

Recursos de los Ministerios Femeninos 2023-24



EJÉRCITO DE SALVACIÓN
RECURSOS DE LOS MINISTERIOS FEMENINOS

Con Raíces Profundas

2023-2024 PROGRAMAS NACIONALES

»Bendito el hombre que confía en el Señor y pone su confianza en él.
Será como un árbol plantado junto al agua que extiende sus raíces hacia la corriente;

Jeremías 17:7-8



Domingo de Mujeres



»Bendito el hombre que confía en el Señor y pone su confianza en él.
Será como un árbol plantado junto al agua que extiende sus raíces hacia la corriente;

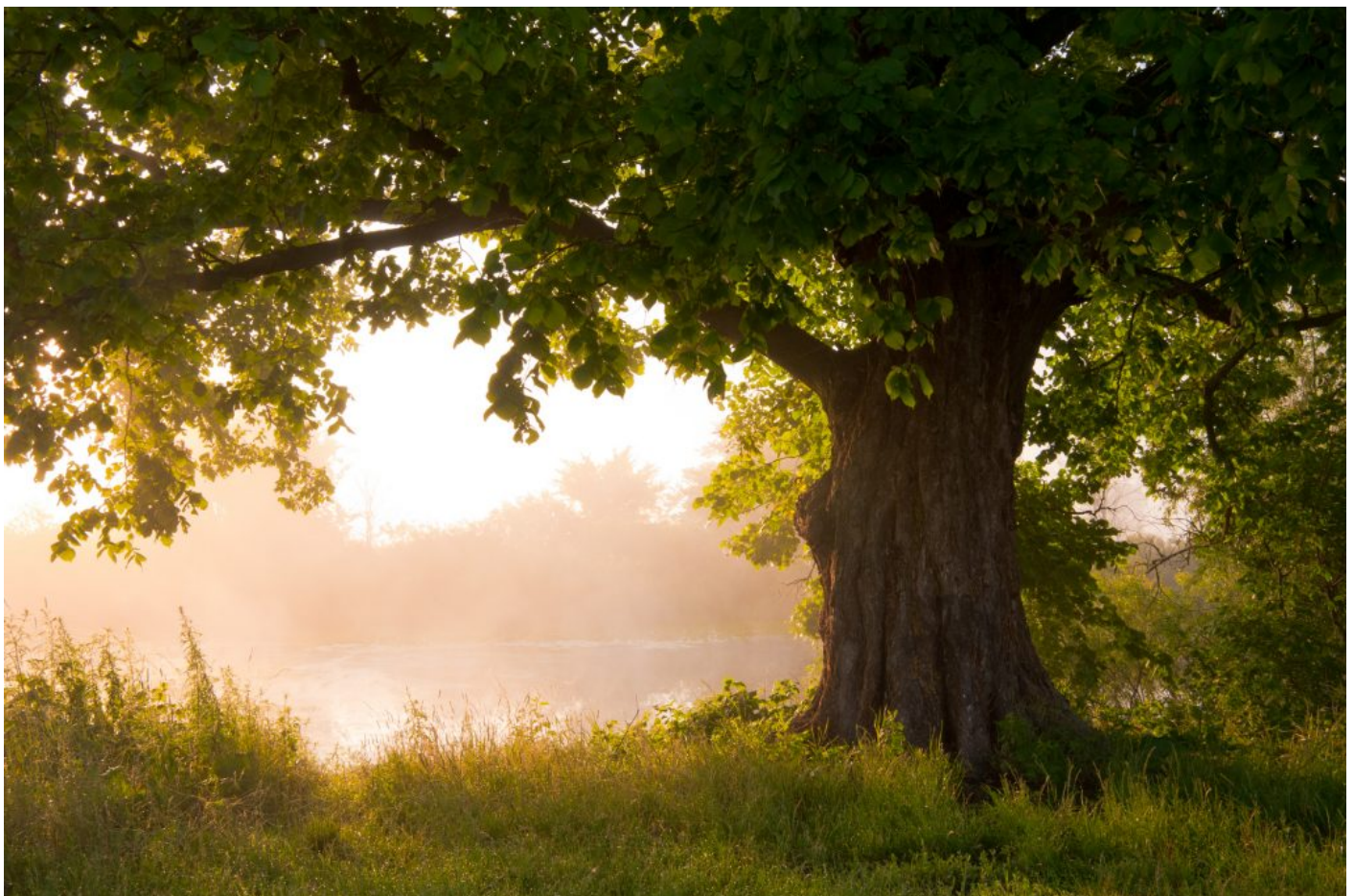
Jeremías 17:7-8





Domingo de Mujeres

octubre 1, 2023 Por Major Marion Durham



Domingo de Mujeres – Profundamente Arraigadas: [Sermón](#)

