



L01

## DESCANSO EN CRISTO

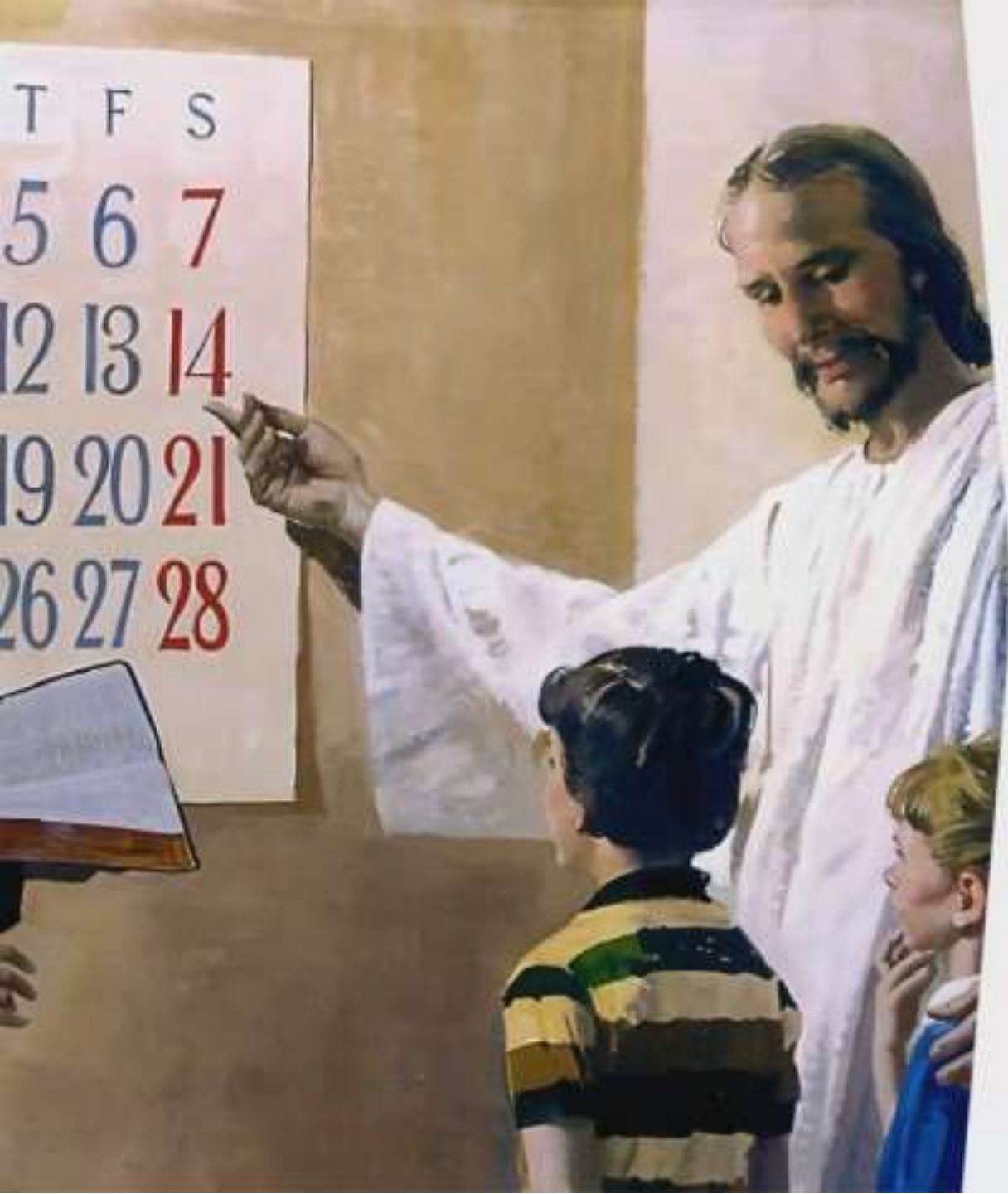
Vivir en una sociedad  
24 horas al día

«Anhela mi alma y aun ardientemente  
desea los atrios de  
Jehová: mi corazón y mi carne cantan  
al Dios vivo.»

