

4 SEMANAS

DEJADE

TABLA DE

SEMANA 1

PÁGINA 4

**RENUNCIO A
COMPARARME**

SEMANA 2

PÁGINA 6

**RENUNCIO A
QUEJARME**

© Copyright 2023. A menos que se indique lo contrario, todas las citas de las escrituras tomadas de La Santa Biblia, Nueva Versión Internacional® NVI® Copyright © 1973 1978 1984 2011 por Biblica, Inc.™ Usado con permiso. Todos los derechos reservados en todo el mundo.

Citas de las escrituras marcadas (NTV) están tomadas de La Santa Biblia, Nueva Traducción Viviente, copyright ©1996, 2004, 2015 por Tyndale House Foundation. Utilizado con el permiso de Tyndale House Publishers, una división de Tyndale House Ministries, Carol Stream, Illinois 60188. Todos los derechos reservados.

Roman Amanov/Shutterstock.com

CONTENIDO

SEMANA 3

PÁGINA 9

RENUNCIO A
ESCONDERME

SEMANA 4

PÁGINA 12

RENUNCIO A
APRESURARME

Los 10 mejores consejos para liderar
un grupo pequeño 14

Acuerdo de Grupo 15

SEMANA 1

DEJADE

COMPARARTE

STUDIO PEQUEÑO

Para Comenzar:

¿Por qué crees que tenemos esa tendencia a compararnos con los demás?

Idea Principal:

La comparación mata.

Escrituras Claves:

GENESIS 4:3-8

"Al transcurrir el tiempo, Caín trajo al SEÑOR una ofrenda del fruto de la tierra. También Abel, por su parte, trajo de los primogénitos de sus ovejas y de la grasa de los mismos. El SEÑOR miró con agrado a Abel y su ofrenda, pero no miró con agrado a Caín y su ofrenda. Caín se enojó mucho y su semblante se demudó. Entonces el SEÑOR dijo a Caín: "¿Por qué estás enojado, y por qué se ha demudado tu semblante? Si haces bien, ¿no serás aceptado? Pero si no haces bien, el pecado yace a la puerta y te codicia, pero tú

debes dominarlo". Caín dijo a su hermano Abel: "Vayamos al campo". Y aconteció que cuando estaban en el campo, Caín se levantó contra su hermano Abel y lo mató."

1 SAMUEL 18:6-8

"Y aconteció que cuando regresaban, al volver David de matar al filisteo, las mujeres de todas las ciudades de Israel salían cantando y danzando al encuentro del rey Saúl, con panderos, con cánticos de júbilo y con instrumentos musicales. Las mujeres cantaban mientras tocaban, y decían: "Saúl ha matado a sus miles, Y David a sus diez miles". Entonces Saúl se enfureció, pues este dicho le desagradó, y dijo: "Han atribuido a David diez miles, pero a mí me han atribuido miles. ¿Y qué más le falta sino el reino?"

JUAN 21:20-22

"Pedro, volviéndose, vio que les seguía el discípulo a quien Jesús amaba, el que en la cena se

había recostado sobre el pecho de Jesús y le había preguntado: “Señor, ¿quién es el que te va a entregar?”. Entonces Pedro, al verlo, dijo a Jesús: “Señor, ¿y este, qué?”. Jesús le dijo: “Si Yo quiero que él se quede hasta que Yo venga, ¿a ti, qué? Tú, sígueme.”

Discusión:

1. ¿En que momento la comparación es saludable y/o útil, y en que momento no es saludable y/o hiriente?
2. Recuerda un momento en el que te comparaste con otra persona. ¿Cuál fue la comparación y cuál fue el resultado de tus pensamientos?
3. Lee Génesis 4:3-8. ¿Cuál fue el costo de la comparación entre estos dos hermanos?
4. Lee 1 Samuel 18:6-8. ¿Cuál es la comparación que se hace en este pasaje? ¿Cuál es la reacción de Saúl y por qué?
5. ¿Cuál fue el costo de la comparación para Saúl?
6. Lee Juan 21:20-22. ¿Cuál es la comparación que hace Pedro?
7. ¿Cuál es la respuesta de Jesús y qué aprendemos de ella?

8. ¿En qué áreas específicas de tu vida eres más propenso a compararte con los demás?
9. ¿Cuál ha sido el costo de la comparación para ti?