Domingo de Mujeres – Profundamente Arraigadas: [Servicio de Enrolamiento y Comida](#)

Domingo de Mujeres 2023 – Profundamente Arraigadas: [PDF](#) | [Word](#)

•

Música preliminar – Cuerpo de músicos

Bienvenida y Anuncios – CSM

Llamado a adorar – Líder del Ministerio de la Mujer

Líder: ¡Con alegría y deleite nos reunimos para alabar a nuestro Santo Dios!
Con reverencia y asombro, nos acercamos a nuestro Dios misericordioso.

Respuesta: Damos gracias porque Dios nos comprende,
¡y no quiere que seamos aquello para lo que nunca fuimos creados!

Líder: Dios Creador, Tú nos llamas a adorarte como Tus hijos, hechos a Tu imagen,
con una chispa divina dentro de cada uno de nosotros.

Respuesta: Damos gracias porque Dios nos comprende,
y nos anima a crecer en nuestro conocimiento de la asombrosa santidad de Dios.

Líder: Dios glorioso, nos invitas a hundir nuestras raíces profundamente en tu amor y
santidad,
y fortalecernos cada día en nuestra fe en Ti.

Respuesta: Damos gracias porque Dios nos comprende,
y que los frutos que damos son consistentes con lo que Dios nos creó para llegar a ser.

Líder: Nos reunimos para adorar y alabar a nuestro Dios solidario y cariñoso.

TODOS: AMEN

— escrito por Joan Stott (basado en el Salmo 1)

Canto #689/263 “*Trusting as the Moments Fly*”
Women’s Ministry Participant

Equipo de Alabanza y Adoración

Coros sugeridos: “I Raise a Hallelujah,” Bethel Music

“What A Beautiful Name,” Hillsong Music

“Good, Good Father,” Chris Tomlin

Presentación en video “Rooted”

<https://www.sermoncentral.com/church-media-preaching-sermons/sermon-video-illustrations/rooted-6546-detail>

Escritura: Jeremías 17:5-10 – Adolescente Femenina

Oración en el altar

Canto #32/663 *"How Deep the Father's Love for Us"*

Oración Pastoral – Oficial del Cuerpo o Capellán del Ministerio de la Mujer

Diezmos/ Ofrenda – Tesorero del Cuerpo

Ofertorio

Doxología #1036/31

Alabado sea Dios de quien brotan todas las bendiciones

Alabado todas las criaturas de aquí abajo

Alabadle sobre las huestes celestiales

Alabado sea el Padre, el Hijo y el Espíritu Santo. Amén

Equipo de alabanza Música especial "Tu amor, oh Señor"

(Cantado por Third Day, disponible en YouTube)

•

Mensaje:
"Profundamente arraigado"

