

**ESFUERZATE**  
**y SE**  
**VALIENTE**



**SILABARIO DEL**  
**ESTUDIANTE**

## Introducción a las sesiones

**Sesión 01 Como Dios te ve. Así eres!** - Este audio enseña que tu valor no depende de la opinión de la gente ni de lo que ves en el espejo, sino de cómo Dios te ve. Enfatiza que no eres un error, sino que fuiste planeado por Dios desde antes de la fundación del mundo, siendo "hechura suya" creada en Cristo para buenas obras y para ser parte de un cuerpo con propósito divino.

**Sesión 02 Dios cuida de Ti** - Se explica que no debemos buscar la independencia o autosuficiencia humana, sino depender totalmente de Dios, quien perdona, sana y rescata del hoyo. Se resalta que Dios es nuestro guardador que no se duerme, nuestro socorro y refugio, por lo que debemos alzar nuestros ojos hacia Él y no olvidar ninguno de sus beneficios.

**Sesión 03 Él no te olvida** - El tema central es que, aunque una madre pueda olvidar a su hijo, Dios nunca se olvidará de ti porque te tiene esculpido en las palmas de sus manos. Se insta a perder el miedo al rechazo basando nuestra identidad en ser hijos amados y a no pensar que Dios nos ha abandonado en momentos de dificultad, pues Él siempre está atento a nuestras necesidades.

**Sesión 04 Reposa en Él** - Se enseña que existe un reposo disponible para el pueblo de Dios, el cual no es inactividad, sino la capacidad de sentirse calmado, seguro y confiado en las promesas divinas. Se invita a dejar las cargas y el afán, imitando a Dios que reposó el séptimo día y aceptando la invitación de Jesús de hallar descanso para nuestras almas al confiar en su obra acabada.

**Sesión 05 ¡Vamos a animarnos!** - Este audio destaca la necesidad vital de alentarnos, edificarnos y consolarnos mutuamente como miembros del cuerpo de Cristo, tal como un equipo se apoya para ganar. Se utiliza el ejemplo de Pablo y Silas, quienes tras ser encarcelados, consolaron a los hermanos, demostrando que debemos infundir aliento a otros con la Palabra de Dios en medio de cualquier tribulación.

**Sesión 06 ¿Aflicciones? De todas nos libraré** - Se aborda la realidad de las aflicciones, afirmando que aunque "muchas son las aflicciones del justo", Dios promete librarnos de todas ellas. Se exhorta a no temer ni esperar lo malo, sino a prepararse con conciencia y la Palabra para enfrentar cualquier situación, sabiendo que las aflicciones actuales no se comparan con la gloria verdadera.

**Sesión 07 ¿Aflicciones? Fueron derrotadas** - Se enseña que las tribulaciones son temporales y que no debemos quedarnos estancados en la conmoción o el llanto, sino accionar creyendo que la

pedra será quitada. Se recuerda que tenemos un Sumo Sacerdote (Jesús) que se compadece de nuestras debilidades y que Dios es fiel para librarnos, cambiando nuestra perspectiva hacia su poder y fidelidad.

**Sesión 08 ¿Aflicciones? PODEROSO es DIOS** - Se enfoca en que Dios es poderoso para hacer que abunde en nosotros toda gracia, proveyendo salud y bienes para toda buena obra, contrarrestando la idea de que sufrir es necesario. Se ilustra con el milagro de Pedro y el cojo en el templo, demostrando que tenemos el poder para decir "levántate y anda", pues creemos en un Dios que siempre provee y sana.

**Sesión 09 ¿Tribulaciones? Firmeza en la Gracia** - Explica que la gracia es un regalo inmerecido que nos dio vida, salvación y nos sentó en lugares celestiales cuando estábamos muertos en delitos, sin que tuviéramos que ganárnoslo. Se insta a vivir una vida dinámica y de servicio en agradecimiento a este favor divino, manteniéndose firmes en la gracia y no cayendo en el orgullo o la pasividad.

