo, te recomendamos que establezcas las metas a tres meses para cada una de las áreas claves de tu vida. Las metas convierten las intenciones en acciones. Sin una meta específica en mente, puede que no consigas aplicar la verdad de Dios para tu vida. Así que te hemos proporcionado las instrucciones en la sección de Pongámoslo en Práctica en cada una de las sesiones, lo cual te ayudará a establecer una meta de tres meses para el área clave que estés estudiando.

Asegúrate que tu meta sea una meta ***RECTA: Relevante, Específica, Contable, de Tiempo Limitado y Alcanzable***. Por ejemplo, no digas sólo, “Quiero crecer espiritualmente” o “Quiero bajar de peso.” Éstas no son metas Rectas. Son demasiado generales. Una meta RECTA para tu salud espiritual puede ser, “Voy a memorizar Romanos 12 en los próximos noventa días” o “Voy a tener quince minutos en un tiempo a solas con Dios cada mañana, por los próximos noventa días.” Éstas son metas RECTAS: Las que están basadas en una acción concreta, medible y factible, las cuales están relacionadas al área de salud específica que estás estudiando y tienen una fecha límite.

Una vez que hayas establecido tu meta, transfírela a la lista de **Mis Metas a Tres Meses** en las páginas VI y VII de esta guía de estudio, de modo que las tengas todas en un mismo lugar para revisarlas fácilmente.

•**¿Qué te dijo Dios?**, ¿Qué te dijo Dios a medida que leías el devocional del día?

•**¿Qué piensas?**, ¡Qué significa esto para ti, cómo puedes aplicarlo a tu vida, y que diferencia hará esto en ti?

•**¿Qué vas a hacer?**, ¿Qué pasos de acción vas a tomar?, ¿Pensarás diferente? ¿Vivirás diferente?

•**Ahora habla con Dios...** Aquí es donde pones tus pensamientos en oración. Esta podría ser una oración de gratitud o alabanza. Esta podría ser una oración de confesión o una petición para pedir ayuda a Dios. Depende de ti. Sólo toma un minuto cada día escribir una oración en respuesta a la lectura del devocional.

**¿Estás listo para ser transformado?** Entonces empecemos.





# ¿CÓMO USAR ESTA GUÍA DE ESTUDIO?

Una breve explicación de las características de esta guía

## MIS METAS A TRES MESES

Cada semana se establecerá una meta personal para el área de salud que estará estudiando el grupo. Cada meta se debe transferir a la página de Mis Metas a Tres Meses, para tenerlas todas en un mismo lugar.

## ESTUDIO EN EL GRUPO PEQUEÑO

•**PONTE AL DÍA:** Cada reunión se abrirá respondiendo brevemente a una o dos preguntas, las cuáles ayudarán a enfocar la atención de todos los asistentes en el tema de la lección.

•**VERSÍCULO PARA MEMORIZAR:** Cada semana se encontrará un versículo calve de la Biblia para memorizar en grupo. Si alguno de los participantes tiene una traducción diferente de la Biblia, que la lea en voz alta, de esta manera el grupo puede obtener una visión más amplia del significado del pasaje.

•**VIDEO DE LA SESIÓN:** Hay un “Video de la Sesión” para proyectarlo cada semana. Los espacios en blanco de la guía de estudio se completan como se muestra en el video, asegúrense de referirse de nuevo a estas notas, durante el momento de la discusión en grupo.

•**PREGUNTAS PARA DESCUBRIR:** Cada segmento del video se complementa con varias preguntas para discutir en grupo. Por favor no se sientan presionados de discutir cada una de las preguntas. No hay razón para apurarse en medio de las respuestas. Se debe dar a cada uno la oportunidad de compartir ampliamente sus pensamientos. Si no se consigue ir a través de todas las preguntas para descubrir, está bien.

•**PONGÁMOSLO EN PRÁCTICA:** Cada semana tendrán el desafío de comprometerse con una meta para cada una de las siete áreas claves de este estudio. Asegúrense de transferir estas metas a la lista de Mis Metas a Tres Meses en las páginas VI y VII de esta guía de estudio.

•**DIRECCIÓN DE LA ORACIÓN:** Al final de cada sesión, se encontrarán sugerencias para el tiempo de oración en grupo. Orar juntos es uno de los mayores privilegios de los grupos pequeños. Por favor, no darlo por hecho.

•**PROFUNDICEMOS:** Esta sección incluye sugerencias de libros, estudios y otros recursos para uso personal o para uso en grupo,

## **DEVOCIONALES DIARIOS**

Motive a los miembros de su grupo pequeño a realizar a diario el devocional bien sea que se haga en físico o digital.

### **RECURSOS PARA GRUPOS PEQUEÑOS**

Hay otros materiales de estudio y recursos para grupos pequeños en la parte posterior de la guía de estudio.

### **UNA SUGERENCIA PARA EL LÍDER**

El material de esta guía de estudio está destinado para ser tu siervo, no tu maestro. El punto no es tener una carrera a través de las sesiones; el punto es tomar el tiempo necesario para dejar que Dios trabaje en el interior de cada vida. No es necesario “ir alrededor del círculo” antes de moverse a la siguiente pregunta. Denle a cada persona la libertad de hablar, pero no insistan en que lo haga. El grupo disfrutará profundamente compartir y deliberar abiertamente, si ninguno se siente presionado a hablar.

# MIS METAS A TRES MESES

## MI META A TRES MESES EN LA SALUD ESPIRITUAL

---

---

---

---

---

---

## MI META A TRES MESES EN LA SALUD FÍSICA

---

---

---

---

---

---

## MI META A TRES MESES EN LA SALUD MENTAL

---

---

---

---

---

---

## MI META A TRES MESES EN LA SALUD EMOCIONAL

---

---

---

---

---

---

**MI META A TRES MESES EN LA SALUD RELACIONAL**

---

---

---

---

---

---

**MI META A TRES MESES EN LA SALUD FINANCIERA**

---

---

---

---

---

---

**MI META A TRES MESES EN LA SALUD VOCACIONAL**

---

---

---

---

---

---

# SESIÓN 1

## TRANSFORMADO EN MI SALUD ESPIRITUAL

### PONTE AL DÍA

- Si esta es la primera reunión como grupo, o si tienes un miembro nuevo, asegúrense de que cada uno se presente al resto del grupo.
- Antes que comiences este estudio, les recomendamos que revisen Las Reglas del Grupo Pequeño en la página 54 de esta guía.
- Compartan con el grupo pequeño lo que esperan obtener de este estudio.

### VERSÍCULO PARA MEMORIZAR

*Todo el que pertenece a Cristo se ha convertido en una persona nueva.*

*La vida antigua ha pasado, ¡una nueva vida ha comenzado!*

**2 Corintios 5:17 (NTV)**

**\*MIRA AHORA EL VIDEO DE LA SESIÓN Y SÍGUELO CON LAS NOTAS DE  
ESTA GUÍA DE ESTUDIO.**

## TRANSFORMADO EN MI SALUD ESPIRITUAL

### SIETE HÁBITOS PARA LA SALUD ESPIRITUAL

**1. Debo \_\_\_\_\_ supremamente.**

*«Si alguno de ustedes quiere ser mi discípulo, tendrá que amarme más*

que a su padre o a su madre, más que a su esposa o a sus hijos, y más que a sus hermanos o a sus hermanas. Ustedes no pueden seguirme, a menos que me amen más que a su propia vida.

**Lucas 14:26 (TLA)**

**La Salud Espiritual es medida por el\_\_\_\_\_.**

—El mandamiento más importante es: “¡Escucha, oh Israel! El Señor nuestro Dios es el único Señor. Ama al Señor tu Dios con todo tu corazón, con toda tu alma, con toda tu mente y con todas tus fuerzas” [prácticamente -vivir tal como lo amas].

**Marcos 12:29-30 (NTV)**

**2.Debo\_\_\_\_\_.**

*Dichosos los que me escuchan y a mis puertas están atentos cada día, esperando en la entrada de mi casa.*

**Proverbios 8:34 (NVI)**

**3.Debo\_\_\_\_\_ y \_\_\_\_\_ su palabra.**

*Dichoso el hombre ... que en la ley del señor se deleita, día y noche medita en ella. Es como árbol plantado a la orilla de un río que, cuando llega su tiempo da fruto y sus hojas jamás se marchitan. itodo cuanto hace prospera!*

**Salmos 1:1-3 (NVI)**

*“Ustedes son mis amigos si hacen lo que yo les mando.”*

**Juan 15:14(NVI)**

*Quien se fija atentamente en la ley perfecta que da libertad, y persevera en ella, no olvidando lo que ha oído sino haciéndolo, recibirá bendición al practicarla.*

**Santiago 1:25 (NVI)**

**4. Debo \_\_\_\_\_ de mis ingresos.**

*“Traigan integro el diezmo para los fondos del templo, y así habrá alimento en mi casa. Pruébame en esto -dice el señor todopoderoso-, y vean si no abro las compuertas del cielo y derramo sobre ustedes bendición hasta que sobre abunde.”*

***Malaquías 3:10 (NVI)***

**¡No puedes dar más que Dios!**

**5. Debo aprender a \_\_\_\_\_.**

*“Si se aman los unos a los otros, todo el mundo se dará cuenta de que son discípulos míos.”*

***Juan 13:35 (DHH)***

*Si alguien dice: <<Amo a Dios>> pero odia a un hermano en Cristo, esa persona es mentirosa pues, si no amamos a quienes podemos ver, ¿Cómo vamos a amar a Dios, a quien no podemos ver?*

***1 Juan 4:20 (NTV)***

**El crecimiento espiritual ocurre en \_\_\_\_\_.**

**6. Debo \_\_\_\_\_.**

*“pues ni aun el Hijo del Hombre vino para que le sirvan, sino para servir a otros y para dar su vida en rescate por muchos.”*

***Marcos 10:45. (NTV)***

**7. Debo compartir las \_\_\_\_\_.**

*Lo que me has oído decir en presencia de muchos testigos, encomiéndalo a creyentes dignos de confianza, que a su vez estén capacitados para enseñar a otros. **2 Timoteo 2:2. (NVI)***

Tú vas a ir al cielo porque alguien te hablo de Jesucristo. Y alguien le dijo a ese alguien que te hablo a ti. Y alguien le dijo al que le hablo a ese alguien que te hablo a ti. ¿Se va a romper la cadena contigo?, ¿Alguien va a ir al cielo debido a ti? Si no le dices a alguien, entonces ¿Quién le va a decir?, Jesús dice que un discípulo debe compartir las Buenas Noticias.