•

Oración y Reflexión Personal

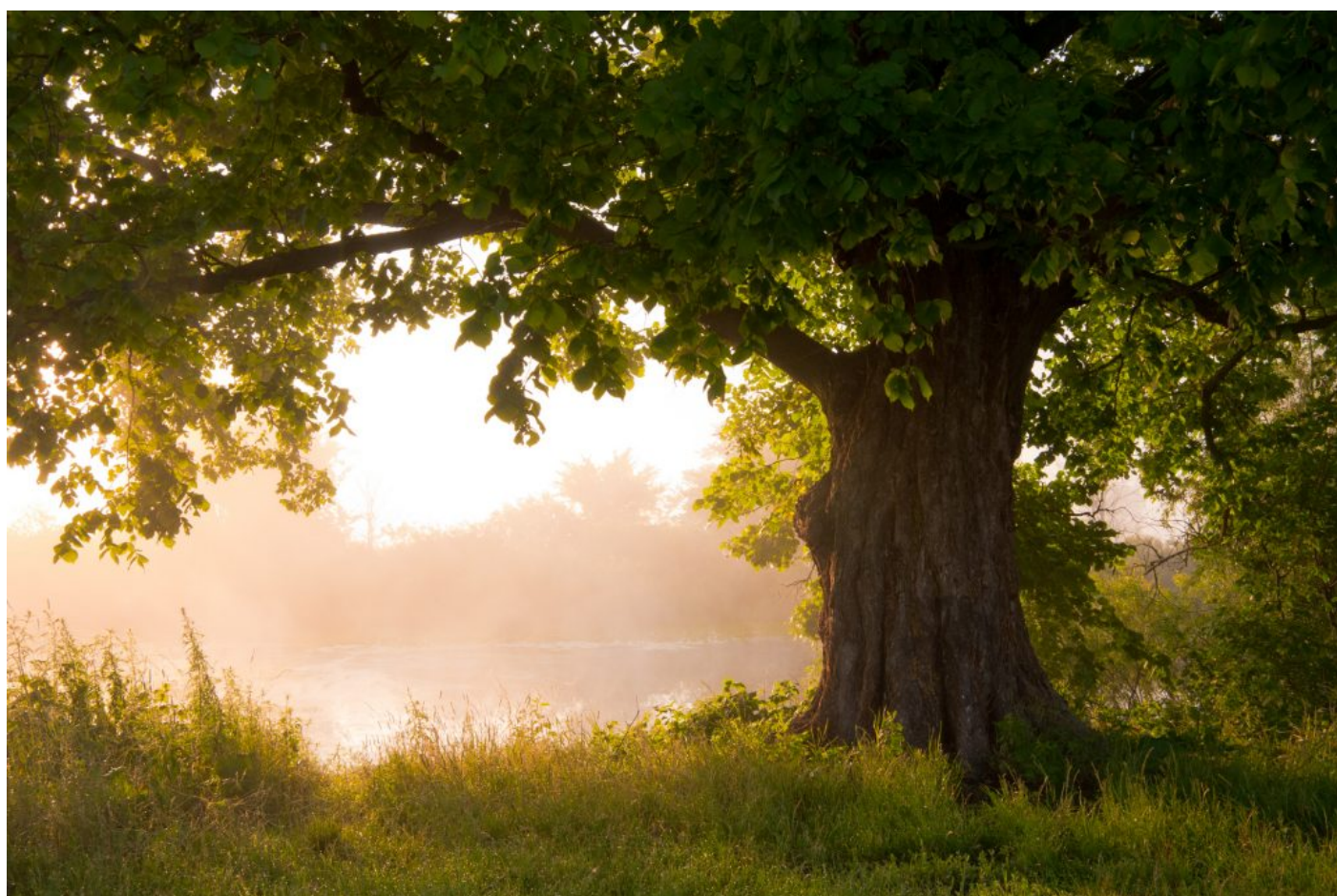
Canto #690/522 *"Trust and Obey"*

Oración de Clausura – Participante del Ministerio de la Mujer



Domingo de Mujeres

octubre 1, 2023 Por Major Marion Durham



Domingo de Mujeres – Profundamente Arraigadas: [Resumen](#)

Domingo de Mujeres – Profundamente Arraigadas: [Servicio de Enrolamiento y Comida](#)

Domingo de Mujeres 2023 – Profundamente Arraigadas: [PDF](#) | [Word](#)

Escritura: Jeremías 17:7-13.

Tengo un jardín donde cultivo tomates, pimientos verdes, pimientos rojos, berenjena blanca, calabacín, calabaza amarilla, sandía y muchas hierbas hermosas. Algunas cosechas han sido mejores que otras, pero cada año ha sido un placer ver cómo las plantas jóvenes desarrollan raíces profundas y producen frutos.

Este año a mis tomates no les fue bien. Las plantas crecieron, pero simplemente no produjeron los deliciosos tomates rojos que amo. Me tomó un tiempo, pero finalmente me di cuenta de que el sistema de irrigación no funcionaba correctamente. Cuando planté las plántulas tiernas, no recibieron suficiente agua y, por lo tanto, no estaban creciendo las raíces profundas necesarias para crear la fruta para la cosecha. El agua adecuada es esencial para el desarrollo de raíces y la producción de frutos.

Nuestra escritura de hoy es de Jeremías 17 donde vemos un pueblo como mis tomates. Fueron plantados en lugares secos sin prosperidad, sin crecimiento, sin herencia porque estaban confiando en el hombre y no en el Señor.