**Sesión 10 ¿Tribulación? Esfuérate en la Gracia** - Se recalca que al vivir en la era de la gracia, donde todo nos fue dado gratis (vida, salvación, poder), no debemos vivir como mendigos pidiendo permiso, sino como hijos que se apropian de sus derechos. El mensaje es esforzarse (fortalecerse) en la gracia, despertando del sueño y accionando con el poder que ya recibimos, en lugar de intentar comprar el favor de Dios.

**Sesión 11 ACCIONA! Deja de Clamar** - Usando el ejemplo de Moisés frente al Mar Rojo, se enseña que hay momentos donde Dios nos dice que dejemos de clamar y orar, y comencemos a actuar usando la autoridad (la vara) que ya nos dio. Se enfatiza que un hijo de Dios no espera pasivamente, sino que da la orden y marcha con valentía, sabiendo que la liberación depende de nuestra acción creyente en el momento de crisis.

**Sesión 12 Sigue caminando** - Se utiliza la analogía de una carrera para enseñar que no fuimos llamados a abandonar, sino a terminar la carrera a pesar de las heridas o el cansancio, teniendo a Jesucristo como la ruta, la verdad y la vida. Se exhorta a nutrirse de hacer la voluntad de Dios y a seguir caminando con determinación, imitando el ejemplo de Jesús quien no hizo su voluntad sino la del Padre.

**Sesión 13 ¿Desafíos? Puedes vencerlos** - Este audio desafía al creyente a salir de su zona de confort e inacción para enfrentar las situaciones difíciles ("Goliats") que revelan nuestro verdadero potencial espiritual. Se anima a no acobardarse ante las amenazas del adversario, sino a responder

con osadía y acción, sabiendo que Dios está con nosotros para darnos la victoria sobre cualquier desafío.

**Sesión 14 ¿Aflicciones? Toma valor** - Se invita a echar toda ansiedad sobre Dios y a armarse de valor y valentía, tal como lo hicieron José de Arimatea al pedir el cuerpo de Jesús o Josué al cruzar el Jordán. Se enseña que Dios promete estar con nosotros y no desampararnos, por lo que debemos ser fuertes, valientes y dar el paso de fe aunque las circunstancias (como el río desbordado) parezcan imposibles.

**Sesión 15 Viviendo en Cristo Viviente** - El tema final es vivir una vida victoriosa y radiante, caracterizada por creer, amar y vivir la Palabra, sabiendo que nuestros nombres están escritos en el libro de la vida. Se contrasta el camino de la religión (esfuerzo humano) con el cristianismo (lo que Dios hizo), instando a reconocer la dignidad de tener el Espíritu Santo y a vivir libres de condenación.

## Sesión 1 - Como Dios te ve. Así eres!

**Lista de Versículos:** Salmos 139: 1-6; Efesios 2: 10; 1 Corintios 12: 27; 2 Corintios 5: 17; Juan 17: 20-21; Efesios 1: 3-4; Filipenses 4: 13; 1 Juan 3: 1; 1 Juan 4: 10; Efesios 5: 8; Gálatas 5: 1.

1. Según el Salmo 139, ¿por qué tu existencia no es un error ni una pérdida?
  
2. ¿Qué debemos hacer con respecto a cómo nos ven los demás según la enseñanza?
  - A) Ignorarlos completamente y aislarnos.
  - B) Ocuparnos de cómo Dios nos ve y dejar de preocuparnos por cómo nos ven los demás.
  - C) Tratar de complacerlos para que nos vean bien.
  
3. ¿Qué significa la frase "somos hechura suya" mencionada en Efesios 2:10 y cuál es el propósito de esta creación?
  
4. Cita Efesios 2:10 y describe una "buena obra" específica que creas que Dios preparó de antemano para que caminaras en ella hoy.
  
5. ¿Cómo describe el audio la diferencia entre las "opiniones" que la gente tiene de ti y las "realidades" que Dios tiene sobre ti?
  
6. Explica la analogía del "cuerpo de Cristo" y la importancia de cada miembro en particular según Primera de Corintios 12:27.
  