*“Vayan y hagan discípulos de todas las naciones, bautizándoles en el nombre del padre y del Hijo y del Espíritu Santo. Enseñen a los nuevos discípulos a obedecer todos los mandatos que les he dado. Y tengan por seguro esto: que estoy con ustedes siempre, hasta el fin de los tiempos.”*

**Mateo 28:19-20**

## **PREGUNTAS PARA DESCUBRIR (ELIJAN AL MENOS UNA O DOS)**

- ¿Qué parece estar interponiéndose en tu crecimiento espiritual?
  
- En el video aprendiste sobre la importancia de un tiempo a solas con Dios todos los días. ¿Tienes un tiempo a solas con Dios todos los días?, ¿Cuál es tu rutina normal?, ¿Qué es lo que normalmente se interpone con tu tiempo a solas con Dios?
  
- ¿Por qué estar en un grupo pequeño y servir a otros es tan importante para tu crecimiento espiritual?, ¿Qué puedes aprender a través de tus relaciones personales que no puedas aprender por tu cuenta?



- En el video el pastor dijo “El crecimiento espiritual no es automático. Es una opción.” ¿De qué manera has elegido crecer espiritualmente?, ¿Cuál ha sido la ayuda más efectiva para tu crecimiento espiritual?

## PONGÁMOSLO EN PRÁCTICA

En esta sesión hablamos sobre los siete hábitos que nos ayudan a crecer espiritualmente. ¿En cuál de estos hábitos necesitas trabajar más?, ¿Qué cosa puedes hacer para empezar a tener ese hábito como una realidad en tu vida diaria, en los próximos tres meses? Habla sobre esto con tu grupo y comparte las ideas con ellos.

Decídate por una de estas cosas que vas a hacer y establécela como una meta a tres meses para crecer en el área de la salud espiritual. Escribe tu meta en el siguiente espacio.

### MI META A TRES MESES EN LA SALUD ESPIRITUAL

---

---

---

---

Cuando se trata de establecer metas, es importante que realices un plan y después revises tu progreso regularmente. Las metas que no se escriben, ni se ponen en marcha son solo ideas, y muy rara vez sentimos algún tipo de compromiso por cumplir nuestras ideas. Para ayudarte a alcanzar tus metas, te hemos provisto de la lista de **Mis Metas a Tres Meses** en las páginas VI y VII de esta guía de estudio. Vista esta página cada semana y agrega una meta para cada una de las siete áreas que vamos a cubrir en este estudio. El propósito de la lista de **Mis Metas a Tres Meses** es ayudarte a empezar a poner en práctica las cosas que estás aprendiendo en este estudio. Recomendamos

que revises la página de **Mis Metas a Tres Meses** regularmente para que recuerdes tus metas y hagas un seguimiento de tu progreso. Incluso podrías establecer una fecha en el futuro y compartir en grupo, cómo te está yendo a ti y cada uno con sus metas, luego celebrarán lo que Dios está haciendo en cada una de sus vidas.

Para esta sesión, trasfiere la Meta a Tres Meses en la Salud Espiritual a la lista de Mis Metas a Tres Meses en las páginas VI y VII.

## **DIRECCIÓN DE ORACIÓN**

Una manera en que podemos mostrar nuestro amor mutuo es comprometiéndonos a orar los unos a los otros, tomen un momento como grupo para compartir las peticiones de oración. Asegúrate de escribir las peticiones de cada uno en el Reporte de Oración y Alabanza del Grupo Pequeño en la página 59.

## **PROFUNDICEMOS ¿QUIERES IR MÁS PROFUNDO EN TU SALUD ESPIRITUAL?**

### **PARA TI**

- Lee los devocionales diarios que se envían a través de WhatsApp.
- Lee el Versículo para Memorizar ubicado al principio de la sesión todos los días de esta semana como parte de tu tiempo a solas con Dios. Mira si puedes memorizarlo antes de tu siguiente reunión con el grupo pequeño.
- Lee Una Vida con Propósito del pastor Rick Warren. Desde su lanzamiento según la revista Publishers Weekly, se ha convertido en “El libro de no ficción en tapa dura más vendido de todos los tiempos.” Te ayudará a entender de qué se trata la salud espiritual y encontrar las respuestas a las tres preguntas más importantes de la vida:

**1.La pregunta de Existencia:** ¿Por qué estoy vivo?

**2.La pregunta de Significado:** ¿Es mi vida importante?

**3.La pregunta de Propósito:** ¿Para qué estoy aquí en la tierra?

Viviendo el propósito para el cual fuiste creado te mueves más allá de la simple supervivencia y te lleva al éxito de una vida con significado -la vida que estas destinado a vivir.

•**Hazte un chequeo espiritual.** La mayoría de la gente quiere vivir saludablemente, con vidas balanceadas. Un chequeo médico periódicamente es una buena forma de medir la salud física y revisar posibles problemas. De esa misma forma, un chequeo espiritual es vital para tu buen mantenimiento espiritual.

•**Una Evaluación con Propósito de mi Salud Espiritual** te dará un rápido panorama de tu salud espiritual. Toma 3 a 4 minutos a solas, para completar Una Evaluación con Propósito de mi Salud Espiritual, que se encuentra en la página 60 de esta guía de estudio. Después de contestar las preguntas, totaliza tus resultados. Luego únete a otra persona y brevemente comparte un propósito en el que te está yendo bien y otro en el que necesitas trabajar un poco.



## SESIÓN 2

# TRANSFORMADO EN MI SALUD FÍSICA PONTE AL DÍA

- ¿Cuál de los siete versículos de la salud espiritual en tu lectura devocional de la semana pasada, fue el más significativo para ti?
- ¿Qué impacto crees que tu salud física tiene sobre tu salud espiritual?

### VERSÍCULO PARA MEMORIZAR

*¿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, honren con su cuerpo a Dios.*

### **\*MIRA AHORA EL VIDEO DE LA SESIÓN Y SÍGUELO CON LAS NOTAS DE ESTA GUÍA DE ESTUDIO.**

*Oro para que te vaya bien en todos tus asuntos y goces de buena salud, así como prosperas espiritualmente.*

**3 Juan 1:2 (NVI)**

Dios quiere que cuidemos nuestros cuerpos, no solo porque es donde vivimos, sino también porque es donde Él vive. La Salud Física es una disciplina espiritual.

*“<<Todo me está permitido>>, pero no todo es para mi bien. <<Todo me está permitido>>, pero no dejaré que nada me domine. <<Los alimentos son para el estómago y el estómago para los alimentos>>; y Dios los destruirá a ambos. Pero el Cuerpo no es para la inmoralidad sexual sino para el Señor, y el Señor para el cuerpo. Con su poder Dios resucitó al Señor, y nos resucitará también a nosotros. ¿No saben que sus cuerpos son miembros de Cristo mismo?... Huyan de la inmoralidad*

*sexual. Todos los demás pecados que una persona comete quedan fuera de su cuerpo; pero el que comete inmoralidades sexuales peca contra su pro-cuerpo. ¿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 comparados por un precio. Por tanto, honren con su cuerpo a Dios.*

**1 de Corintios 6:12-20(NVI)**

## **LO QUE DIOS DICE SOBRE MI CUERPO**

**-Mi cuerpo es \_\_\_\_\_ de Dios.**

*Tú fuiste quien formó todo mi cuerpo; tú me formaste en el vientre de mi madre... estoy maravillado, porque es maravilloso lo que has hecho.*

**Salmos 139: 13-14 (DHH)**

**-Dios confía en que yo \_\_\_\_\_ mi cuerpo.**

*No dejaré que nada me domine.*

**1 Corintios 6:12 (NVI)**

**-Mi cuerpo será \_\_\_\_\_ después que muera.**

*Con su poder Dios resucitó al Señor, y nos resucitará también a nosotros.*

**1 Corintios 6:12 (NVI)**

**-Mi cuerpo está conectado al \_\_\_\_\_.**

*¿No saben que sus cuerpos son miembros de Cristo mismo?*

**1 Corintios 6:14 (NVI)**

**Jesús dio su cuerpo por ti y Él quiere que tú le honres con el tuyo.**

**-El Espíritu Santo \_\_\_\_\_ mi cuerpo.**

*¿Acaso no saben que su cuerpo es templo del Espíritu Santo, quien está en ustedes y al que han recibido de parte de Dios?*

**1 Corintios 6:19 (NVI)**

*¿No saben que ustedes son templo de Dios y que el Espíritu de Dios habita en ustedes? ...El templo de Dios es sagrado, y ustedes son ese templo.*

**1 Corintios 3:16-17 (NVI)**

**Tú eres la morada de Dios en la tierra.**

*Porque nosotros somos templo del Dios viviente.*

**2 Corintios 6:16 (NVI)**

**-Jesús \_\_\_\_\_ en la cruz.**

*Ustedes no son sus propios dueños; fueron comprados por un precio. Por tanto, honren con sus cuerpos a Dios.*

**1 Corintios 6:19-20. (NVI)**

*Hermanos tomando en cuenta la misericordia de Dios, les ruego que cada uno de ustedes, en adoración espiritual, ofrezcan su cuerpo como sacrificio vivo, santo y agradable a Dios.*

**Romanos 12:1 (NVI)**

*“¿Quieres quedar sano?”*

**Juan 5:6 (NVI)**

**Dios quiere que estés físicamente saludable para que puedas lograr grandes cosas para su reino.**

## **PREGUNTAS PARA DESCUBRIR**

**(ELIJAN AL MENOS UNA O DOS)**

• La Biblia dice que tu cuerpo es propiedad de Dios y que eres la morada del Espíritu Santo. ¿Cómo esto afecta la manera en que te ves?, ¿Qué crees que harás diferentes sabiendo esto?

• Dios confía en que administres tu cuerpo. ¿Por qué esto es tan importante para Dios?

• ¿En qué aspecto tienes que administrar tu cuerpo?, ¿Qué tan buen administrador crees que eres?

• ¿Por qué crees que la mayoría de cristianos tienden a poner más énfasis en su espíritu o mente, en lugar de cuidar sus cuerpos?