1. Judá pierde su confianza en Dios (Corporativo)

Jeremías 17:1-4 nos da una imagen de una nación que era la niña de los ojos de Dios, pero que se convirtió en una nación pecadora. Perdieron su herencia, tanto la tierra física real que Dios les había dado, como la herencia espiritual de ser los favorecidos de Dios debido a sus hábitos y prácticas pecaminosas como adorar ídolos paganos.

Lea Jeremías 17: 1-4.

El pueblo que había sido liberado de Egipto había vuelto a ser esclavo. Fue una desgracia nacional. Las personas a las que se les habían dado instrucciones sobre cómo vivir a la manera de Dios lo habían perdido todo al quebrantar mandamiento tras mandamiento.

El profeta Jeremías, impulsado por el Espíritu de Dios, después de dirigirse al pueblo como grupo, se enfoca y mira algo más personal que la vergüenza de la nación. Muestra que la perspectiva más amplia se crea a través de las acciones de cada persona individual en Judá. Han perdido su nación, su forma de vida y no es solo culpa de su vecino, también fue culpa de ellos.

Lea Jeremías 17:5-6

2. El hombre de raíces superficiales confía en sí mismo (personal)

La persona en esta escritura puso su confianza en el hombre, no en Dios. Su fuerza está en algo que es poco profundo, y viven en lugares secos. La gente de Judá sabía de vivir en el desierto, sabían que el agua no se podía encontrar en cualquier lugar. Había lugares secos, lugares salados donde no se podía encontrar prosperidad ni frutos que sustentaran. Sin

embargo, ahí es donde eligieron vivir espiritualmente, donde trataron de desarrollar raíces espirituales.

Si saltamos al versículo 13, leemos: “SEÑOR, tú eres la esperanza de Israel; todos los que te dejan serán avergonzados. Los que se aparten de ti quedarán escritos en el polvo porque han dejado al SEÑOR, la fuente de agua viva.

Cuando elegimos abandonar a Dios, no encontraremos sustento espiritual duradero. No tenemos una herencia santa que produzca frutos saludables, sino vidas secas y marchitas que luchan por sobrevivir. Este es el mensaje que el profeta Jeremías tenía para Judá y sus ciudadanos, y todavía nos suena cierto hoy. La autosuficiencia solo puede llevarnos hasta cierto punto. La dependencia de lo que se encuentra en uno mismo y solo en esta vida es superficial. Dios nos ha creado para mucho más.

Lea Jeremías 17: 7-8.

3. El hombre profundamente arraigado confía en Dios (Personal)

¡La persona que confía en el Señor tiene confianza en Dios! Ellos dependen de Él. Están profundamente arraigados y viven sin miedo al futuro. Llegará el calor. Vendrán temporadas secas de la vida, tiempos difíciles y problemas, pero no hay miedo porque sus raíces se hunden profundamente en la fuente de agua viva, dependiendo de Dios en todo.

Cuando el sistema de riego de mi jardín funciona correctamente, a pesar del calor del día, las plantas están verdes y dando frutos. Lo mismo es cierto cuando somos aprovechados, regados, regados por “Jehová, la fuente de agua viva”. (v. 13). Si seguimos adelante y leemos en el versículo 14: “Sáname, oh SEÑOR, y seré sano; sálvame y seré salvo, porque a ti te alabo.

El hombre profundamente arraigado tiene una gran confianza en Dios. Él enfrenta los mismos problemas de la vida que la persona de fe superficial, pero es en la respuesta a esos problemas que la fe se prueba genuina y Dios recompensa a aquellos que le dan la alabanza que Él merece.

Podemos engañar a los demás, ¿no? Podemos decir cosas, hacer cosas y jugar cosas, pero solo Dios sabe lo que realmente pensamos y lo que realmente creemos. Él conoce nuestro corazón. “El corazón es engañoso sobre todas las cosas y más allá de toda cura. ¿Quién puede entenderlo? Yo, el SEÑOR, escudriño el corazón y examino la mente, recompensando a cada persona según su conducta según lo que merecen sus obras”. (vers. 9, 10).

Entonces, profundicemos y desarrollemos esas raíces extensas. Las Escrituras apoyan las Escrituras. La Palabra de Dios interpreta la Palabra de Dios. Este concepto de desarrollar raíces profundas, nutridas por el Agua Viva, se encuentra a lo largo de la Biblia tanto en el Antiguo como en el Nuevo Testamento.

Lea Salmo 1.