7. Según Filipenses 4:13 citado en el audio, ¿qué define nuestra capacidad de poder?
  - A) Nuestra fuerza de voluntad humana.
  - B) La educación que recibimos.
  - C) Cristo en nosotros que nos fortalece.
  
8. Basado en Efesios 5:8 ("Erais tinieblas, mas ahora sois luz"), ¿cómo aplicarías el concepto de "brillar" en tu entorno laboral o familiar esta semana?

## Sesión 2 - Dios cuida de Ti

**Lista de Versículos:** Salmos 116: 12; Salmos 103: 3-6; Salmos 121: 1-8; Salmos 123: 1; Deuteronomio 33: 26-27; Isaías 40: 29; Salmos 18: 1-6; Salmos 36: 7; Salmos 46: 1-7; 1 Timoteo 1: 17.

1. ¿Por qué los términos humanos de "independencia" y "autosuficiencia" quedan abolidos en la relación con Dios?
2. ¿Cuál es la respuesta a la pregunta "¿Qué pagaré a Jehová por sus beneficios?"?
  - A) Hacer sacrificios y penitencias.
  - B) No hay paga posible, solo agradecer, obedecer y depender de Él.
  - C) Dar mucho dinero a la iglesia.
3. Enumera al menos tres beneficios de Dios mencionados en el Salmo 103 que se citan en el audio.
4. Cita el Salmo 121:1-2 y describe una situación reciente donde tuviste que decidir entre mirar "a los montes" (problemas/ídolos) o mirar a Dios.
5. Según el Salmo 121, ¿de dónde viene nuestro socorro y qué hace Dios con respecto a nuestro sueño?
6. ¿Qué figura literaria se usa en Deuteronomio 33 para describir la ayuda de Dios?
  - A) Un escudo de bronce.
  - B) Una torre fuerte.
  - C) Quien cabalga sobre los cielos para tu ayuda.
7. ¿Qué contraste hace el audio entre los que esperan en sus propias fuerzas (los jóvenes flaquean) y los que esperan a Jehová según Isaías 40:29?
8. Usando el Salmo 18:1-2 ("Roca mía y castillo mío"), escribe una breve declaración de confianza para enfrentar un miedo actual.

## Sesión 3 - Él no te olvida

**Lista de Versículos:** Isaías 49: 1-16; Deuteronomio 31: 6; Salmos 103: 1-13; Mateo 7: 11; Salmos 2: 8; Efesios 1: 3-14; Apocalipsis 7: 16.

1. ¿Cuál es el efecto principal de conocer tu identidad como hijo amado de Dios sobre el miedo al rechazo?
2. Si sentimos que Dios nos abandonó, ¿qué es lo que realmente está pasando según el audio?
  - A) Dios está ocupado con otros.
  - B) Nosotros le hemos dado la espalda a Él, porque Él siempre está presente.
  - C) Hemos perdido la salvación.
3. Cita Deuteronomio 31:6 y explica cómo este versículo te ayuda a enfrentar una situación de soledad o abandono.
4. ¿Qué queja expresó Sión (Israel) en Isaías 49:14 y cuál fue la respuesta de Dios comparándose con una madre?
5. Explica la metáfora que usa Dios en Isaías 49 sobre "esculpida en las palmas de las manos".
6. Según Mateo 7:11, ¿cómo es la disposición de Dios para dar comparada con los padres humanos?
  - A) Dios es más estricto y da menos.
  - B) Dios da solo si nos portamos perfectamente.
  - C) Si los padres malos saben dar cosas buenas, cuánto más Dios dará buenas cosas a quienes le pidan.
7. Basado en Efesios 1:3 ("Bendito sea el Dios... que nos bendijo"), haz una lista de 3 bendiciones espirituales que ya posees y por las cuales no tienes que pedir, sino agradecer.
8. Según Efesios 1, ¿con qué nos bendijo Dios y desde cuándo nos escogió?