## **PONGÁMOSLO EN PRÁCTICA**

¿Dónde quieres estar en tres meses a partir de ahora con respecto a tu salud física?, ¿Qué cosa harás para dar un paso hacia esa dirección? No es una cosa que podrías hacer, o que pudiera ser posible que hicieras, sino una cosa que vas a hacer. Sabemos que las metas que no se expresan muy rara vez se cumplen, por tanto, comparte tu meta con otra persona en tu grupo.

Escribe la meta para tu salud física en el siguiente espacio.



MI META A TRES MESES EN LA SALUD FÍSICA

---

---

---

---

---

Ahora trasfiere tu **Meta a Tres Meses** en la Salud Física a la lista de Mis Metas a **Tres Meses en la página VI y VII.**

## DIRECCIÓN DE ORACIÓN

Dedique algún tiempo para orar por las peticiones que han sido compartidas entre ustedes. (Recuerden escribirlas en el Reporte de Oración y Alabanza del Grupo Pequeño en la pagina 59.) Es posible que deseen centrarse en algunos de los desafíos físicos o metas que se han fijado en el estudio de esta semana.

## PROFUNDICEMOS ¿QUIERES IR MÁS PROFUNDO EN TU SALUD FÍSICA?

### PARA TI

- Lee los devocionales diarios que se envían a través de WhatsApp.
- Lee el **Versículo para Memorizar** ubicado al principio de la sesión todos los días de esta semana como parte de tu tiempo a solas con Dios. Mira si puedes memorizarlo antes de tu siguiente reunión con el grupo pequeño.
- Lee **El Plan Daniel: 40 Días para una vida más Saludable de Rick Warren, Dr. Daniel Amen y Dr. Mark Hyman.** No sólo aprenderás

cómo maximizar tu salud física a través de la alimentación y el ejercicio; sino que también serás guiado a través de las claves esenciales que traerán abundante salud en tu Fe:

- tu relación personal con Dios; tu enfoque
- cómo están tus creencias; y tus Amistades
- nutriendo relaciones personales saludables con la gente que amas.

Esta semana en el momento de oración, enfoques en las peticiones de oración del **Reporte de Oración y Alabanza del Grupo Pequeño** en el área de la salud mental. Si desean podrían hacer un círculo y orar por la persona que cada uno tenga a la derecha, o también pueden orar en parejas.

# SESIÓN 3

## TRANSFORMADO EN MI SALUD MENTAL PONTE AL DÍA

- ¿Cuál de los siete versículos de la salud física en tu lectura devocional de la semana pasada fue el más significativo para ti?
- ¿Qué papel crees que juega la mente en nuestro crecimiento como seguidores de Cristo?

### VERSÍCULO PARA MEMORIZAR

*No se amolden al mundo actual, sino sean transformados mediante la renovación de su mente. Así podrán comprobar cuál es la voluntad de Dios, Buena, agradable y perfecta.*

**Romanos 12:2 (NVI)**

**\*MIRA AHORA EL VIDEO DE LA SESIÓN Y SÍGUELO  
CON LAS NOTAS DE ESTA GUÍA DE ESTUDIO.**

## TRANSFORMADO EN MI SALUD MENTAL LO QUE TU MENTE ADQUIERE TE CONTROLA.

*Aunque vivimos en el mundo, no libramos batallas como lo hacen el mundo. Las armas con que luchamos no son de mundo, sino que tienen el poder divino para derribar fortalezas. Destruimos argumentos y toda altivez que se levanta contra el conocimiento de Dios, y llevamos cautivo todo pensamiento para que se comente a Cristo.*

**2 Corintios 10:3-5 (NVI)**

## PARA APROVECHAR AL MÁXIMO TU MENTE . . .

**-No creas todo lo que \_\_\_\_\_.**

Tú y yo tenemos una habilidad asombrosa para mentirnos a nosotros mismos. Lo hacemos todo el tiempo.

*Nada hay tan engañoso como el corazón. No tiene remedio.*

*¿Quién puede comprenderlo?*

**Jeremías 17:9 (NVI)**

*Examínense para ver si están en la fe; pruébense a sí mismos.*

**2 Corintios 13:5 (NVI)**

**-Protege tu mente de \_\_\_\_\_.**

*El sabio tiene hambre de conocimiento, mientras que*

*el necio se alimenta de basura.*

**Proverbios 15:14 (NTV)**

Hay tres tipos de alimentos para el cerebro: alimentos saludables, tóxicos y comida chatarra.

*No pondré cosa indigna delante de mis ojos.*

**Salmos 101:3 (LBLA)**

**-Nunca dejes de \_\_\_\_\_.**

*Las personas inteligentes están siempre dispuestas a aprender;*

*tienen los odios abiertos al conocimiento.*

**Proverbios 18:15 (NTV)**

*Los sabios atesoran el conocimiento.*

**Proverbios 10:14 (RVC)**

Hay dos formas para atesorar el conocimiento: leyendo y con las relaciones personales. Tu vida será en gran medida influenciada por los libros que lees y por las personas que conoces.

*Adquirir sabiduría es amarse a uno mismo;  
los que atesoran el entendimiento prosperarán.*

**Proverbios 19:8 (NTV)**

Es sabio aprender de la experiencia. Es más sabio aprender de las experiencias de los demás -y es mucho menos doloroso.

**-Renueva tu mente diariamente con \_\_\_\_\_.**

El cambio no comienza en tu comportamiento. Comienza en tus pensamientos.

*No imiten las conductas ni las costumbres de este mundo, más bien dejen que Dios los transforme en personas nuevas al cambiarles la manera de pensar. Entonces aprenderán a conocer la voluntad de Dios para ustedes, la cual es buena, agradable y perfecta.*

**Romanos 12:2 (NTV)**

*¡Tú guardarás en perfecta paz a todos los que confían en ti; a todos los que concentran en ti sus pensamientos!*

**Isaías 26:3 (NTV)**

**-Deja que Dios extienda tu \_\_\_\_\_.**

*Y ahora, que toda la gloria sea para Dios, quien puede lograr mucho más de lo que pudiéramos pedir o incluso imaginar mediante su gran poder, que actúa en nosotros. ¡Gloria a él en la iglesia y en Cristo Jesús por todas las generaciones desde hoy y para siempre! Amén.*

**Efesios 3:20-21 (NTV)**

Nada sucede hasta que alguien comienza a soñar. Dios no puede ayudarte a alcanzar tus metas si no tienes alguna meta. No puedes cumplir tus sueños si no tienes algún sueño. Él no puede exceder tus expectativas, si no tienes alguna expectativa.

*Donde no hay visión, el pueblo se extravía.*

**Proverbios 29:18 (NVI)**

Dios quiere que sueñes en grande para que puedas lograr grandes cosas para su gloria.

**P** \_\_\_\_\_

**P** \_\_\_\_\_

**P** \_\_\_\_\_

**P** \_\_\_\_\_

**P** \_\_\_\_\_

## **PREGUNTAS PARA DESCUBRIR (ELIJAN AL MENOS UNA O DOS)**

•¿Por qué es tan fácil mentirnos a nosotros mismos?

•El pastor habló sobre comida tóxica, comida chatarra y comida saludable para tu cerebro. ¿Qué podrías hacer para darle una dieta más saludable a tu cerebro?

•¿Qué hábitos y temas específicos quieres aprender sobre tu lectura y tus relaciones personales?

•La Biblia dice, “Tú guardarás en perfecta paz a todos los que confían en ti; a todos los que concentran en ti sus pensamientos” (Isaías 26:3 NTV). ¿Qué te ayuda a concentrar tus pensamientos en Dios?

## PONGÁMOSLO EN PRÁCTICA

¿Dónde quieres estar en tres meses a partir de ahora con respecto a tu salud mental?, ¿Qué cosas harás para dar un paso hacia esa dirección? No es una cosa que podrías hacer, o que pudiera ser posible que hicieras, sino una cosa que vas a hacer. Revisa la guía de estudio del video del pastor, para que ayude con ideas. Sabemos que las metas que no se expresan muy rara vez se cumplen, por tanto, comparte tu meta con otra persona en tu grupo.

Escribe la meta para tu salud mental en el siguiente espacio.

### MI META A TRES MESES EN SALUD MENTAL

---

---

---

---

---

Ahora transfiere tu **Meta a Tres Meses en la Salud Mental** a la lista de **Mis Metas a Tres Meses** en la paginas VI y VII.

## DIRECCIÓN DE ORACIÓN

Esta semana en el momento de oración, enfóquense en las peticiones de oración del Reporte de Oración y Alabanza del Grupo Pequeño en la página 59. También oren por los pasos de acción que cada persona quiere tomar en el área de la Salud Mental. Si desean podrían hacer un círculo y orar por la persona que cada uno tenga a la derecha, o también pueden orar en parejas

## PROFUNDICEMOS

### ¿QUIERES IR MÁS PROFUNDO EN TU SALUD MENTAL? PARA TI

- Lee los devocionales diarios que se envían a través WhatsApp.
- Lee el **Versículo para Memorizar** ubicado al principio de la sesión todos los días de esta semana como parte de tu tiempo a solas con Dios. Mira si puedes memorizarlo antes de tu siguiente reunión con el grupo pequeño.
- Lee “La Fe: Qué Creen los Cristianos, Por qué Ellos Creen Esto y Por qué Esto Importa” en Chuck Colson y Harold Fickett. La Fe te invita a la reflexión, a un examen de conciencia, es una manifestación poderosa de la grandeza y de las verdades centrales del Cristianismo, que han sostenido a los creyentes a través de los siglos.

## PARA TU GRUPO

Considera para el próximo estudio en grupo La Guerra Invisible. En este estudio para grupos pequeños, el pastor nos enseña cómo superar los tres tipos esenciales de tentación que Satanás utiliza para influir en nosotros: Pasión, Posesión y Posición. Si esperamos ganar la batalla contra la tentación, es muy importante que sepamos cómo luchar contra las formas predecibles que Satanás nos tienta.



# SESIÓN 4

## TRANSFORMADO EN MI SALUD EMOCIONAL

### PONTE AL DÍA

- ¿Cuál de los siete versículos de la salud mental en tu lectura devocional de la semana pasada, fue ***el más significativo para ti?***
- Cuando te haces daño a ti mismo (te golpeas un dedo del pie, te lastimas el pulgar con un martillo, etc.), ¿tiendes a aguantarlo, a gritar, a llorar, o bailar alrededor?