Conclusión:

Identifica a la persona con la que tiendes a compararte y ora esta semana por el éxito de esa persona.

Oración de Enfoqué:

Oremos por el Sunnybrook Summer Crew que se ofrecen como voluntarios en nuestro ministerio de niños para la programación de verano.

Versículo para Memorizar:

**“UN CORAZÓN
APACIBLE ES VIDA
PARA EL CUERPO,
PERO LAS PASIONES
SON PODREDUMBRE
DE LOS HUESOS”**

**PROVERBIOS
14:30**

SEMANA 2

DEJAJE

QUEJARTE

STUDIO PEQUEÑO

Para Comenzar:

¿Cuáles son las dos cosas de las que te quejas más a menudo y por qué?

Idea Principal:

El quejarse a menudo revela un corazón egocéntrico.

Escrituras Claves:

EXODO 2:23-25

"Pasado mucho tiempo, murió el rey de Egipto. Los israelitas gemían a causa de la servidumbre, y clamaron. Su clamor subió a Dios, a causa de su servidumbre. Dios oyó su gemido y se acordó de su pacto con Abraham, Isaac y Jacob. Dios miró a los israelitas y los tuvo en cuenta."

SALMOS 6:3-6

"Mi alma también está muy angustiada; Y Tú, oh SEÑOR, ¿hasta cuándo? Vuélvete, SEÑOR, rescata mi alma; Sálvame por Tu misericordia."

Porque no hay en la muerte memoria de Ti; En el Seol, ¿quién te da gracias? Cansado estoy de mis gemidos; Todas las noches inundo de llanto mi lecho, Con mis lágrimas riego mi cama."

EXODO 15:22-24

"Moisés hizo partir a Israel del Mar Rojo, y salieron hacia el desierto de Shur. Anduvieron tres días en el desierto y no encontraron agua. Cuando llegaron a Mara no pudieron beber las aguas de Mara porque eran amargas. Por tanto al lugar le pusieron el nombre de Mara. El pueblo murmuró contra Moisés diciendo: "¿Qué beberemos?"

DEUTERONOMIO

1:26-27

"Sin embargo, ustedes no quisieron subir, y se rebelaron contra el mandato del SEÑOR su Dios. Murmuraron en sus tiendas y dijeron: "Porque el SEÑOR nos aborrece, nos ha sacado de la tierra de Egipto

para entregarnos en manos de los amorreos y destruirnos”.

NUMEROS 11:4-15

“El pueblo extranjero que estaba entre ellos tenía un deseo insaciable; y también los israelitas volvieron a llorar, y dijeron: “¿Quién nos dará carne para comer? Nos acordamos del pescado que comíamos gratis en Egipto, de los pepinos, de los melones, los puerros, las cebollas y los ajos; pero ahora no tenemos apetito. Nada hay para nuestros ojos excepto este maná”. Y el maná era como una semilla de cilantro, y su aspecto como el del bedelio. El pueblo iba, lo recogía y lo molía entre dos piedras de molino, o lo machacaba en el mortero, y lo hervía en el caldero y hacía tortas con él; y tenía el sabor de tortas cocidas con aceite. Cuando el rocío caía en el campamento por la noche, con él caía el maná. Y Moisés oyó llorar al pueblo, por sus familias, cada uno a la puerta de su tienda; y la ira del SEÑOR se encendió en gran manera, y a Moisés no le agradó. Entonces Moisés dijo al SEÑOR: “¿Por qué has tratado tan mal a Tu siervo? ¿Y por qué no he hallado gracia ante Tus ojos para que hayas puesto

la carga de todo este pueblo sobre mí? ¿Acaso concebí yo a todo este pueblo? ¿Fui yo quien lo dio a luz para que me dijeras: “Llévalo en tu seno, como la nodriza lleva al niño de pecho, a la tierra que Yo juré a sus padres”? ¿De dónde he de conseguir carne para dar a todo este pueblo? Porque claman a mí, diciendo: “Danos carne para que comamos”. Yo solo no puedo llevar a todo este pueblo, porque es mucha carga para mí. Y si así me vas a tratar, te ruego que me mates si he hallado gracia ante Tus ojos, y no me permitas ver mi desventura”.