## Sesión 4 - Reposa en Él

**Lista de Versículos:** Isaías 49: 15-16; 2 Crónicas 32: 7-8; Génesis 2: 2; Mateo 11: 28-30; Hebreos 4: 1-9; Primera de Reyes 8: 56; Génesis 8: 1-4; Salmos 23: 1-3; Job 3: 25-26; Romanos 5: 1; 1 Pedro 4: 7-11.

1. Según Segunda de Crónicas 32:7-8, ¿por qué el pueblo tuvo confianza frente al Rey de Asiria?
2. ¿Cómo se define "reposar" en el audio y qué diferencia tiene con la inactividad?
3. ¿Qué hizo Dios el séptimo día según Génesis 2:2?
  - A) Se fue a dormir porque estaba agotado.
  - B) Acabó la obra que hizo y reposó (dejó de crear porque estaba completo).
  - C) Siguió trabajando.
4. ¿Qué invitación hace Jesús en Mateo 11:28 a los "trabajados y cargados"?
5. Cita Mateo 11:28-29 y describe una "carga" específica que necesitas soltar hoy para tomar el yugo de Jesús.
6. ¿Qué significa que "el arca reposó en el mes séptimo" según la analogía espiritual del audio?
  - A) Que debemos guardar el sábado judío.
  - B) Que debemos dormir hasta tarde los fines de semana.
  - C) Representa un estado de perfección espiritual y quietud disponible hoy gracias al Espíritu Santo.
7. ¿Cuál fue el error de Job mencionado en Job 3:25 que le impidió tener reposo?
8. Basado en Romanos 5:1 ("Justificados, pues... tenemos paz"), explica cómo la justificación elimina la ansiedad de tratar de ganarse el favor de Dios.



## Sesión 5 - ¡Vamos a animarnos!

**Lista de Versículos:** 1 Tesalonicenses 4: 18; 1 Tesalonicenses 5: 11; 1 Tesalonicenses 5: 5; 1 Tesalonicenses 3: 1; 1 Timoteo 2: 3-4; Hechos 16: 11-15, 35-40; Hechos 20: 7-12; 2 Corintios 1: 3-4; 2 Corintios 7: 13; 2 Corintios 13: 11.

1. ¿Cuál es la comparación que se hace en el audio sobre el cuerpo de Cristo y un equipo deportivo?

- A) Que hay competencia para ver quién es mejor.
- B) Que aunque hay un manager (Dios), los jugadores deben animarse entre sí para ganar el juego.
- C) Que solo el capitán puede hablar.

2. ¿Qué significa la palabra griega *parakaleo* mencionada en el contexto de animarnos unos a otros?

3. Cita Primera de Tesalonicenses 5:11 y escribe el nombre de una persona a la que te comprometes a "llamar a tu lado" para animar esta semana.

4. ¿Por qué debemos animarnos y edificarnos según Primera de Tesalonicenses 5:5?

- A) Porque somos hijos de luz y del día, no de las tinieblas.
- B) Porque si no lo hacemos Dios nos castiga.
- C) Para que la gente vea que somos buenas personas.

5. En el relato de Hechos 16, ¿qué hicieron Pablo y Silas al salir de la cárcel en lugar de huir inmediatamente o quejarse?

6. ¿Qué sucedió con Eutico en Hechos 20 y cómo reaccionó Pablo y la congregación?

7. Según Segunda de Corintios 1:4, ¿cuál es el propósito por el cual Dios nos consuela en nuestras tribulaciones?

8. Basado en Segunda de Corintios 1:4, describe una experiencia difícil que hayas superado y cómo puedes usarla para consolar a alguien más.

## Sesión 6 - ¿Aflicciones? De todas nos libraré

**Lista de Versículos:** Salmos 34: 18-19; Romanos 8: 18; Juan 16: 33; Salmos 55: 22; 2 Timoteo 3: 1-11; 2 Corintios 4: 16-18; Filipenses 4: 10-13.