No es casualidad que Dios nos compare con árboles. ¡Él nos insta a crecer! Así como los robles gigantes comenzaron con una bellota, nosotros comenzamos nuestra fe con una pequeña semilla, plantada dentro de nosotros, ¡pero luego tenemos que crecer! Dar nuestra vida a Cristo es sólo el comienzo.

Pablo oró por los creyentes que amaba en Éfeso para que también tuvieran raíces profundas.

Lea Efesios 3:14-19

“La conversión es obra de un instante; la madurez espiritual es el trabajo de toda una vida. ¿Es su fe como una plántula, un brote o un árbol maduro?”—Reverendo Billy Graham, “Paz para cada día”.

En otras palabras, ¿estás profundamente arraigado en Cristo? En Juan 4, Jesús se llamó a sí mismo “el agua viva”. Dijo que los que bebieran del agua viva, no volverían a tener sed. Así es como cultivamos esas raíces profundas y bien regadas que se encuentran en nuestro texto de Jeremías. Nos enfocamos primero en las raíces y luego seguirán los frutos. No podemos buscar frutos hasta que las raíces estén profundamente regadas en Él porque las personas arraigadas son personas obedientes que dicen sí a Dios. “Las semillas que cayeron en buena tierra representan a los que escuchan el mensaje y lo retienen en un corazón bueno y obediente, y persisten hasta que dan fruto” (Lucas 8:15). ¿Estás profundamente arraigado?

Un cristiano con raíces poco profundas suele ser impulsivo, emocional, superficial e inmaduro. “Las semillas que cayeron en terreno pedregoso son las personas que escuchan con gusto el mensaje y lo aceptan. Pero no tienen raíces profundas y creen solo por un tiempo. Tan pronto como la vida se pone difícil, se dan por vencidos” (Lucas 8:13).

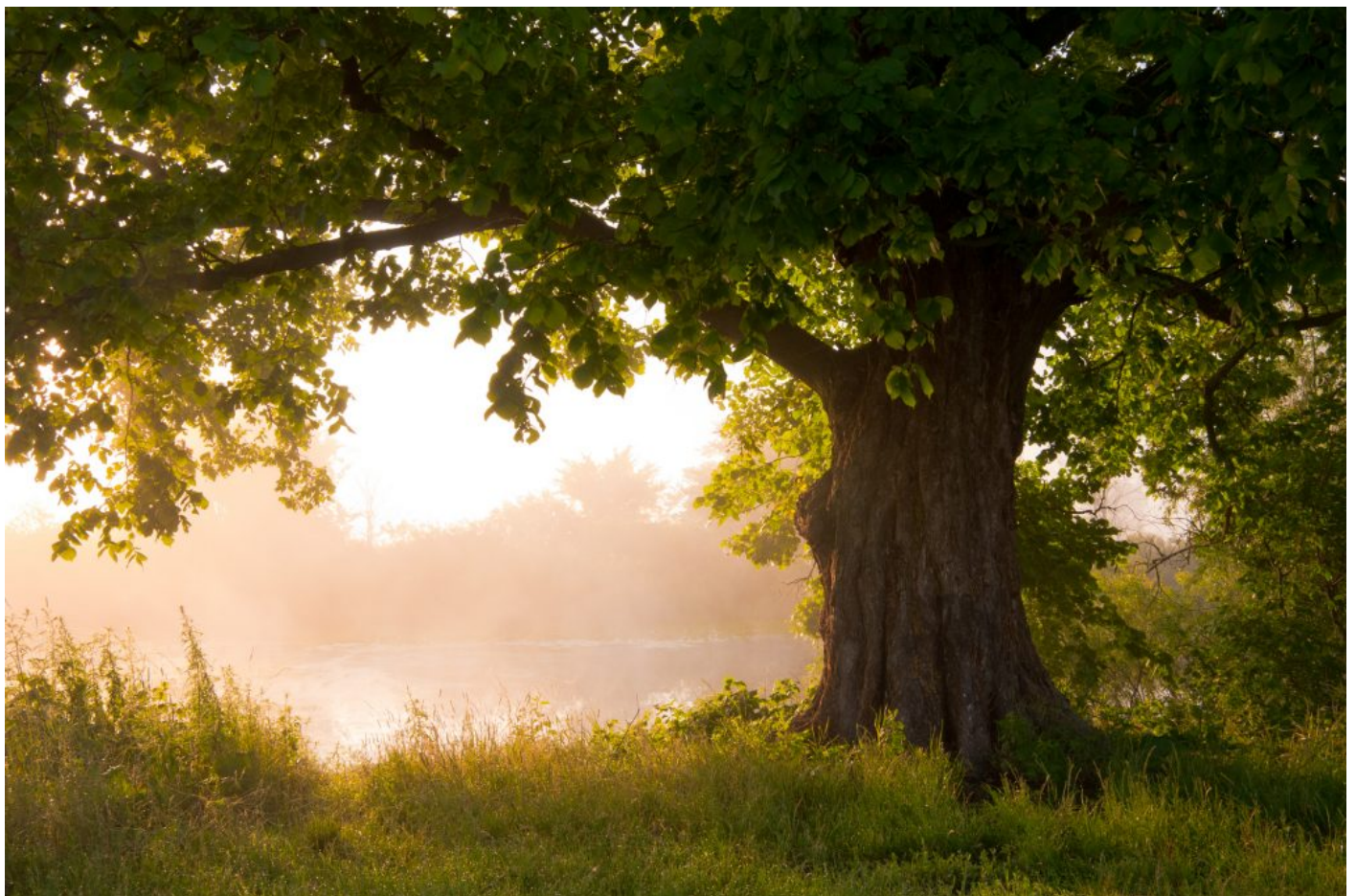
¿Qué pruebas tienes de tu propia vida? ¿Tus raíces son superficiales o profundas? El crecimiento a menudo puede ser doloroso e incluso aterrador. Podemos ser aprendices lentos y se necesita tiempo para desarrollar buenos hábitos espirituales y tanto tiempo para desaprender los malos hábitos espirituales. Judá nunca lo hizo. No abandonaron los postes de Asera, sus ídolos falsos y las prácticas de corazón quebrantado.