FILIPENSES 2:14-15

“Hagan todas las cosas sin murmuraciones ni discusiones, para que sean irreprochables y sencillos, hijos de Dios sin tacha en medio de una generación torcida y perversa.”

Discusión:

1. Lee las primeras cuatro escrituras claves anteriores. Los dos primeros pasajes describen a personas que están gimiendo; los dos segundos describen a personas que están rezongando o se quejan. Cuáles son las diferencias

entre las dos situaciones?

2. Lee Números 11:4-15. ¿Qué y quién empezó la queja?
3. ¿Cuál fue el impacto en los israelitas?
4. ¿Cuál fue la reacción de Moisés ante la situación y por qué?
5. Aunque puede ser fácil descartar a los israelitas como desagradecidos, ¿qué perspectiva podríamos tener si estuvieran aquí para evaluar las cosas de las que nos quejamos?
6. Considera qué postura tomas y en qué configuración te encuentras cuando está gimiendo, comparado a cuando te quejas o rezongas. ¿Cuál es la diferencia y por qué?
7. Lee Filipenses 2:14-15. Una diferencia crítica entre gemir y quejarse es el enfoque de atención. La primera está centrada en Dios, mientras que la segunda es egocéntrica. ¿Qué pasos puedes dar esta semana para estar más centrado/a en Dios?

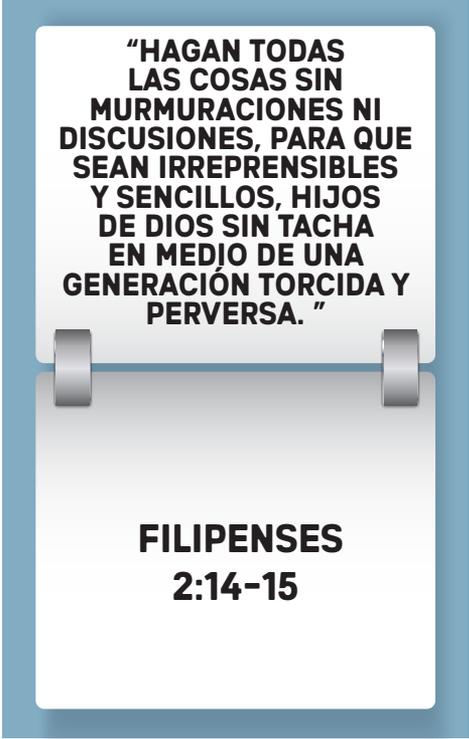
Conclusión:

Tómate un tiempo para orar con respecto a los pasos que tomarás para estar más centrado/a en Dios esta semana.

Oración de Enfoque:

Oremos por el Sunnybrook Student Ministry (Ministerio Estudiantil de Sunnybrook) y su programación de verano para estudiantes de secundaria y preparatoria.

Versículo para Memorizar:



**“HAGAN TODAS
LAS COSAS SIN
MURMURACIONES NI
DISCUSIONES, PARA QUE
SEAN IRREPENSIBLES
Y SENCILLOS, HIJOS
DE DIOS SIN TACHA
EN MEDIO DE UNA
GENERACIÓN TORCIDA Y
PERVERSA.”**

**FILIPENSES
2:14-15**

SEMANA 3

DEJAJE ESCONDERTETE

STUDIO PEQUEÑO

Para Comenzar:

Describe tu lugar favorito para jugar a las escondidas cuando eras niño/a.

Idea Principal:

Puedes confiar en Dios, no hay necesidad de esconderte de Él.

Escrituras Claves:

GENESIS 3:1-13, 21

“La serpiente era más astuta que cualquiera de los animales del campo que el SEÑOR Dios había hecho. Y dijo a la mujer: “¿Con que Dios les ha dicho: “No comerán de ningún árbol del huerto?”. La mujer respondió a la serpiente: “Del fruto de los árboles del huerto podemos comer; pero del fruto del árbol que está en medio del huerto, Dios ha dicho: “No comerán de él, ni lo tocarán, para que no mueran”. Y la serpiente dijo a la mujer: “Ciertamente no morirán. Pues Dios sabe que el día que de él