1. Según el Salmo 34:19, ¿cuántas son las aflicciones del justo y de cuántas lo libra Jehová?
2. ¿Cómo compara Pablo en Romanos 8:18 las aflicciones del tiempo presente con la gloria venidera?
3. ¿Qué enseñanza da el audio sobre "no esperar" las aflicciones pero estar "preparado" para ellas?
4. ¿Qué dice Jesús en Juan 16:33 sobre la aflicción en el mundo?
  - A) Que si tenemos fe nunca tendremos aflicción.
  - B) Que en el mundo tendremos aflicción, pero debemos confiar porque Él ha vencido al mundo.
  - C) Que la aflicción es un castigo de Dios.
5. Basado en Salmos 55:22 ("Echa sobre Jehová tu carga"), describe qué acción física o mental realizarás hoy para "lanzar" esa carga
6. Según Segunda de Corintios 4:16, aunque el hombre exterior se desgaste, ¿qué pasa con el interior?
  - A) También se cansa.
  - B) Se renueva de día en día.
  - C) Se queda estático.
7. En Filipenses 4, ¿cuál es el secreto que Pablo aprendió respecto a vivir en escasez o en abundancia?
8. Cita Filipenses 4:13 ("Todo lo puedo en Cristo") y aplícalo a una situación actual donde sientas que no tienes fuerzas.

## Sesión 7 - ¿Aflicciones? Fueron derrotadas

**Lista de Versículos:** Eclesiastés 2: 11-12; Salmos 34: 12, 19; Juan 11: 33-38; Hebreos 4: 14-16; Salmos 23: 4; Salmos 56: 8; Salmos 84: 8-12.

1. ¿Qué conclusión saca Salomón en Eclesiastés 2:11 al mirar todas sus obras sin Dios?
2. En el relato de Juan 11 (Lázaro), ¿cómo reaccionó Jesús ante la aflicción y la muerte, y qué orden dio finalmente?
3. ¿Cuál es la clave para no quedarse "conmocionado" ante una tragedia según el audio?
  - A) Llorar hasta desahogarse y no hacer nada.
  - B) Orar y luego *accionar* (tomar acción creyente).
  - C) Buscar culpables.
4. ¿Qué significa tener un Sumo Sacerdote que se "compadece de nuestras debilidades" según Hebreos 4?
5. Cita Hebreos 4:16 ("Acerquémonos confiadamente...") y describe cómo cambiaría tu oración de hoy sabiendo que te acercas a un trono de gracia y no de juicio.
6. Basado en Salmos 23:4 ("Aunque ande en valle de sombra..."), ¿qué "herramienta" de Dios te infunde aliento hoy (vara y cayado)?
7. Según el Salmo 56:8, ¿qué hace Dios con nuestras huidas y nuestras lágrimas?
8. Según el Salmo 84, ¿qué son Jehová Dios para nosotros?
  - A) Juez y Jurado.
  - B) Sol y Escudo; gracia y gloria dará Jehová.
  - C) Lejanía y Silencio.

## Sesión 8 - ¿Aflicciones? PODEROSO es DIOS

**Lista de Versículos:** 2 Corintios 9: 8; Ajeo 2: 8; Juan 14: 12; Efesios 6: 10-13; Hechos 3: 1-8; Proverbios 3: 26-27; Hechos 19: 1-9; Éxodo 23: 24-25.

1. Según Segunda de Corintios 9:8, ¿para qué hace Dios que abunde en nosotros toda gracia?
2. Basado en Segunda de Corintios 9:8, identifica un área de tu vida donde necesitas creer que Dios hará "abundar toda gracia" esta semana.
3. Según el audio, ¿Dios quiere que vivamos enfermos o con escasez para "enseñarnos" algo?
  - A) Sí, el sufrimiento enseña humildad.
  - B) No, poderoso es Dios para hacer que abunde toda gracia (salud y bienes) para toda buena obra.
  - C) A veces sí, a veces no.
4. ¿Qué dice Ajeo 2:8 sobre de quién es la plata y el oro?
  - A) Es del diablo.
  - B) Es de los hombres ricos.
  - C) Mía es la plata, y mío es el oro, dice Jehová.
5. Explica la promesa de Jesús en Juan 14:12 sobre las obras que harían los que creen en Él.
6. ¿Qué le dijeron Pedro y Juan al cojo en el templo (Hechos 3) respecto al oro y la plata?
7. Cita Hechos 3:6 ("No tengo plata ni oro, más lo que tengo te doy...") y declara qué es lo que "tienes" hoy en Cristo para ofrecer a alguien necesitado.
8. ¿Qué sucedió en Hechos 19 cuando Pablo preguntó a los discípulos si habían recibido el Espíritu Santo?