### VERSÍCULO PARA MEMORIZAR

*“Vengan a mí todos ustedes que están cansados y agobiados, y yo les daré descanso.”*

*Mateo 11:28 (NVI)*

**\*MIRA AHORA EL VIDEO DE LA SESIÓN Y SÍGUELO  
CON LAS NOTAS DE ESTA GUÍA DE ESTUDIO.**

## TRANSFORMADO EN MI SALUD EMOCIONAL

*Él sana a los de corazón quebrantado y les venda las heridas.*

*Salmos 147:3 (NTV)*

## CINCO PASOS HACIA LA SALUD EMOCIONAL

- \_\_\_\_\_ **mi** \_\_\_\_\_ .

Tú nunca serás saludable emocionalmente hasta que enfrentes tus sentimientos directamente.

*Así que no dije nada... Pero me sentía aún peor. Estaba furioso, y entre más lo pensaba, más molesto estaba.*

**Salmos 39:2-3 (PDT)**

Aferrarte a las heridas es como llevar brasas en tu corazón -eres el único que se va a quemar. Cuando te tragas tu herida, tu estómago paga las consecuencias.

Tienes que ser honesto contigo mismo, honesto con Dios, y honesto con otras personas.

*Mientras callé mi pecado, mi cuerpo se consumía con mí gemir durante todo el día.*

**Salmos 32:3 (LBLA)**

- \_\_\_\_\_ **a aquellos que me han** \_\_\_\_\_ .

Una de las decisiones más difíciles que tomarás en la vida es ésta: "¿Quiero estar bien o quiero desquitarme?"

*Cuando aún éramos pecadores, Cristo murió por nosotros.*

**Romanos 5:8 (RVC)**

*Abandonen toda amargura, ira y enojo, gritos y calumnias, y toda forma de malicia. Más bien, sean bondadosos y compasivos unos con otros, y perdónense mutuamente, así como Dios los perdonó a ustedes en Cristo.*

**Efesios 4:31-32 (NVI)**

*Tú llevas la cuenta de todas... mis lágrimas.*

**Salmos 56:8 (NTV)**

*Nunca devuelvan a nadie mal por mal... nunca tomen venganza. Dejen que se encargue la justa ira de Dios. pues dice <<Yo les pagaré lo que se merecen.*

*[No tomes la ley en tus propias manos.]*

**Romanos 12:17-19 (NTV)**

**-Reemplazo \_\_\_\_\_ con \_\_\_\_\_ .**

*Dejen que Dios los transforme en personas nuevas al cambiarles la manera de pensar.*

**Romanos 12:2 (NTV)**

*Jesús y los que él hace santos tienen el mismo Padre. Por esa razón, Jesús no se avergüenza de llamarlos sus hermanos.*

**Hebreos 2:11 (NTV)**

Si quieres cambiar la forma en que te sientes acerca de tu vida, tienes que cambiar la forma en que piensas sobre tu vida. reemplaza las viejas mentiras con las verdades de Dios.

**- \_\_\_\_\_ en el \_\_\_\_\_ .**

*Si tú dispusieras tu corazón, y extendieras a él tus manos... Entonces levantarás tu rostro limpio de mancha, y serás fuerte, y nada temerás; y olvidarás tu miseria, o te acordarás de ella como de aguas que pasaron.*

**Job 11:13-16 (RVR1960)**

Tu pasado no es tu futuro. Como eras antes no es como eres a hora.

*Mira hacia adelante y fija los ojos en lo que está frente a ti.*

**Proverbios 4:25 (NTV)**

- \_\_\_\_\_ **para ayudarlos.**

Dios quiere redimir tu dolor. Él quiere usar tus experiencias para ayudar a otras personas. De esto se trata el ministerio.

*Él [Dios] es el que nos conforta en todos nuestros sufrimientos de manera que también nosotros podamos confortar a los que se hallan atribulados, gracias al consuelo que hemos recibido de Dios.*

**2 Corintios 1:4 (BLPH)**

*Todo el que pertenece a Cristo se han convertido en una persona nueva. la vida antigua ha pasado, i una nueva vida ha comenzado!*

**2 Corintios 5:17 (NTV)**

## **PREGUNTAS PARA DESCUBRIR (ELIJAN AL MENOS UNA O DOS)**

• Dios nunca desperdicia una herida. Tú más grande ministerio vendrá de tu dolor más profundo, ¿Alguien quisiera compartir una historia de cómo Dios trajo sanidad emocional en su vida? Esto es una excelente práctica para compartir la fe con un amigo que no es creyente

• La Biblia dice, **“Mientras callé mi pecado, mi cuerpo se consumió Con mi gemir durante todo el día..** ¿Por qué crees que preferimos esconder las cosas que nos han pasado en lugar de revelarlas a alguien?

- ¿Por qué es tan difícil perdonar cuando hemos sido tratados injusta- mente?, ¿Qué pasa si escogemos no perdonar?, ¿Qué podría pasar si perdonamos?

- La Biblia dice, “Ser renovados en la actitud de su mente” (Efesios 4:23 NVI). El pastor dice, “Si quieres cambiar la forma en que te sientes acerca de tu vida, tienes que cambiar la forma en que piensas sobre tu vida.” ¿Qué pensamiento necesitas cambiar sobre ti mismo?

## **PONGÁMOSLO EN PRÁCTICA**

¿Dónde quieres estar en tres meses a partir de ahora con respecto a tu salud emocional?, ¿Qué cosas Harás para dar un paso hacia esa dirección? No es una cosa que podrías hacer, o que pudiera ser posible que hicieras, si no una cosa que vas a hacer. Revisa la guía de estudio del video del pastor, para que te ayude con ideas. Sabemos que las metas que no se expresan muy rara vez se cumplen, por tanto, comparte tu meta con otra persona de tu grupo.

Escribe la meta para tu salud emocional en el siguiente espacio:

MI META A TRES MESES EN EMOCIONAL

---

---

---

---

---

Ahora transfiere tu **Meta a Tres Meses en la Salud Emocional** a la lista de **Mis Metas a Tres Meses en la página VI y VII.**

## **DIRECCIÓN DE ORACIÓN**

Dedique un tiempo para orar por las peticiones del Reporte de Oración y Alabanza del Grupo Pequeño en la página 59. Si alguien compartió una herida o necesita oración, asegúrense de orar por estas cosas en el tiempo de oración. Si están cortos de tiempo o si los miembros del grupo se sintieran más cómodos compartiendo con otras personas, podrían preferir orar en parejas.

## **PROFUNDICEMOS ¿QUIERES IR MÁS PROFUNDO EN TU SALUD EMOCIONAL? PARA TI**

- Lee los devocionales diarios que se envían a través de WhatsApp.
- Lee el Versículo para Memorizar ubicado al principio de la sesión todos los días de esta semana como parte de tu tiempo a solas con Dios. Mira si puedes memorizarlo antes de tu siguiente reunión con el grupo pequeño.
- Lee "Ocho Decisiones Sanadoras" De John Baker. Basado en las ocho Bienaventuranzas de Jesús, Ocho Decisiones Sanadoras nos ofrece la libertad de nuestras heridas, complejos y hábitos a través de las ocho decisiones sanadoras que te prometen verdadera felicidad y una vida transformada.

# SESIÓN 5

## TRANSFORMADO EN MI SALUD RELACIONAL

### PONTE AL DÍA

- ¿Cuál de los siete versículos de la salud emocional en tu lectura devociones de la semana pasada, fue el más significativo para ti?
- Cuando se trata de conflictos personales, ¿eres un zorrillo o una tortuga? Las tortugas se retiran en silencio en su concha hasta que el problema haya pasado. Cuando los zorrillos están en conflicto, todo el mundo se entera.

### VERSÍCULO PARA MEMORIZAR

*Sobre todo, ámense los unos a los otros profundamente,  
porque el amor cubre multitud de pecados.*

**1 Pedro 4:8 (NVI)**

**\*MIRA AHORA EL VIDEO DE LA SESIÓN Y SÍGUELO  
CON LAS NOTAS DE ESTA GUÍA DE ESTUDIO.**

## TRANSFORMADO EN MI SALUD RELACIONAL

### DOS CLASES DE AMIGOS

- \_\_\_\_\_ Amigos que son el resultado de las \_\_\_\_\_

- **Amigos que son el resultado de las** \_\_\_\_\_

*Un espejo refleja el rostro de un hombre, pero lo que es realmente se muestra por la clase de amigos que escoge.*

**Proverbios 27:19 (paráfrasis)**

*Los justos son cautelosos en la amistad.*

**Proverbios 12:26 (paráfrasis)**

**CINCO TIPO DE PERSONAS QUE DEBES EVITAR COMO AMIGOS CERCANOS**

**-Gente** \_\_\_\_\_

*Amados hermanos, les demando el siguiente mandato en el nombre de nuestro señor Jesucristo: aléjense de todos los creyentes que llevan vidas ociosas . . .*

**2 Tesalonicenses 3:6 (NVI)**

**-Gente** \_\_\_\_\_

*No te hagas amigos de gente violenta, ni te juntes con los iracundos, no sea que aprendas sus malas costumbres y tú mismo caigas en la trampa.*

**Proverbios 22:24-25 (NVI)**

**-Gente** \_\_\_\_\_

*Ya les he dicho que no se relacionen con personas inmorales. Por supuesto, no me refería a la gente inmoral de este mundo, ni a los avaros, estafadores o idolatras. En tal caso, tendrían ustedes que salirse de este mundo. Pero en esta carta quiero aclararles que no deben relacionarse con nadie que, llamándose hermano, sea inmoral o avaro, idolatra, calumniador, borracho o estafador. Con tal persona ni siquiera deben juntarse para comer.*

**1 Corintios 5:9-11 (NVI)**



**-Gente \_\_\_\_\_**

*No aceptes comer con los tacaños ni desees sus manjares. Están siempre pensando cuánto cueste. `Come y bebe´, te invitan, pero no lo dicen con sinceridad.*

**Proverbios 23:6-7 (NTV)**

**-Gente \_\_\_\_\_**

*No se asocien íntimamente con los que son incrédulos.*

**2 Corintios 6:14a (NTV)**

## **ELIJO AMIGOS CERCANOS QUE VAN A . . .**

**- \_\_\_\_\_ mentalmente**

*El que anda con sabios será sabio.*

**Proverbios 13:20a (NVI)**

*Como el hierro se afila con hierro, así un amigo se afila con su amigo.*

**Proverbios 27:17 (NVI)**

**- \_\_\_\_\_ emocionalmente**

En todo tiempo ama el amigo, y el hermano nace para tiempo de angustia.