coman, se les abrirán los ojos y ustedes serán como Dios, conociendo el bien y el mal”. Cuando la mujer vio que el árbol era bueno para comer, y que era agradable a los ojos, y que el árbol era deseable para alcanzar sabiduría tomó de su fruto y comió. También dio a su marido que estaba con ella, y él comió. Entonces fueron abiertos los ojos de ambos, y conocieron que estaban desnudos; y cosieron hojas de higuera y se hicieron delantales. Sentencia por el pecado y promesa de redención Y oyeron al SEÑOR Dios que se paseaba en el huerto al fresco del día. Entonces el hombre y su mujer se escondieron de la presencia del SEÑOR Dios entre los árboles del huerto. Pero el SEÑOR Dios llamó al hombre y le dijo: “¿Dónde estás?”. Y él respondió: “Te oí en el huerto, tuve miedo porque estaba desnudo, y me escondí”. “¿Quién te ha hecho saber que estabas desnudo?”, le preguntó Dios. “¿Has comido

del árbol del cual Yo te mandé que no comieras?”. El hombre respondió: “La mujer que Tú me diste por compañera me dio del árbol, y yo comí”.... El SEÑOR Dios hizo vestiduras de piel para Adán y su mujer, y los vistió.”

SALMOS 139:7-18

“¿Adónde me iré de tu Espíritu, o adónde huiré de tu presencia? Si subo a los cielos, he aquí, allí estás tú; si en el Seol[e] preparo mi lecho, allí estás tú. Si tomo las alas del alba, y si habito en lo más remoto del mar, aun allí me guiará tu mano, y me asirá tu diestra. Si digo: Ciertamente las tinieblas me envolverán, y la luz en torno mío será noche; ni aun las tinieblas son oscuras para ti, y la noche brilla como el día. Las tinieblas y la luz son iguales para ti. Porque tú formaste mis entrañas; me hiciste en el seno de mi madre Te alabaré, porque asombrosa y maravillosamente he sido hecho; maravillosas son tus obras, y mi alma lo sabe muy bien. No estaba oculto de ti mi cuerpo, cuando en secreto fui formado, y entretejido en las profundidades de la tierra. Tus ojos vieron mi embrión, y en tu libro se escribieron todos los días que me fueron dados, cuando no existía ni uno

solo de ellos. ¡Cuán preciosos también son para mí, oh Dios, tus pensamientos! ¡Cuán inmensa es la suma de ellos! Si los contara, serían más que la arena; al despertar aún estoy contigo.”

ROMANOS 8:38-39

“Porque estoy convencido de que ni la muerte, ni la vida, ni ángeles, ni principados, ni lo presente, ni lo por venir, ni los poderes, ni lo alto, ni lo profundo, ni ninguna otra cosa creada nos podrá separar del amor de Dios que es en Cristo Jesús Señor nuestro.”

Discusión:

1. Lee Génesis 3:1-21. ¿Qué sucedió después de que Adán y Eva comieron la fruta? ¿Cómo lo respondieron?
2. ¿Cuál fue la respuesta de Dios?
3. Cuando Dios llamó a Adán y Eva en el jardín, ¿cuál fue su respuesta y su razón por ello?
4. ¿Cómo podrías comparar tu propia tendencia a esconderte con las acciones de Adán y Eva en este pasaje?
5. ¿Qué razones tienes para “esconderte” a veces?

6. ¿Cuál es tu reacción cuando quieres esconderte?
7. ¿Cual es el precio que estas pagando al esconderte?
8. Lee Salmo 139:7-18 y Romanos 8:38-39. ¿Qué aprendes de estos pasajes sobre las intenciones de Dios para ti, particularmente cuando se trata de esconderte?
9. What do you learn from these passages about God's intentions for you, particularly when it comes to hiding?

Conclusión:

Identifica un paso que puedes tomar esta semana para salir de su escondite.

Oración de Enfoqué:

Oremos por los cientos de niños y voluntarios que serán parte de Skill School (Escuelita de Abilidades) esta semana.