## Sesión 9 - ¿Tribulaciones? Firmeza en la Gracia

**Lista de Versículos:** Juan 6: 63; Efesios 1: 6-7; Efesios 2: 5-8; Efesios 3: 1-8; Efesios 4: 29; Efesios 5: 14.

1. ¿Cómo debe ser la vida de un cristiano en agradecimiento a la gracia según el audio?
  - A) Pasiva y quieta.
  - B) Dinámica y de servicio (acción).
  - C) Llena de rituales para pagarle a Dios
  
2. Según Juan 6:63, ¿qué es lo que da vida y qué valor tiene la carne?
  
3. ¿Qué significa ser "aceptos en el Amado" según Efesios 1:6?
  
4. Según Efesios 2:8, ¿por medio de qué somos salvos y de quién es este regalo?
  
5. Cita Efesios 2:8 ("Por gracia sois salvos...") y escribe una breve oración de gratitud reconociendo que no tienes que "ganarte" el amor de Dios hoy.
  
6. ¿Cómo describe Pablo su ministerio en Efesios 3:7, fue por mérito o por don?
  
7. ¿Qué advertencia da Efesios 4:29 sobre nuestra manera de hablar?
  - A) Que hablemos mucho.
  - B) Que ninguna palabra corrompida salga de nuestra boca, sino la que sea buena para edificación.
  - C) Que gritemos para ser oídos.
  
8. Basado en Efesios 5:14 ("Despiértate, tú que duermes..."), identifica un área de tu vida espiritual donde necesitas "despertar" y accionar.

## Sesión 10 - ¿Tribulación? Esfuérate en la Gracia

**Lista de Versículos:** Juan 10: 10; Efesios 2: 1, 5-8; Juan 6: 63; Romanos 10: 9-10; Efesios 5: 14; Hechos 8: 14-20; Romanos 11: 29; Segunda de Timoteo 2: 1; Apocalipsis 22: 21.

1. Según el audio, ¿cuál es la diferencia entre un "premio" y un "regalo" en el contexto de la gracia?
2. ¿Qué contraste hace Juan 10:10 entre el ladrón y Jesús?
3. Basado en Juan 10:10, identifica una mentira del "ladrón" (algo que te roba paz) y reemplázala con la verdad de la "vida en abundancia".
4. Según Romanos 10:9-10, ¿qué se necesita para ser salvo?
  - A) Hacer muchas obras de caridad.
  - B) Confesar con tu boca que Jesús es el Señor y creer en tu corazón que Dios le levantó de los muertos.
  - C) Asistir a la iglesia todos los domingos.
5. ¿Qué intentó hacer Simón el mago en Hechos 8 y qué le respondió Pedro?
6. ¿Qué significa que los dones y el llamamiento de Dios son "irrevocables" (Romanos 11:29)?
7. Cita Romanos 11:29 y explica cómo este versículo te da seguridad si alguna vez sientes que has fallado a Dios.
8. ¿Cuál es la instrucción que Pablo le da a Timoteo en Segunda de Timoteo 2:1?
  - A) Esfuérate en la gracia que es en Cristo Jesús.
  - B) Cuídate de los falsos profetas.
  - C) Trabaja duro para ganarte el cielo.