**Proverbios 17:17 (NVI)**

Sobrelleve los unos las cargas de los otros.

**Gálatas 6:2 (RVC)**

- \_\_\_\_\_ **espiritualmente**

Pensemos en maneras de motivarnos unos a otros a realizar  
actos de amor y buenas acciones.

**Hebreos 10:24 (NVI)**

*¿Cómo puedo atraer esa clase de amigos? Siendo esa clase de amigo.*

## **CÓMO CONSTRUIR AMISTADES SALUDABLES**

**-Interésate en las \_\_\_\_\_.**

*La gente poco amistosa sólo se preocupa de sí misma.*

**Proverbios 18:1 (NTV)**

*No se ocupen sólo de sus propios intereses, sino también  
procure interesarse en los demás.*

**Filipenses 2:4 (NTV)**

**-No seas \_\_\_\_\_.**

*Hagan todo sin quejarse y sin discutir, para que nadie pueda criticarlos. Lleven  
una vida limpia e inocente como corresponde a hijos de Dios y brillen como  
luces radiantes en un mundo lleno de gente perversa y corrupta.*

**Filipenses 2:14-15 (NTV)**

**-Sé un \_\_\_\_\_.**

*Ser rápidos para escuchar, lentos para hablar.*

**Santiago 1:19 (NTV)**

*Como aguas profundas es el consejo en el corazón del hombre, Y el hombre  
de entendimiento lo sacará.*

**Proverbios 20:5 (NBLH)**

**-Acepta las personas \_\_\_\_\_.**

*Acéptese mutuamente, así como Cristo los aceptó.*

**Romanos 15:7 (NVI)**

El amigo ama en todo momento.

**Proverbios 17:17a (BLPH)**

**-Ayuda a las personas a \_\_\_\_\_ .**

*Con honra, daos preferencia unos a otras.*

**Romanos 12:10 (LBLA)**

*No sean egoístas; no traten de impresionar a nadie. Sean humildes, es decir, considerando a los demás como mejores que ustedes.*

**Filipenses 2:3 (NTV)**

**-Sé \_\_\_\_\_.**

Gócense con los que se gozan y lloren con los que lloran.

Romanos 12:15 (HBLH)

-Mantente con ellos en los \_\_\_\_\_ .

*Hay quienes parecen amigos, pero se destruyen unos a otros; el amigo verdadero se mantiene más leal que un hermano.*

**Proverbios 18:24 (NTV)**

*Más valen dos que uno, porque... Si caen, el uno lo levanta al otro. ¡Ay del que cae y no tiene quien lo levante!*

**Eclesiastés 4:9-10 (NVI)**

**-Comparte a \_\_\_\_\_ Con ellos.**

*“Vuelve a tu casa y cuenta todo lo que Dios ha hecho por ti. Así que el hombre se fue y proclamó por todo el pueblo lo mucho que Jesús había hecho por él.*

**LUCAS 8:39 (NVI)**

*“Traten a los demás tal y como quieren que ellos los traten a ustedes”*

**Lucas 6:31 (NVI)**

*“Ya no los llamo siervos... Los llamo mis amigos.”*

**Juan 15:15 (DHH)**

## **PREGUNTAS PARA DESCUBRIR (ELIJAN AL MENOS UNA O DOS)**

• La Biblia dice, ***“Pensemos en maneras de motivarnos unos a otros a realizar actos de amor y buenas acciones.” (Hebreos 10:24 NTV)***

Todos necesitamos ser motivados espiritualmente en nuestras vidas. ¿Quién es un motivador espiritual para ti? ¿Cuáles son algunas de las formas en que te motiva?

• Revisa las tres cualidades de un amigo cercano: personas que te desafían mentalmente, te apoyan emocionalmente y te fortalecen espiritualmente. Recuerda que, para encontrar esa clase de amigo, necesitas ser esa clase de amigo. ¿Cuál de estas características necesitas desarrollar en tu propia vida?

- ¿Cuál de las ocho maneras del pastor para construir amistades saludables es la más importante para ti y por qué?

## **PONGÁMOSLO EN PRÁCTICA**

- ¿Dónde quieres estar en tres meses a partir de ahora con respecto a la salud en tus relaciones?, ¿Qué cosa harás para dar un paso hacia es dirección? No es una cosa que podrías hacer, o que pudiera ser posible que hicieras, sino una cosa que vas a hacer. Revisa la guía de estudio del video del pastor, para que te ayude con ideas. Comparte tu meta con otra persona en tu grupo.
- Escribe tu meta para la salud relacional en el siguiente espacio.

## **MI META A TRES MESES EN LA SALUD RELACIONAL**

---

---

---

---

---

Ahora transfiere tu Meta a Tres Meses en la Salud Relacional a la lista de Mis Metas a Tres Meses en la página VI y VII.

## **DIRECCIÓN DE ORACIÓN**

- ¿Tienen amigos que no conocen a Jesucristo? Oren con el grupo por su salvación.

- Asegúrense de orar por las peticiones del Reporte de Oración y Alabanza del Grupo Pequeño en la página 59.

- Oren juntos por las metas a tres meses para construir relaciones saludables.

## **PROFUNDICEMOS**

### **PARA TI**

- Lee los devocionales diarios que se envían a través de WhatsApp.

- Lee el **Versículo para Memorizar** ubicado al principio de la sesión todos los días de esta semana como parte de tu tiempo a solas con Dios. Mira si puedes memorizarlo antes de tu siguiente reunión con el grupo pequeño.

- Lee Principios de Jesús sobre las Relaciones de Tom Holladay. Basado en un exhaustivo estudio de lo que Jesús hizo y dijo sobre las relaciones personales, este libro guía a los lectores en un viaje de cuarenta días que les traerá nueva salud y riqueza en sus matrimonios, familia, amistades, todas las relaciones en sus vidas.

# SESIÓN 6 TRANSFORMADO EN MI SALUD FINANCIERA

## PONTE AL DÍA

- ¿Cuál de los siete versículos de la salud emocional en tu lectura devocional de la semana pasada, fue el más significativo para ti?
- Cuando se trata de dinero, ¿Eres más un ahorrador o un derrochador?

## VERSÍCULO PARA MEMORIZAR

*Honra al Señor con tus riquezas y con los primeros frutos de tus cosechas. Así tus graneros se llenarán a reventar y tus bodegas rebosarán de vino nuevo.*

*Proverbios 3:9-10 (NVI)*

**\*MIRA AHORA EL VIDEO DE LA SESIÓN Y SÍGUELO  
CON LAS NOTAS DE ESTA GUÍA DE ESTUDIO.**

# TRANSFORMADO EN MI SALUD FINANCIERA

## SIETE HÁBITOS PARA LA SALUD FINANCIERA

•Debo confiar en Dios como mi \_\_\_\_\_ y mi \_\_\_\_\_.

*Todas las cosas provienen de él [Dios] y existen por su poder y son para su gloria.*

**Romanos 11:36 (NTV)**

*Recuerda al Señor tu Dios, porque es él quien te da el poder para producir esa riqueza.*

**Deuteronomio 8:18 (NVI)**

•Debo mantener \_\_\_\_\_.

Las riquezas no son eternas ni el dinero dura para siempre. Las cosechas se acaban, y la hierba se seca. Por eso, cuida bien tus rebaños.

Proverbios 27:23-24 (TLA)

•Debo dar el primer \_\_\_\_\_ a Dios.

*El propósito del diezmo es enseñarle a poner siempre primero a Dios en sus vidas.*

**Deuteronomio 14:23b (paráfrasis)**

*Honra al Señor con tus riquezas y con los primeros frutos de tus cosechas. Así tus graneros se llenarán a reventar y tus bodegas rebosarán de vino nuevo.*

**Proverbios 3:9-10 (NVI)**



•Debo \_\_\_\_\_ e \_\_\_\_\_ para el futuro.

*El hombre sabio ahorra para el futuro, pero el hombre necio gasta todo lo que recibe.*

**Proverbios 21:20 (paráfrasis)**

*Lo que fácilmente se gana, fácilmente se acaba; ahorra poco a poco, y un día serás rico.*

**Proverbios 13:11 (TLA)**

*Arregla tus negocios en la calle y realiza tus tareas en el campo, y luego podrás construir tu casa.*

**Proverbios 24:27 (DHH)**

•Debo establecer un \_\_\_\_\_ para poder salir de mis deudas.

*No niegue el pago de sus deudas.*

**Proverbios 3:27 (paráfrasis)**

*No tengan deudas pendientes con nadie.*

**Romanos 13:8 (NVI)**

•Debo hacer un \_\_\_\_\_ de mis gastos.

*Los planes cuidadosos tienen éxito; los que se hacen de afán llevan al fracaso.*

**Proverbios 21:5 (PDT)**

*Los necios gastan todo lo que consiguen.*

**Proverbios 21:20b (NTV)**

•Debo \_\_\_\_\_ lo que tengo.

*La piedad es una gran ganancia, cuando va acompañada de contentamiento.*

**1 Timoteo 6:6 (RVC)**

*Es mejor ser feliz con lo que se tiene que querer siempre tener más y más.*

**Eclesiastés 6:9 (PDT)**

*Manténganse libres del amor al dinero, y conténtese con lo que tienen, porque*

*Dios ha dicho: "Nunca te dejaré; jamás te abandonaré."*

**Hebreos 13:5 (NVI)**

*"No se preocupen... Su Padre celestial ya conoce todas sus necesidades. Busquen el reino de Dios por encima de todo lo demás y lleven una vida justa, y él les dará todo lo que necesiten."*

**Mateo 6:31-33 (NTV)**

**Tienes que decidir si vas a confiar en Dios o en ti mismo con respecto a tus finanzas. ¿Vas a hacerlo a tu manera o vas a hacerlo a la manera de Dios?**

## **PREGUNTAS PARA DESCUBRIR (ELIJAN AL MENOS UNA O DOS)**

•¿Qué diferencia hace cuando consideras que tu dinero es un préstamo de Dios?

•¿Cómo podrían cambiar tus hábitos financieros, si te preguntas todos los días, "**¿Cómo quiere Dios que yo gaste su dinero?**"

•¿Por qué los asuntos de dinero causan tanto estrés en la vida de las personas?, ¿Cómo sería la vida si ponemos nuestra confianza en Dios y no en nuestras finanzas?

•¿Por qué piensas que a tantas personas les resulta difícil hacer un presupuesto?, ¿Qué herramientas útiles has encontrado, para “decirle a tu dinero a dónde tiene que ir”?