Para terminar, permita que el Espíritu Santo de Dios lo convenza de las cosas que necesita eliminar o agregar a su vida. Él te ayudará a desarrollar raíces profundas a medida que accedes a Jesús, el Agua Viva, pero debes obedecerle cuando Él te dirija para que esas cosas sucedan.



Domingo de Mujeres

octubre 1, 2023 Por Major Marion Durham



Domingo de Mujeres – Profundamente Arraigadas: [Resumen](#)

Domingo de Mujeres – Profundamente Arraigadas: [Sermón](#)

Domingo de Mujeres 2023 – Profundamente Arraigadas: [PDF](#) | [Word](#)

Escritura: Jeremías 17:7-13.

Menú:

Después del servicio de adoración de la mañana, pida al Club de hombres que sirva una comida especial para todas las mujeres de la congregación. Dependiendo de su presupuesto, esto podría ser una cena de bistec y papas al horno o tan simple como un brunch con productos tradicionales como huevos, tocino/salchicha, galletas y fruta. Sería divertido servir verduras de RAÍZ asadas (zanahorias, chirivías, nabos, papas y más) siguiendo el tema de las raíces profundas. Si no hay un club de hombres, compre bandejas de sándwiches en una tienda de comestibles para que las mujeres no tengan que cocinar su propia comida de inscripción/reconocimiento.

Paleta de colores/Ideas de decoración:

- Servilletas de tela escocesa de búfalo en blanco y negro
- Manteles Blancos
- Plantas en macetas verdes (del vivero o centro de jardinería)
- Manteles individuales a cuadros de búfalo en blanco y negro

Centros de Mesa y Decoraciones:

- Plantas frescas en macetas (para ser entregadas a los líderes locales en reconocimiento)
- Mantel individual de papel a cuadros de búfalo (para poner debajo de las plantas)
- Invite a un club local de bonsái a exhibir sus plantas.

Reconocimiento de líder:

Nos gustaría tomar un momento para agradecer a todos nuestros líderes de Ministerios de la Mujer. Nuestro versículo clave para hoy es “Bienaventurado el que confía en el Señor, cuya confianza está en Él. Serán como árbol plantado junto a las aguas, que junto a la corriente echa sus raíces” (Jeremías 17:7-8).

Líderes, hoy en el centro de nuestras mesas hay una hermosa planta fresca comprada en su honor. Los entregamos hoy a _____ (enumere los nombres y trabajos de los oficiales locales) en honor a su servicio a nuestro cuerpo y Ministerios de la Mujer. Agrega frescura y vida a nuestro grupo, y apreciamos todo lo que hace. Opcional: Dele una regadera (ate una cinta de cuadros de búfalo en el mango) a su líder del Ministerio de la Mujer como un regalo adicional por todos los pequeños extras que hace para llevar alimento y vida al grupo.