## Sesión 11 - ACCIONA! Deja de Clamar

**Lista de Versículos:** Isaías 35: 3; Éxodo 4: 17; Éxodo 14: 13-16; Hechos 27: 23-25; Juan 16: 33; Isaías 41: 10.

1. Según la cita de Michael Jordan al inicio, ¿dónde se ganan los resultados?

A) En la suerte del juego.

B) En el entrenamiento y la concentración previa (no haciéndose el tonto en el entrenamiento).

C) En los zapatos que usas.

2. ¿Qué instrucción da Isaías 35:3?

A) Llorad con los que lloran.

B) Fortaleced las manos cansadas y afirmad las rodillas endebles.

C) Huid a los montes.

3. ¿Qué representaba la "vara" que Moisés debía alzar y qué debemos "alzar" nosotros hoy?

4. ¿Qué le dijo Dios a Moisés en Éxodo 14:15 cuando él estaba clamando frente al Mar Rojo?

5. Cita Éxodo 14:15 ("¿Por qué clamas a mí?...") e identifica una situación en tu vida donde Dios te estaría diciendo "Deja de clamar y marcha (actúa)".

6. ¿Por qué el audio sugiere que a veces "clamar" o hacer "cadenas de oración" puede ser un disfraz de incredulidad?

7. En Hechos 27, en medio de la tormenta en el barco, ¿qué actitud tomó Pablo para animar a los demás?

8. Basado en Hechos 27:25 ("Por tanto, oh varones, tened buen ánimo..."), escribe una frase de ánimo para ti mismo frente a un desafío actual.

## Sesión 12 - Sigue caminando

**Lista de Versículos:** Juan 14: 6; Juan 4: 34; Juan 5: 30; Juan 6: 38; Juan 8: 29; Juan 12: 49-50.

1. ¿Cuál fue la respuesta del corredor John Stephen Akhwari al preguntarle por qué no abandonó la carrera a pesar de estar herido?
2. Basado en la historia del maratonista, escribe un compromiso personal de "terminar la carrera" en un proyecto o área espiritual donde has pensado rendirte.
3. Según Juan 14:6, ¿cuáles son las tres cosas que Jesús dice ser?
4. Cita Juan 14:6 y explica qué significa para ti hoy que Jesús sea "el Camino" en medio de una decisión que debes tomar.
5. ¿Cuál era la "comida" (nutrimento) de Jesús según Juan 4:34?
6. Según Juan 5:30, ¿por qué el juicio de Jesús era justo?
7. ¿Qué afirmó Jesús en Juan 6:38 sobre su propósito al descender del cielo?
  - A) He descendido para ser un gran líder político.
  - B) He descendido para hacer mi voluntad.
  - C) He descendido, no para hacer mi voluntad, sino la voluntad del que me envió.
8. ¿Por qué Jesús dijo "Yo y el Padre uno somos" (Juan 10:30) según la explicación del audio?
  - A) Porque eran gemelos.
  - B) Porque Él hacía y hablaba exactamente lo que Dios le decía (unidad de propósito y acción).
  - C) Porque Dios se convirtió en hombre.



## Sesión 13 - ¿Desafíos? Puedes vencerlos

**Lista de Versículos:** Abacuc 3: 17-19; Primera de Samuel 17: 10; Éxodo 5: 1-2; Filipenses 1: 12-14; Filipenses 4: 4; Romanos 5: 10; Primera de Tesalonicenses 5: 16-23; Isaías 41: 10.