Versículo para Memorizar:

**"PORQUE ESTOY
CONVENCIDO DE QUE
NI LA MUERTE, NI LA
VIDA, NI ÁNGELES,
NI PRINCIPADOS, NI**

**LO PRESENTE, NI LO
POR VENIR, NI LOS
PODERES, NI LO ALTO,
NI LO PROFUNDO, NI
NINGUNA OTRA COSA**

**CREADA NOS PODRÁ
SEPARAR DEL AMOR
DE DIOS QUE ES EN
CRISTO JESÚS SEÑOR
NUESTRO."**

**ROMANS
8:38-39**

SEMANA 4

DEJADE

APRESURARTE

STUDIO PEQUEÑO

Para Comenzar:

Comparte un momento en esta semana en el que estabas apurado y pensando que no serías capaz de hacerlo todo.

Idea Principal:

La prisa por enfermedad puede robarte la alegría del día de hoy.

Escrituras Claves:

LUCAS 10:38-42

“Mientras iban ellos de camino, Jesús entró en cierta aldea; y una mujer llamada Marta lo recibió en su casa. Ella tenía una hermana que se llamaba María, que sentada a los pies del Señor, escuchaba Su palabra. Pero Marta se preocupaba con todos los preparativos. Y acercándose a Él, le dijo: “Señor, ¿no te importa que mi hermana me deje servir sola? Dile, pues, que me ayude”. El Señor le respondió: “Marta, Marta, tú estás preocupada y molesta por tantas cosas; pero

una sola cosa es necesaria, y María ha escogido la parte buena, la cual no le será quitada”.

MATEO 11:28-30

“Vengan a Mí, todos los que están cansados y cargados, y Yo los haré descansar. Tomen Mi yugo sobre ustedes y aprendan de Mí, que Yo soy manso y humilde de corazón, y HALLARÁN DESCANSO PARA SUS ALMAS. Porque Mi yugo es fácil y Mi carga ligera.”

Discusión:

1. ¿Qué papel ha jugado la prisa en tu vida?
2. Lee Lucas 10:38-42. Basado en lo que aprendiste de este pasaje, imagina los pensamientos y sentimientos que Marta y María experimentaron cuando Jesús venía a su hogar. ¿Cuál fue la preocupación que Marta le expresó a Jesús y por qué se sintió de esta forma?
3. En tus propias palabras,

¿cuál fue la respuesta de Jesús a Marta?

4. Marta estaba bastante malhumorada en medio de su prisa. Describe cómo te pones cuando tienes prisa.
5. Lee Mateo 11:28-30. ¿Qué sucede cuando se unen dos bueyes juntos?
6. ¿Qué nos enseña esta metáfora acerca de seguir a Jesús?
7. De los cuatro síntomas de la “enfermedad de las prisas” que se describieron en el mensaje de esta semana (falta de tiempo, la falta de sentido, la falta de compasión o la falta de gracia) ¿cuál experimentas tu con más frecuencia?
8. ¿Cómo sería un día sábatco para ti?
9. ¿Qué sientes que Dios te está hablando acerca de la eliminación despiadada de la prisa en tu propia vida?

Conclusión:

Considera elegir uno o más de los siguientes para eliminar las prisas en tu vida esta semana:

- Establece un tiempo cada día para practicar la desaceleración.
- Aprovecha las oportunidades para esperar.
- Aprende a decir no a las

cosas.

- Tomate un día Sábatico semanal

Oración de Enfoqué:

Oremos por nuestros voluntarios e invitados del Sunnybrook Hope Center, para que cada uno encuentre descanso para su alma mientras sirve a través de la despensa de alimentos.

Versículo para Memorizar:

“COME TO ME, ALL YOU WHO ARE WEARY AND BURDENED, AND I WILL GIVE YOU REST. TAKE MY YOKE UPON YOU AND LEARN FROM ME, FOR I AM GENTLE AND HUMBLE IN HEART, AND YOU WILL FIND REST FOR YOUR

SOULS. FOR MY YOKE IS EASY AND MY BURDEN IS LIGHT.”