## **PONGÁMOSLO EN PRÁCTICA**

¿Dónde quieres estar en tres meses a partir de ahora con respecto a tu salud financiera?, ¿Qué cosa harás para dar un paso hacia esa dirección? No es una cosa que podrías hacer, o que pudiera ser posible que hicieras, sino una cosa que vas a hacer. Si estás casado, asegúrate de hablar con tu esposo(a) y lleguen a un acuerdo sobre la meta financiera. Revisa la guía de estudio del video del pastor, para que te ayude con ideas. Comparte tu meta con otra persona en tu grupo.

Escribe la meta para tu salud financiera en el siguiente espacio.

### **MI META A TRES MESES EN LA SALUD FINANCIERA**

---

---

---

---

---

---

---

Ahora transfiera la **Meta a Tres Meses en tu Salud Financiera** a la lista de Mis **Metas a Tres Meses en las paginas VI y VII.**

## **DIRECCIÓN DE ORACIÓN**

Oren por las peticiones de oración del grupo. Asegúrense de escribir sus peticiones en el Reporte de Oración y Alabanza del Grupo Pequeño en la página 59. Recuerden orar por cualquier necesidad financiera que pudo haber sido expresada en una reunión del grupo.

## **PROFUNDICEMOS ¿QUIERES IR MÁS PROFUNDO EN TU SALUD FINANCIERA?**

### **PARA TI**

- Lee los devocionales diarios que se envían a través WhatsApp.
- Lee el Versículo para Memorizar ubicado al principio de la sesión todos los días de esta semana como parte de tu tiempo a solas con Dios. Mira si puedes memorizarlo antes de tu siguiente reunión con el grupo pequeño.

# SESIÓN 7

## TRANSFORMADO EN MI SALUD VOCACIONAL

### PONTE AL DÍA

- ¿Cuál de los siete versículos de la salud financiera en tu lectura devociones de la semana pasada, fue el más significativo para ti?
- Si pudieras tener cualquier trabajo en el mundo, ¿cuál sería y por qué?

### VERSÍCULO PARA MEMORIZAR

*Todo lo que hagan, háganlo de corazón, como para el Señor y no para los hombres.*

**Colosenses 3:23 (NBLH)**

**\*MIRA AHORA EL VIDEO DE LA SESIÓN Y SÍGUELO  
CON LAS NOTAS DE ESTA GUÍA DE ESTUDIO.**

## TRANSFORMANDO EN MI SALUD VOCACIONAL

*“¿Qué provecho obtendrá un hombre si gana el mundo entero, pero pierde su alma?”*

**Mateo 16:26 (LBLA)**

### SIETE ACTITUDES BÍBLICAS PARA UNA VIDA LABORAL SALUDABLE

**•Debo empezar a trabajar con en \_\_\_\_\_  
cualquier lugar donde me encuentre.**

*Todo lo que hagan, háganlo de corazón.*

**Colosenses 3:23 (NBLH)**

**•Este trabajo es una \_\_\_\_\_ de Dios.**

*“El que es confiable en lo poco, también lo es en lo mucho... Y si con lo ajeno no resultan confiables, ¿quién les dará lo que les pertenece?”*

**Lucas 16:10-12 (RVC)**

•Dios está \_\_\_\_\_

*Esfuézate por presentarte aprobado ante Dios como un trabajador que no tiene nada de qué avergonzarse.*

**2 Timoteo 2:15 (PDT)**

•Mi \_\_\_\_\_ determina mi \_\_\_\_\_

*El de manos diligente gobernará; pero el perezoso será subyugado.*

**Proverbios 12:24 (NVI)**

*No sean nunca perezosos, más bien trabajen con esmero y sirvan al señor con entusiasmo.*

**Romanos 12:11 (NTV)**

•**Debo entender para quien realmente estoy \_\_\_\_\_ .**

*Trabajen de buena gana en todo lo que hagan, como si fuera por el Señor y no para la gente. Recuerden que el Señor los recompensará con una herencia y que el Amo a quien sirven es Cristo.*

**Colosenses 3:23-24**

•**Debo concentrarme en construir \_\_\_\_\_ .**

•**Debo preocuparme por la \_\_\_\_\_ .**

*Todo lo que hagan, háganlo con amor.*

**1 Corintios 16:14 (TLA)**

*No busque cada uno su propio interés, sino cada cual también el de los demás.*

**Filipenses 2:4 (RVC)**

*Sean siempre humildes y amables. Sean pacientes unos con otros y tolérense las faltas por amor.*

**Efesios 4:2 (NTV)**

•**Debo exceder lo que se \_\_\_\_\_ .**

*Siervos, obedezcan siempre en todo a sus amos terrenales, incluso cuando no los estén mirando. Porque más que agradar a la gente, lo que les debe importar es trabajar honestamente por respeto al Señor.*

**Colosenses 3:22 (PDT)**

*“Si alguien te obliga a llevarle la carga un kilómetro, llévasela dos.”*

**Mateo 5:41 (NVI)**

- Debo ampliar mis habilidades con el \_\_\_\_\_.

*Si el hacha pierde su filo, y no se vuelve a afilar, hay que golpear con más fuerza. El éxito radica en la acción sabia y bien ejecutada.*

**Eclesiastés 10:10 (NVI)**

- Debo dedicar mi trabajo para ser usado en los \_\_\_\_\_.

*Pon todo lo que hagas en manos del Señor, y tus planes tendrás éxito.*

**Proverbios 16:3 (NTV)**

*Somos embajadores de Cristo.*

**2 Corintios 5:20 (NTV)**

## **PREGUNTAS PARA DESCUBRIR (ELIJAN AL MENOS UNA O DOS)**

- ¿Cómo sería vivir para la gloria de Dios en tu lugar de trabajo?, ¿De qué maneras prácticas puedes convertir tu trabajo en un acto de adoración?

- Piensa en una persona que conozcas que podría necesitar un poco de ánimo en su trabajo esta semana. ¿Qué puedes hacer para ayudarla?



•La Biblia dice, “Somos embajadores de Cristo.” (2 Corintios 5:20 NTV) ¿Qué hace un embajador?, ¿Qué intereses representa un embajador?, ¿Cómo puede ser un embajador de Cristo en tu lugar de trabajo?

•¿Cuántas de las cosas que están frustrando en el trabajo ahora mismo, no serían gran cosa si escogieras ver a Dios como tu jefe?, ¿Qué cosa crees que cambiaría tu perspectiva y actitud hacia tu trabajo?

## **PONGÁMOSLO EN PRÁCTICA**

¿Dónde quieres estar en tres meses a partir de ahora con respecto a tu salud vocacional?, ¿Qué cosa harás para dar un paso hacia esa dirección? No es una cosa que podrías hacer, o que pudiera ser posible que hicieras, sino una cosa que vas a hacer. Revisa la guía de estudio del video del pastor, para que te ayude con ideas. Comparte tu meta con otra persona en tu grupo.

Escribe la meta para tu salud vocacional en el siguiente espacio:

### **MI META A TRES MESES EN LA SALUD VOCACIONAL**

---

---

---

---

---

Ahora transfiere la **Meta a Tres meses en tu Salud Vocacional** a la lista de **Mis Metas a Tres Meses en las páginas VI y VII.**

## **DIRECCIÓN DE ORACIÓN**

Dediquen un tiempo orando por los sitios de trabajo de cada uno y por las funciones que cada uno desempeña en ese entorno.

Si hay alguna petición de oración relacionada con trabajo, agréguela al Reporte de Oración y Alabanza del Grupo Pequeño en la página 59.

## **PROFUNDICEMOS**

### **¿QUIERES IR MÁS PROFUNDO EN TU SALUD VOCACIONAL?**

#### **PARA TI**

- Lee los devocionales diarios que se envían a través WhatsApp.
- Lee el Versículo para Memorizar ubicado al principio de la sesión todos los días de esta semana como parte de tu tiempo a solas con Dios. Mira si puedes memorizarlo antes de tu siguiente reunión con el grupo pequeño.

#### **PARA TU GRUPO**

- Consideren para el próximo estudio en grupo la Administración de la Vida. Tu forma de ver la vida dará forma a tu vida. Tu perspectiva de la vida influirá sobre cómo inviertas tu tiempo y tu dinero; cómo uses tus talentos, tus valores, tus relaciones y hasta cómo enfrentes los problemas. Consulta con los líderes de grupos pequeños



# **Materiales para los Grupos Pequeños**

# **Ayuda para los anfitriones**

## **Diez Ideas Claves para Líderes Nuevos**

¡Felicitaciones! Al aceptar el rol de líder de un grupo pequeño, has respondido al llamado de ayudar a pastorear el rebaño de Jesús. Pocas son las tareas que pueden superar a ésta en importancia dentro de la familia de Dios. Por eso, al prepararte para recibir a tu grupo, (ya sea por una sola reunión o por la serie completa) queremos darte algunas sugerencias útiles.

Recuerda que no estás solo. Dios te conoce profundamente, y sabía que aceptarías el rol de líder de tu grupo. Quizás sientas que no estás preparado, pero eso es algo que sienten todos los buenos anfitriones. Dios te promete: Nunca te dejaré; jamás te abandonaré. (Hebreos 13:5 NVI). Dios te bendecirá al servir a otros, ya sea que lo hagas por una vez, por varias semanas o por el resto de tu vida.

1.No intentes hacerlo tú solo. Ora para que Dios te ayude a formar un equipo. Si compartes el rol de líder con otra persona, tu experiencia se enriquecerá. Un grupo saludable consiste de muchas personas comprometidas que trabajan unidas. Lo único que tienes que hacer es pedirles a otros que te ayuden. La respuesta de la gente te sorprenderá.

2.Sé amigable y sé tú mismo. Dios quiere usar tus dones únicos y tu temperamento. Saluda con una sonrisa a los que llegan. Esto puede determinar el ambiente del resto de la reunión. Recuerda que los participantes han dado un gran paso al decidir ir a tu casa. No imites todo lo que hacen otros anfitriones; haz las cosas conforme a tu personalidad. Si no sabes la respuesta a una pregunta, admítelo. Discúlpate cuando cometes un error. Tu grupo te respetará por eso y tú dormirás mejor esa noche.

