

## *En tiempos de Incertidumbre*

Toma un tiempo para seguir la guía, solo recuerda que lo más importante es escuchar la Voz de Dios y abrir tu corazón al Señor.

Usa solamente las preguntas que sean útiles. La idea es pasar tiempo con el Señor y no necesariamente completar la guía.

Bendiciones! Él desea hablarte y pasar tiempo contigo!

Lee este pasaje detenidamente y subraya las palabras o frases que capturan tu atención.

### **Salmo 121**

Levanto la vista hacia las montañas,  
¿viene de allí mi ayuda?

¡Mi ayuda viene del Señor,  
quién hizo el cielo y la tierra!

Él no permitirá que tropieces;  
el que te cuida no se dormirá.

En efecto, el que cuida a Israel  
nunca duerme ni se adormece.

¡El Señor mismo te cuida!  
El Señor está a tu lado como tu sombra protectora.

El sol no te hará daño durante el día,  
ni la luna durante la noche.

El Señor te libra de todo mal  
y cuida tu vida.

El Señor te protege al entrar y al salir,  
ahora y para siempre.

1. Toma un tiempo para agradecer el cuidado que Dios ha tenido de tu vida. Pide al Espíritu Santo que te recuerde momentos importantes donde también habían condiciones inciertas y Él te ha cuidado. Qué memorias vienen a tu mente?
2. Cuáles son algunas enseñanzas de esos momentos inciertos que han impactado tu vida y tu historia con Jesús? Anota algunos pensamientos.
3. Sin ninguna duda estamos viviendo tiempos de gran incertidumbre. En tiempos de incertidumbre hay menos visibilidad. No vemos claro, hay una “neblina divina” que no nos permite ver más allá.



- Mira esta fotografía. Imagina que eres tú que estás en esa montaña con densa neblina. No juzgues nada de lo que surja a través de las siguientes preguntas. Recuerda que eres amado/a por Cristo con tus fuerzas y tus debilidades, con tu fe y tus dudas. Eres incondicionalmente amado/a por Él!

- A qué le temes? Ponle nombres a tus temores.....
- Qué te trae ansiedad?
- Qué anhelas poder ver o tener más claro?
- Qué otros sentimientos o dudas surgen con esa neblina al frente.

- Mientras hablas con Jesús a cerca de lo que sientes en este tiempo de incertidumbre, tal vez desees pintar este corazón de los colores que representen tus temores, ansiedad y falta de claridad.



4. Ahora invita a Jesús a esa montaña y habla con Él sobre todo lo que sientes en medio de este tiempo de incertidumbre. Entrégale lo que llevas en el corazón así tal cual esta ahora. Guarda un tiempo de silencio cuando has compartido todo y pídele que te hable. Si deseas usa tu imaginación, no tengas temor de hacerlo.
  - Dónde está Jesús en la imagen de la montaña?
  - Puedes detenerte a observar cómo se ve Jesús, hacia dónde esta su mirada? Cómo se ve de ánimo? Cuán cercano está con respecto a donde estas tú?
  - Mira si Jesús desea darte algo o decirte algo. Si es de ayuda después de escuchar en silencio, puedes leer el salmo nuevamente. Anota lo que percibes y escuchas.
  
5. Pregúntale al Espíritu Santo cuáles son las verdades y convicciones que Él desea recordarte en medio de este tiempo de incertidumbre. Escribe sin pensar mucho todas las verdades que vengan a tu mente en este momento.
  
6. Te ofrezco algunos versículos para que completes tus verdades. Mira cuales te llaman más la atención.

### **Proverbios 3:5-6 (NTV)**

Confía en el Señor con todo tu corazón;  
no dependas de tu propio entendimiento.  
Busca su voluntad en todo lo que hagas,  
y él te mostrará cuál camino tomar.

### **Isaías 55:8-9 (NTV)**

Mis pensamientos no se parecen en nada a sus pensamientos —dice el Señor—.  
Y mis caminos están muy por encima de lo que pudieran imaginarse.  
Pues así como los cielos están más altos que la tierra,  
así mis caminos están más altos que sus caminos  
y mis pensamientos, más altos que sus pensamientos.

### **Filipenses 4:7 (NVI)**

Y la paz de Dios, que sobrepasa todo entendimiento, cuidará sus corazones y sus pensamientos en Cristo Jesús.

### **Salmos 143:8 (NVI)**

Por la mañana hazme saber de tu gran amor,  
porque en ti he puesto mi confianza.  
Señálame el camino que debo seguir,  
porque a ti elevo mi alma.

### **Isaías 41:10 (NVI)**

Así que no temas, porque yo estoy contigo;  
no te angusties, porque yo soy tu Dios.  
Te fortaleceré y te ayudaré;  
te sostendré con mi diestra victoriosa.

### **2 Corintios 5:7 (NVI)**

Vivimos por fe, no por vista.

### **Romanos 5:3-5 (NVI)**

Y no solo en esto, sino también en nuestros sufrimientos, porque sabemos que el sufrimiento produce perseverancia; la perseverancia, entereza de carácter; la entereza de carácter, esperanza. Y esta esperanza no nos defrauda, porque Dios ha derramado su amor en nuestro corazón por el Espíritu Santo que nos ha dado.

### **Mateo 6:31-33 (NVI)**

Así que no se preocupen diciendo: “¿Qué comeremos?” o “¿Qué beberemos?” o “¿Con qué nos vestiremos?” Los paganos andan tras todas estas cosas, pero el Padre celestial sabe que ustedes las necesitan. Más bien, busquen primeramente el reino de Dios y su justicia, y todas estas cosas les serán añadidas.

7. Termina este tiempo agradeciendo lo que Jesús te ha dicho y lo que te ha recordado, lo que te ha dicho y lo que ha afirmado. Si deseas pinta nuevamente el corazón y con colores que representen lo que has recibido en este tiempo. Anota alrededor palabras o frases claves para navegar este tiempo de incertidumbre.



Salmos 139:12

ni las tinieblas serían oscuras para tí,  
y aun la noche sería clara como el día.  
¡Lo mismo son para tí las tinieblas que la luz!