Tiempo Creativo

Como relleno mientras se sirven diferentes mesas de mujeres o se pasa por una línea de buffet, disfrute de un momento creativo con estas tres ideas artesanales diferentes. Esto también podría hacerse al final de la reunión.

Configuración del tiempo creativo:

- Primera estación: Corazones de hilo
- Estación Dos: Página para colorear para adultos
- Estación tres: Macetas suculentas

Corazones de hilo:

Tenga plantillas de corazón prefabricadas de 2"-3" cortadas de cartulina o cartulina. Las mujeres pueden usar la plantilla para trazar el corazón en pedazos de cartón de una caja de envío usada. Tome hilo de colores y pegue un extremo al centro del corazón. Enróllalo alrededor del corazón de cartón. Debe ser de forma libre y divertida. Una vez que el cartón esté completamente cubierto, corte el hilo con una cola de varias pulgadas y átelo al hilo que cubre el corazón. Imprima y enmarque este pasaje de las Escrituras para exhibirlo en esta estación junto a una muestra: "Yo, el Señor, escudriño el corazón y examino la mente, para recompensar a cada persona según su conducta, según lo que merecen sus obras". (Jeremías 17:10).

Suministros necesarios:

- Tijeras, hilo, cinta, lápices necesarios
- Plantillas de corazones
- Cartón

Página de Colorear para adultos:

Una búsqueda rápida en Internet revelará páginas gratuitas para colorear basadas en las Escrituras para las mujeres. Si su presupuesto lo permite, podría darles a todos su propio libro cristiano para colorear para adultos. O imprima varios gratuitos, que están disponibles en línea y pueden hacer su propio libro. Tenga lápices de colores, marcadores y crayones disponibles para que las mujeres los usen. Si es posible, encuentre un árbol con raíces para que las mujeres las colorean. Imprima y enmarque esta escritura para esta estación: "Bienaventurado el que confía en el Señor, cuya confianza está en Él. Serán como un árbol plantado junto a las aguas, que echa sus raíces junto a la corriente". (Jeremías 17:7-8).

Suministros necesarios:

- Páginas cristianas para colorear para adultos

- Libros cristianos para colorear para adultos
- Lápices de colores, marcadores

Maceta suculenta:

Pequeñas plantas suculentas que están disponibles en la mayoría de los viveros locales. En esta estación, las mujeres pueden tomar esas plantas y agrupar algunas en una maceta más grande con tierra fresca para macetas. Asegúrese de usar un mantel de plástico en esta estación. Se pueden usar cucharas de plástico en lugar de costosas herramientas de jardinería. Un toque extra sería una cinta para atar alrededor de la olla con una etiqueta. Las mujeres pueden escribir las escrituras en él o pueden imprimirlo en una etiqueta.

Imprimir y enmarcar Jer. 17:8b "No teme cuando viene el calor; sus hojas son siempre verdes." También tenga una planta de muestra.

Suministros necesarios:

- Suculentas
- Tierra para macetas
- Ollas
- Cucharas de plástico
- Mantales de plástico
- Cinta, etiquetas y pegatinas (toque extra)

Ceremonia de Enrolamiento:

Estamos muy complacidos de tener nuevos miembros como parte de nuestros grupos de Ministerios de la Mujer este año. Mientras llamo tu nombre, por favor, acércate. Hoy, como parte de nuestro reconocimiento por unirse a nuestros Ministerios de la Mujer, me gustaría presentarles a cada una de ustedes una planta Pothos.

- Las plantas Pothos son económicas y están disponibles en la mayoría de los centros de jardinería.
- Muestre un ejemplo de una planta pothos donde pueda ver el tallo echando raíces en un florero de vidrio transparente o en un frasco de vidrio.

Esta es la planta más fácil de cuidar del mundo. De hecho, si cortas un pequeño tallo de esta planta y lo pones en agua, verás que sucede algo maravilloso. Después de unos días, el corte comenzará a echar raíces. ¡No se necesita tierra ni tratamiento especial! Entonces puedes

compartir este corte con un amigo. Al igual que alguien te trajo a nuestro grupo, puedes compartir una nueva planta e invitar a alguien que conoces a unirse a nosotros.

Me gustaría tomar un momento para orar por cada uno de ustedes y agradecer a Dios por ustedes.