**MATTHEW
11:28-30**

Los 10 Mejores Consejos Para Liderar Un Grupo Pequeño

1. Establezcan un ambiente acogedor, de aceptación, y seguro.
 - Tómense el tiempo para prepararse.
 - Asegúrense de saludar a todos con entusiasmo y con calidez a cada persona de su grupo.
 - Comuniquen verbalmente el ambiente que esperan crear en su grupo.
2. En la noche de apertura de su grupo pequeño, es necesario que habrán con discusiones intencionales en torno a estas preguntas con su grupo:
 - ¿Cuál es el propósito de su grupo?
 - ¿Cuál es la visión de su grupo?
 - ¿Cuáles son sus expectativas?
 - ¿Qué esperan obtener de esta experiencia como grupo pequeño?
 - ¿Cuáles son algunas cosas que valoran como grupo?
 - ¿Cuáles son algunos patrones saludables que pueden establecer como grupo?
 - Repasen y luego firmen el acuerdo con su grupo pequeño.
3. Sean auténticos. Dediquen tiempo compartiendo sus historias de vida o sus experiencias con el fin de llegar a conocerse más en un nivel más profundo
4. Encuentren un equilibrio entre:
 - La verdad y la gracia/ Estudiar de la Biblia o de la vida misma.
 - Fomentar desafiarse unos a otros.
 - Dar y recibir de cada punto de vista.
5. Hagan buenas preguntas para estimular una buena discusión. Utilicen preguntas abiertas y preguntas que se les pueda dar seguimiento.
6. Pasen tiempo juntos, formen parte de eventos sociales, coman juntos, y sobre todo, diviértanse juntos como grupo.
7. Desarrollen un estilo de vida misional. Encuentren un proyecto para servir juntos en la comunidad con su grupo.
8. Levanten nuevos líderes para poder establecer una rotación para dar el estudio.
9. Compartan responsabilidades con el fin de aumentar el compromiso de los integrantes de su grupo y sobre todo el crecimiento espiritual.
10. Oren por su grupo juntos y también unos por otros!

Encuentren maneras de celebrar lo que Dios esta haciendo en su grupo! A quien más puede invitar para formar parte de su grupo que pueda beneficiarse y ser afectado por lo que Dios está haciendo en y a través de su grupo?

Acuerdo de Grupo

NUESTRO OBJETIVO

Es el de transformar nuestra vida espiritual, cultivar nuestra salud espiritual, y poder tener una comunidad saludable en nuestro grupo pequeño.

NUESTROS VALORES

Asistencia del Grupo: Para dar prioridad a la reunión de nuestro grupo, por favor llamen, envíen un mensaje de texto, o envíen un correo electrónico si por alguna razón van a llegar un poco tarde o si estarán ausentes ese día.

Ambiente Seguro: Ayudemos a crear un ambiente seguro donde todos puedan ser escuchados y puedan sentirse amados. (No existen las respuestas incorrectas, no juzguen, y no hagan arreglos innecesarios.)

Respeten Sus Diferencias: Sean gentiles y amables con las personas con diferentes niveles de madurez espiritual, con sus opiniones personales, temperamentos, o imperfecciones. Todos crecemos de diferentes maneras.

Confidencialidad: Debemos mantener todo lo que compartimos en total confidencialidad y dentro del grupo para evitar que salga información inadecuada de los integrantes de nuestro grupo.

Motivar el Crecimiento: Así como nosotros recibimos vida, seamos dadores de vida. Multipliquemos espiritualmente nuestra vida sirviendo a los demás con los dones que recibimos de parte de Dios.

Demos la Bienvenida a las Personas Nuevas: Siempre manteniendo una silla vacía con el fin de encontrar un pastor para cada oveja de Jesús.

Compartir el Liderazgo: Debemos recordar siempre que cada miembro de nuestro grupo es un ministro y que todos compartiremos un papel pequeño o responsabilidad al pasar del tiempo.

Rotación de Anfitriones/ Líderes y Viviendas: Asignar diferentes personas para organizar el grupo en sus hogares y para rotar la responsabilidad de facilitar cada reunión.

NUESTRAS EXPECTATIVAS

- Refrescos / Comida _____
- Cuidado de Niños _____
- Cuando sera la reunion (día de la semana) _____
- ¿Dónde será la reunión? _____
- Horario _____
- Haremos nuestro mejor esfuerzo para poder asistir juntos a un servicio de adoración.
Nuestro tiempo de adoración será _____
- Fecha de este acuerdo _____
- Fecha que volveremos a repasar este acuerdo juntos _____
- Quien repasará este acuerdo al final de este estudio? (de preferencia que no sea el lider) _____



SUNNYBROOK
community church

5601 Sunnybrook Drive
Sioux City, Iowa 51106
www.sunnybrookchurch.org