3.Prepara todo de antemano para la reunión. Repasa la sesión y escribe las respuestas a las preguntas. Presta especial atención a los ejercicios que sugerimos

en el punto “Pongámoslo en Práctica”; ya que animan al grupo a hacer algo más que solo conversar. Estos ejercicios motivan a la gente a aplicar lo aprendido.

4. Ora por los miembros de tu grupo, mencionándolos por nombre. Antes de comenzar la reunión, ora por cada uno de los participantes. Tal vez, sea conveniente que repases semanalmente la lista de oración. Pídele a Dios que se manifieste durante la reunión, tocando los corazones de los participantes. Prepárate para que Dios te guíe hacia cualquiera que necesite una palabra de aliento o exhortación. Si escuchas a Dios, Él te guiará.

5. Cuando hagas preguntas, sé paciente. Eventualmente, alguien responderá. A veces, la gente necesita un momento de silencio para pensar la respuesta. Si el silencio no te molesta a ti, tampoco molestará a los demás. Después de que alguien responda, agradece la respuesta con un simple “gracias” o “buena respuesta”. Luego, añade: “¿Alguien más quisiera responder?”. O “¿Hay alguien que aún no haya participado que desee responder? Presta atención a las personas nuevas o renuentes a participar. Si creas una atmósfera íntima, cordial y segura, en algún momento participarán. Si alguno del grupo está siempre callado, considera la posibilidad de hablar con él a solas y animalo a participar. Dile que su contribución es importante y que todo el grupo lo ama y aprecia. Recuerda: las aguas quietas tienen corrientes profundas.

6. Haz una transición después de cada pregunta. Pregunta si a alguno le gustaría leer un pasaje de la Biblia. No designes a ninguno, pide voluntarios y espera con paciencia que alguno empiece. Agradécele a cualquiera que lea en voz alta.

7. Ocasionalmente, forma subgrupos. Esto hará que los participantes tengan oportunidad de hablar con mayor privacidad. De esta manera la gente se conecta mejor con la enseñanza, la aplica más rápidamente, y obtiene más beneficios del grupo. Los subgrupos facilitan la participación de las personas más tímidas y tienden a suavizar el impacto de las más dominantes.

8. Pueden formar círculos pequeños durante el tiempo de oración.

Aquellos que no están acostumbrados o tienen vergüenza de orar en público,

tienen la oportunidad de hacerlo en un grupo de dos o tres. Además, las peticiones de oración no llevan tanto tiempo, dando más tiempo para orar. Cuando todos los subgrupos se reúnen, habrá una persona designada en cada uno para informar sobre los motivos de oración. Una gran ventaja de los subgrupos es que promueven la formación de líderes. Al tener más grupos que atender, serán necesarios más moderadores que empezarán a dar sus primeros pasos y a adquirir confianza.

9. De vez en cuando, haz rotación de moderadores. Aunque seas perfectamente capaz de dirigir todas las reuniones, si le das la oportunidad de liderar a otros, los ayudarás a crecer y a desarrollar sus dones.

10. Un desafío final (para anfitriones nuevos). Antes de la primera reunión, busca y lee cada uno de los pasajes que aparecen más abajo. Será un ejercicio de devoción personal que te ayudará a formar un corazón de pastor. Te lo aseguramos. Si lo haces, estarás bien preparado para tu primera reunión.

### **Mateo 9:36-38 (NVI)**

“Al ver a las multitudes, tuvo compasión de ellas, porque estaban agobiadas y desamparadas, como ovejas sin pastor. «La cosecha es abundante, pero son pocos los obreros—les dijo a sus discípulos—. Pídanle, por tanto, al Señor de la cosecha que envíe obreros a su campo.»”

### **Juan 10:14-15 (NVI)**

“Yo soy el buen pastor; conozco a mis ovejas, y ellas me conocen a mí, así como el Padre me conoce a mí y yo lo conozco a él, y doy mi vida por las ovejas.”

### **1 Pedro 5:2-4 (NVI)**

“... cuiden como pastores el rebaño de Dios que está a su cargo, no por obligación ni por ambición de dinero, sino con afán de servir, como Dios quiere. No sean tiranos con los que están a su cuidado, sino sean ejemplos para el rebaño. Así, cuando aparezca el Pastor supremo, ustedes recibirán la inmarcesible corona de gloria.”

### **Filipenses 2:1-5 (NVI)**

“Por tanto, si sienten algún estímulo en su unión con Cristo, algún consuelo en su amor, algún compañerismo en el Espíritu, algún afecto entrañable, llénenme de alegría teniendo un mismo parecer, un mismo amor, unidos en alma y pensamiento. No hagan nada por egoísmo o vanidad; más bien, con humildad consideren a los demás como superiores a ustedes mismos. Cada uno debe velar no sólo por sus propios intereses sino también por los intereses de los demás. La actitud de ustedes debe ser como la de Cristo Jesús.”

### **Hebreos 10:23-25 (NVI)**

“Mantengamos firme la esperanza que profesamos, porque fiel es el que hizo la promesa. Preocupémonos los unos por los otros, a fin de estimularnos al amor y a las buenas obras. No dejemos de congregarnos, como acostumbran hacerlo algunos, sino animémonos unos a otros, y con mayor razón ahora que vemos que aquel día se acerca.”

### **1 tesalonicenses 2:7-8, 11-12 (NVI)**

“Aunque como apóstoles de Cristo hubiéramos podido ser exigentes con ustedes, los tratamos con delicadeza. Como una madre que amamanta y cuida a sus hijos, así nosotros, por el cariño que les tenemos, nos deleitamos en compartir con ustedes no sólo el evangelio de Dios sino también nuestra vida. ¡Tanto llegamos a quererlos

. . . Saben también que a cada uno de ustedes lo hemos tratado como trata un padre a sus propios hijos. Los hemos animado, consolado y exhortado a llevar una vida digna de Dios, que los llama a su reino y a su gloria.”



# Preguntas Frecuentes

## **¿Durante cuánto tiempo se reunirá este grupo?**

Este estudio consta de siete sesiones. Les recomendamos añadir una reunión más para celebrar. Al llegar a la última sesión, el grupo resolverá si se seguirá reuniendo o no para seguir con otro estudio. En ese momento pueden evaluar cómo ha resultado el grupo, discutir las reglas generales y elegir el material que estudiarán después. Recomendamos que visiten [www.iglesiacei.org/grupos](http://www.iglesiacei.org/grupos), nuestro sitio en Internet, para hallar más información.

## **¿Qué es un líder?**

El líder es la persona que coordina y lleva a cabo las reuniones del grupo. Además del líder, es bueno que haya una o dos personas más que pueden moderar la discusión de los temas. Hay otras responsabilidades dentro del grupo que pueden rotarse entre los miembros, como por ejemplo: servir la merienda, leer los motivos de oración, dirigir la alabanza o llamar a quienes hayan faltado a una de las reuniones. Los participantes crecen cuando sienten al grupo como una responsabilidad propia.

## **¿Dónde conseguimos miembros para el grupo?**

Reclutar nuevos miembros puede resultar difícil para algunos grupos, especialmente los grupos nuevos con pocas personas. También puede ser complicado para aquellos grupos que han perdido algunos de sus miembros por distintos motivos. Sugerimos el uso del diagrama llamado “Los Círculos de la Vida” (hacia el final de esta sección). El mismo permite elaborar una lista formada por compañeros de trabajo, iglesia, escuela, barrio, familia, etc. Luego, se debe orar por todas las listas de cada uno de los miembros, quienes deberían comenzar a invitar a las personas de sus listas.

Algunos grupos temen que las personas nuevas alteren la intimidad o el clima que el grupo ha desarrollado. Sin embargo, aquellos grupos abiertos a nuevas personas, descubren que ganan mucho más con la inyección de sangre nueva. Recuerda que una persona nueva puede llegar a ser tu nuevo amigo en la eternidad. Cada grupo tiene diferentes maneras de conseguir nuevos participantes. Algunos están permanentemente abiertos, mientras que otros se abren periódicamente (al principio y al final de cada estudio). Si tu grupo se hace demasiado largo, de tal modo que las conversaciones cara a cara se dificultan, puedes formar subgrupos que se reúnan en habitaciones distintas.

### **¿Cómo resolvemos la necesidad del cuidado de niños en nuestro grupo?**

La atención de niños debe manejarse con cuidado. Es un tema muy delicado. Sugerimos que el grupo busque soluciones creativas. Una solución común es hacer que los adultos se reúnan en una habitación de la casa y los niños en otra; bajo la supervisión de alguien cuyos honorarios serán pagados por todos. Otra solución común es que los niños se reúnan en otra casa (cercana a la que se reúnen los adultos). Si lo desean, los adultos pueden turnarse en el cuidado de los niños o contratar a alguien que lo haga. También pueden enseñarles una lección a los niños. Esta opción es muy buena para niños en edad escolar.

## **Reglas Generales del Grupo**

Es recomendable que todos los grupos expresen por escrito cuáles son los valores y las expectativas que comparten, así como los compromisos que asumen. Estas reglas generales ayudarán a evitar la existencia de agendas ocultas y expectativas insatisfechas. Sugerimos que estas reglas sean discutidas en la primera reunión a fin de poner el fundamento para tener un grupo saludable. Cada grupo tiene la libertad de modificar cualquiera de las pautas mencionadas aquí para ajustarlas a sus necesidades específicas.

## **Estamos de acuerdo con los siguientes valores:**

**Propósito Claro:** Desarrollar vidas espirituales saludables a través de una comunidad de grupos pequeños saludables.

**Asistencia al Grupo:** Priorizar las reuniones del grupo (llamar si uno se va a ausentar o llegará tarde)

**Ambiente Seguro:** Crear un ambiente seguro y cálido, donde la gente se pueda expresar y sentir amada (sin respuestas rápidas, juicios apresurados, o soluciones simplistas).

**Confidencialidad:** Mantener estrictamente dentro del grupo todo lo que se dice en el grupo.

**Resolución de Conflictos:** Evitar el chisme, resolviendo inmediatamente cualquier problema mediante los principios de Mateo 18:15-17.

**Salud Espiritual:** Dar permiso a todos los miembros del grupo para hablarme sobre cómo llevar una vida espiritual más equilibrada y saludable, que agrade a Dios.

**Limitar Nuestra Libertad:** Limitar nuestra libertad, absteniéndonos de servir bebidas alcohólicas durante las reuniones del grupo y otras ocasiones, a fin de no hacer tropezar a un hermano o hermana más débil (1 Corintios 8:1-13; Romanos 14:19-21).