1. ¿Cuál es la invitación principal del audio respecto a la "zona de confort"?
2. Según Abacuc 3:17-18, ¿qué actitud decide tomar el profeta "aunque la higuera no florezca"?
3. ¿Qué hizo el filisteo (Goliat) en 1 Samuel 17:10 y qué efecto tuvo en Saúl y el pueblo?
  - A) Los invitó a cenar y se alegraron.
  - B) Desafió al campamento de Israel y ellos se turbaron y tuvieron gran miedo.
  - C) Se rindió antes de pelear.
4. ¿Cómo respondió Faraón al desafío de Dios en Éxodo 5 ("¿Quién es Jehová...")?
5. Según el estudio de salud mencionado ("los innombrables"), ¿quiénes reportaron mejor estado de salud?
  - A) Los que no reportaron lidiar con ninguno de los desafíos innombrables (estrés, deudas, miedo).
  - B) Los que tenían más de 5 desafíos.
  - C) Los que tomaban más medicinas.
6. En Filipenses 1:12, ¿cómo vio Pablo sus prisiones y cadenas?
7. Basado en Primera de Tesalonicenses 5:18 ("Dad gracias en todo"), escribe 3 cosas por las que das gracias hoy a pesar de los desafíos.
8. Cita Isaías 41:10 ("No temas, porque yo estoy contigo...") y úsalo para responder a un desafío específico que enfrentas esta semana.

## Sesión 14 - ¿Aflicciones? Toma valor

**Lista de Versículos:** Primera de Pedro 5: 7; Mateo 27: 11-14; Primera de Tesalonicenses 1: 6; Lucas 23: 50-53; Josué 1: 5; Josué 3: 6-15; Salmos 27: 13-14.

1. Según Primera de Pedro 5:7, ¿qué debemos hacer con nuestra ansiedad y por qué?
  
2. Basado en Primera de Pedro 5:7, realiza un acto simbólico de "echar" tu ansiedad sobre Dios escribiéndola en un papel y rompiéndolo (describe cómo te sentiste).
  
3. ¿Cómo se comportó Jesús ante las acusaciones frente a Pilato en Mateo 27?
  
4. Describe la valentía de José de Arimatea según Lucas 23.
  
5. ¿Qué promesa le dio Dios a Josué en Josué 1:5 para infundirle valor?
  
6. En el cruce del Jordán (Josué 3), ¿cuándo se detuvieron las aguas?
  - A) Antes de que salieran de sus tiendas.
  - B) Cuando los pies de los sacerdotes que llevaban el arca se mojaron en la orilla del agua.
  - C) Después de que construyeron un puente.
  
7. Cita Josué 1:9 (mencionado como "Esfuérsate y sé valiente") y aplícalo a una decisión que has estado posponiendo por miedo.
  
8. Según Salmos 27:13, ¿qué evitó que David desmayara?
  - A) Su ejército.
  - B) Creer que vería la bondad de Jehová en la tierra de los vivientes.
  - C) Su riqueza.

## Sesión 15 - Viviendo en Cristo Viviente

**Lista de Versículos:** Apocalipsis 21: 1-4, 22-27; Lucas 10: 20; Romanos 8: 9; Isaías 55: 8-13; Génesis 1-4; Hechos 18: 26; Judas 1: 11.

1. ¿Cuáles son las tres palabras mencionadas al inicio que caracterizan una vida victoriosa y radiante?
  
2. Según Apocalipsis 21, ¿qué cosas "ya no habrá más" en la Nueva Jerusalén?
  
3. Basado en Apocalipsis 21:27 ("No entrará cosa inmunda"), ¿qué "inmundicia" (mentira, miedo, rencor) decides sacar de tu "casa" (vida) hoy para vivir el cielo en la tierra?
  
4. ¿Qué dice Apocalipsis 21:25 sobre las puertas de la nueva ciudad?
  - A) Que estarán cerradas de noche por seguridad.
  - B) Que nunca serán cerradas (no habrá noche allí).
  - C) Que solo se abrirán los domingos.
  
5. ¿Por qué dice el audio que debemos regocijarnos según Lucas 10:20?
  
6. Cita Lucas 10:20 ("Regocijaos de que vuestros nombres...") y reflexiona sobre cómo este hecho te da dignidad hoy frente a cualquier crítica.
  
7. ¿Qué contraste hace Isaías 55 entre los pensamientos de Dios y los del hombre?
  
8. Según Judas 11 y el audio, ¿cuáles son los dos caminos que existen?
  - A) El camino de la izquierda y la derecha.
  - B) El camino de Dios (cristianismo) y el camino de Caín (religión/hombre).
  - C) El camino rápido y el lento.