Salmo 84:2

Nuestras vidas se rigen por las horas punta, las horas de trabajo, las citas médicas, las conversaciones virtuales, las compras y las funciones escolares. Ya sea en transporte público, en un pequeño scooter o en una minivan para llevar a nuestras familias, el ritmo del compromiso constante con el mundo que nos rodea amenaza con ahogar lo que es realmente importante.

**¿Cómo encontramos el descanso en medio de tanto ajetreo?**



DOMINGO



## DESGASTADO Y CANSADO

### Génesis 2:1-3

¿Qué enseñan los siguientes textos sobre la importancia de descansar?  
Marcos 6:31; Salmo 4:8; Éxodo 23:12;  
Deuteronomio 5:14 y Mateo 11:28

¿Y qué hay de tu propia existencia acosada?  
¿Qué puedes hacer para experimentar mejor, tanto física como espiritualmente, el descanso que Dios quiere que tengamos?

LUNES

## CORRER EN VACIO

### Lee Jeremías 45:1-5

Escribe un diagnóstico rápido de la salud emocional de Baruc.

Lee de nuevo las palabras de Dios dirigidas a Baruc. ¿Qué mensaje general podemos extraer de ellas para nosotros? Es decir, ¿qué nos dice que Dios, en última instancia, está a nuestro lado, independientemente de la situación en que nos encontremos?



MARTES


## DEFINICION DEL DESCANSO EN EL ANTIGUO TESTAMENTO

Lee: Deuteronomio 31:16 y 2 Samuel 7:12

¿De qué tipo de descanso habla aquí?

El descanso nos afecta física, social y emocionalmente y no se limita sólo al sábado.  
La muerte es ciertamente un enemigo y un día será abolida. Y  
por mucho que lloremos y echemos de menos a nuestros muertos, por qué es reconfortante  
saber que, al menos por ahora, están descansando?





MIERCOLES

## EL DESCANSO EN EL NUEVO TESTAMENTO

Lee: Marcos 6:30-32

¿Por qué dijo Jesús a sus discípulos que se apartaran y descansaran, teniendo en cuenta las muchas oportunidades de que tenían en ese momento?

Estar abrumados y demasiado ocupados en los asuntos de Dios era un verdadero desafío para los discípulos, también. Jesús nos recuerda que debemos proteger nuestra salud y bienestar emocional planificando temporadas de descanso.

JUEVES

## UN VAGABUNDO INQUIETO

Lee Génesis 4:1-12

¿Qué hizo que Caín fuera "un inquieto errante" (Gén. 4: 12, NVI) en la tierra?

Cuando tratamos de huir de la presencia de Dios, nos volvemos inquietos. Tratamos de llenar el anhelo de la gracia divina con cosas, relaciones humanas o vidas demasiado ocupadas.





## VIERNES



"En la estimación de los rabinos era la suma de la religión el estar siempre en una actividad frenética. Dependían de alguna actuación externa para mostrar su piedad superior. Así se separaban de Dios, y se constituyeron a sí mismos en autosuficientes. Todavía existen los mismos peligros. A medida que la actividad aumenta y los hombres tienen éxito en hacer cualquier obra para Dios, existe el peligro de confiar en los planes y métodos humanos. Se tiende a orar menos y a tener menos fe. Como los discípulos, corremos peligro de perder de vista nuestra dependencia de Dios, y tratar de hacer un salvador de nuestra actividad. Tenemos que mirar constantemente a Jesús, dándonos cuenta de que es Su poder el que hace la obra. Si bien debemos trabajar arduamente por la salvación de los perdidos, también debemos tomar tiempo para la meditación, para la oración y para el estudio de la palabra de Dios. Sólo el trabajo realizado con mucha oración, y santificado por el mérito de Cristo, demostrará al final que ha sido eficiente para el bien".

**Deseado de todas las gentes 362**



Próxima lección:

**L02**

## DESCANSO EN CRISTO

Inquietos y rebeldes

«Y estas cosas les acontecieron como ejemplo, y están escritas para amonestarnos a nosotros, a quienes han alcanzado los fines de los siglos»

1 Corintios 10:11

En el estudio de esta semana, veremos algunos ejemplos de extraña inquietud humana que fue provocada, no por desastres naturales inminentes, como los terremotos, sino más bien por la pecaminosidad básica de los seres humanos caídos, que no descansaban en lo que Cristo ofrece a todos los que vienen a Él en fe y obediencia.