**Bienvenida a los Nuevos:** Invitar a amigos que puedan ser bendecidos por el estudio, recibiendo a las personas nuevas con afecto.

**Edificar Relaciones:** Conocernos unos a otros y orar unos por otros regularmente.

También nos hemos puesto de acuerdo sobre los siguientes temas:

**Cuidado de Niños** \_\_\_\_\_

**Hora de Inicio** \_\_\_\_\_

**Hora de Cierre** \_\_\_\_\_

Si todavía no lo has hecho, completa el Calendario del Grupo Pequeño de la página 59.

## Los Círculos de la Vida Las Relaciones del Grupo Pequeño

Descubre Con Quién Te Puedes Conectar En Tu Comunidad

Usa esta tabla para poner en práctica uno de los valores contenidos en las Reglas Generales del Grupo; es decir: la bienvenida a todo nuevo miembro.



Sigue este proceso simple de tres pasos:

1. Pon el nombre de una o dos personas en cada círculo.
2. Ora para elegir una o dos personas de todos tus círculos y comunícale tu elección al resto de grupo.
3. Llama a esas personas e invítalas a la próxima reunión. Más del cincuenta por ciento de esos invitados dirán que Sí.

### **Calendario del Grupo Pequeño**

<b>Fecha</b>	<b>Sesión</b>	<b>lugar</b>	<b>Moderador</b>	<b>Merienda</b>
	<b>Sesión 1</b>			
	<b>Sesión 2</b>			
	<b>Sesión 3</b>			
	<b>Sesión 4</b>			
	<b>Sesión 5</b>			
	<b>Sesión 6</b>			
	<b>Sesión 7</b>			
	<b>Sesión 8</b>			

## **Calendario del Grupo Pequeño (en la página anterior)**

Los grupos pequeños saludables comparten responsabilidades. Plasmar esto en la realidad puede llevar un tiempo. Cuando todos los miembros consideran al grupo como propio, las responsabilidades no recaen sobre una sola persona. Usa el calendario para mantenerte al tanto de acontecimientos sociales, proyectos misioneros, cumpleaños, o días en los que no habrá reunión. Completa este calendario el primero o segundo día de reunión. La planificación aumenta la asistencia y distribuye las responsabilidades.

## **Informe de Oración y Alabanza del Grupo Pequeño**

Aquí pueden escribir los motivos de oración de todo el grupo. También puedes anotar las respuestas del Señor. Oren los unos por los otros. Si eres nuevo y nunca has orado en voz alta, puedes hacerlo en silencio o solo diciendo una oración así:

**“Señor, te pido por \_\_\_\_\_.”**

<b>Fecha</b>	<b>Persona</b>	<b>Petición de oración</b>	<b>Alabanza</b>

## UNA EVALUACIÓN CON PROPÓSITO DE MI SALUD ESPIRITUAL

*Examínense para saber si su fe es genuina. Pruébense a sí mismos. Sin duda saben que Jesucristo está entre ustedes; de no ser así, ustedes han reprobado el examen de la fe genuina*

**2 Corintios 13:5 (NTV)**

**En el día 39 de Una Vida con Propósito**, Rick Warren introduce el concepto de una evaluación de la salud espiritual. Él dice que, para mantener nuestra salud física, debemos visitar al médico regularmente a fin de que revise nuestros signos vitales: presión sanguínea, temperatura, peso, etc. Del mismo modo, es necesario chequear y equilibrar regularmente los cinco signos vitales de nuestra salud espiritual o vida cristiana:

**Adoración:** Fuiste planeado para agradecer a Dios.

**Compañerismo:** Fuiste formado para la familia de Dios.

**Enseñanza:** Fuiste creado para ser como Cristo

**Servicio:** Fuiste diseñado para servir a Dios.

**Proclamación:** Fuiste hecho para una misión.

La Evaluación de la Salud Espiritual y el Plan para la Salud Espiritual, miden tu salud en un momento determinado. No son herramientas para comprar el nivel espiritual con el de otras personas; tampoco es una herramienta para ver cuán cerca estás de la perfección. Todos sabemos que no vamos a ser perfectos de este lado del cielo. Más bien, se trata de una herramienta que te ayudará a evaluar tu salud espiritual y te dará la dirección que necesitas para desarrollar un plan que equilibre los cinco propósitos de Dios en tu vida



# EVALUACIÓN DE LA SALUD ESPIRITUAL

## ADORACIÓN:

### FUISTE PLANEADO PARA AGRADAR A DIOS

	No me describe			Me describe un poco		Me describe muy bien
-Mi vida manifiesta que Dios es mi mayor prioridad	0	1	2	3	4	5
-Estoy dependiendo de Dios en cada aspecto de mi vida	0	1	2	3	4	5
-No hay nada en mi vida que no haya rendido a (dejado atrás) por Dios	0	1	2	3	4	5
-Regularmente medito en la Palabra de Dios y le invito a participa en las actividades de mi vida cotidiana	0	1	2	3	4	5
-Tengo un deseo profundo de pasar tiempo en la presencia de Dios	0	1	2	3	4	5
-Soy la misma persona en público que en privado	0	1	2	3	4	5
-Tengo un tremendo sentido de la gloria de Dios, aun cuando no sienta su presencia	0	1	2	3	4	5

**TOTAL EN ADORACIÓN** \_\_\_\_\_

## COMPAÑERISMO:

### FUISTE HECHO PARA LA FAMILIA DE DIOS

	No me describe			Me describe un poco		Me describe muy bien
-Soy genuinamente franco y honesto acerca de quién soy	0	1	2	3	4	5
-Regularmente uso mi tiempo y recursos para satisfacer las necesidades de otros.	0	1	2	3	4	5
-Tengo una conexión profunda y significativa con otros en la iglesia	0	1	2	3	4	5
-No me molesta que me aconsejen, corrijan, o alienten	0	1	2	3	4	5
-Me reúno regularmente con un grupo de cristianos por compañerismo y rendir cuentas	0	1	2	3	4	5

	<b>No me describe</b>			<b>Me describe un poco</b>		<b>Me describe muy bien</b>
-Actualmente, no hay nada sin resolver en mis relaciones personales	0	1	2	3	4	5
-No hay nada en la manera que hablo o actúo respecto a otros que no estaría dispuesto a discutir con ellos en persona	0	1	2	3	4	5

**TOTAL EN COMPAÑERISMO** \_\_\_\_\_

**ENSEÑANZA:**

**FUISTE CREADO PARA SER COMO CRISTO**

	<b>No me describe</b>			<b>Me describe un poco</b>		<b>Me describe muy bien</b>
-Confieso rápidamente cualquier cosa en mi carácter que no refleje el carácter de Cristo	0	1	2	3	4	5
-Un repaso de mis finanzas demuestra que pienso más en Dios y en los demás que en mí mismo	0	1	2	3	4	5
-Permito que la Palabra de Dios dirija mis pensamientos y cambie mis acciones	0	1	2	3	4	5
-Soy capaz de alabar a Dios en tiempo difíciles y los veo como una oportunidad para crecer	0	1	2	3	4	5
-Estoy tomando correctas y mejores decisiones, siempre que soy tentado a hacer lo malo	0	1	2	3	4	5
-La oración ha cambiado el modo en que veo e interactúo con el mundo	0	1	2	3	4	5
-Tengo la actitud constante de adquirir hábitos que me ayuden a parecerme más a Cristo	0	1	2	3	4	5

**TOTAL EN ENSEÑANZA** \_\_\_\_\_

**SERVICIO:****FUISTE FORMADO PARA SERVIR A DIOS**

	<b>No me describe</b>		<b>Me describe un poco</b>		<b>Me describe muy bien</b>
-Regularmente uso mi tiempo para servir a Dios	0	1	2	3	4 5
-Actualmente sirvo a Dios con los dones y pasiones que Él me ha dado	0	1	2	3	4 5
-Regularmente pienso en maneras de impactar en el Reino de Dios	0	1	2	3	4 5
-Disfruto satisfaciendo las necesidades de otros sin esperar nada a cambio	0	1	2	3	4 5
-Con frecuencia pienso en maneras de usar los dones y talentos que Dios me ha dado para agradecerle a Él	0	1	2	3	4 5
-La gente que está cerca de mí dice que mi vida refleja el principio:					
-Es mejor dar que recibir	0	1	2	3	4 5
-La pasión de mi corazón es hablar del evangelio con aquellos que nunca lo han escuchado	0	1	2	3	4 5
-Mi relación con Cristo siempre sale a la luz en cualquier conversación que tengo con personas no creyentes .	0	1	2	3	4 5
-Estoy dispuesto a ir a cualquier parte donde Dios me llame, por la razón que fuere, para compartir mi fe	0	1	2	3	4 5

**TOTAL EN PROCLAMACIÓN** \_\_\_\_\_**PROCLAMACIÓN:****FUISTE HECHO PARA UNA MISIÓN**

	<b>No me describe</b>		<b>Me describe un poco</b>		<b>Me describe muy bien</b>
-Siento la responsabilidad de comunicar mi fe a aquellos que no conocen a Jesús	0	1	2	3	4 5
-Busco oportunidades para edificar relaciones con quienes no conocen a Jesús	0	1	2	3	4 5
-Oro regularmente por los que no conocen a Jesús	0	1	2	3	4 5
-Tengo confianza en mi habilidad de hablar del evangelio	0	1	2	3	4 5

	<b>No me describe</b>		<b>Me describe un poco</b>		<b>Me describe muy bien</b>	

-La pasión de mi corazón es hablar del evangelio con aquellos que nunca lo han escuchado 0 1 2 3 4 5

-Mi relación con Cristo siempre sale a la luz en cualquier conversación que tengo con personas no creyentes 0 1 2 3 4 5

-Estoy dispuesto a ir a cualquier parte donde Dios me llame, por la razón que fuere, para compartir mi fe 0 1 2 3 4 5

**TOTAL EN PROCLAMACIÓN \_\_\_\_\_**







## ASI VIVIMOS:

REFLEJANDO A JESÚS

APRENDIENDO DE DIOS

SIRVIENDO CON PASIÓN

CRECIENDO EN UNIDAD

ADORANDO SIN CONDICIÓN



SOMOS UNA  
IGLESIA SALUDABLE

### SERVICIOS:

Domingos 8:30am y 10:30am  
Último viernes del mes 7:00pm



Iglesia CEI



Iglesia CEI



IglesiaCEI

WWW.IGLESIACEI.ORG