Devocional:

En nuestro tema de las Escrituras, Jeremías 17:7, 8, leemos cómo una persona que confía en el Señor es como un árbol, arraigado profundamente en terrenos nutritivos. Hoy encontraste como recuerdo de tu mesa, un pequeño diario o libreta. En el interior encontrará una copia impresa de esos versículos. Vamos a leerlos juntos en voz alta.

Veo las cualidades de la fe arraigada en cada uno de ustedes, y creo que pueden verla el uno en el otro. Tómese un momento en la primera página para escribir su nombre en la parte superior del diario. Vamos a tomarnos un tiempo ahora para animarnos unos a otros pasándonos nuestros diarios alrededor de su mesa (o alrededor de la habitación si es un grupo pequeño) unos a otros. En las líneas debajo del nombre de la lista, escriba una cualidad arraigada que vea en esa persona. Por ejemplo, si ves en (nombre__) la cualidad espiritual del gozo por su efervescencia y perseverancia a pesar de las circunstancias difíciles, escribe una línea o dos para animarla en la fe.

Cierra en oración.

Programas de Educación



»Bendito el hombre que confía en el Señor y pone su confianza en él.
Será como un árbol plantado junto al agua que extiende sus raíces hacia la corriente;

Jeremías 17:7-8





Programas de Educación

octubre 1, 2023 Por Major Linda-Jo Perks



Escritura: Juan 15:5 NVI.

“Yo soy la vid y ustedes son las ramas. El que permanece en mí, como yo en él, dará mucho fruto; separados de mí no pueden ustedes hacer nada”.

Preparación

Coloque estatuas de manos orando, bolígrafos, crayones, lápices de colores y papel en blanco junto con el versículo Juan 15:5 en cada mesa. Compre cucharas de “pala” y átelas con una etiqueta que diga “Cavar Más Profundo”. Estos se pueden llevar a casa como un recordatorio para pasar tiempo en la Palabra de Dios todos los días.

Rompehielos

El Juego de M&M

Entregue a cada mujer una bolsita con los siguientes colores de M&M: rojo, naranja, amarillo, verde, azul y café. Indique a las mujeres que saquen un M&M de su bolsita sin mirar. Si eligen rojo, dicen algo sobre su infancia. Si escogen naranja, dicen algo que hacen bien. Si eligen amarillo, cuentan algo que han aprendido recientemente. Si eligen verde, cuentan algo que ven/escuchan en la televisión. Si eligen el azul, comparten algo sin lo cual no pueden vivir. Si eligen café, cuentan algo interesante que hicieron ayer. Al hacer este ejercicio, las mujeres aprenden más unas de otras.

Cavar Más Profundo

Escribiendo Escrituras

Para profundizar en nuestra relación con Dios, primero debemos saturarnos de Su presencia. ¿Cómo podemos hacer eso? Podemos ir a la iglesia y disfrutar del rico compañerismo que proviene de estar con el pueblo de Dios y adorar juntos. Podemos leer nuestra Biblia y orar. Algo un poco diferente es la escritura bíblica. Esta es una práctica en la que usted toma un versículo o pasaje de las Escrituras y lo copia. Pero puede hacer que tenga sentido agregando su estilo creativo a la copia. Esto hace que nuestras mentes piensen de manera diferente cuando leemos el versículo y luego lo copiamos usando nuestros sentidos. *(Vea la página de Facebook “Scripture Writing 2022” o chequee en Pinterest.)*

Puede guardar estos versículos en un cuaderno o libro de dibujo. Dan fuego fresco a nuestro tiempo con Dios. Comience leyendo el versículo varias veces. Escriba las palabras. Luego, tome un bolígrafo, crayón o marcador y dibuje alrededor de las letras usando diferentes medios. Pregúntese, ¿qué me está diciendo este versículo? No hay mal ni bien porque al hacer esto, se profundiza en su relación con Dios. Puede parecer incómodo al principio, pero se volverá más fácil. Recuerde orar y agradecer a Dios por hacer que este versículo cobre vida para usted.

Creando más Cerca de Dios Juntas

Cuando era niña, los vecinos solían sentarse en el porche y hablar. Compartían productos horneados, historias y mucho más. Estaban disponibles para ayudarse unos a otros. Podría uno acudir a su vecino si necesitaba que lo llevaran o si se quedaba sin azúcar. Necesitamos estar haciendo esto con nuestra familia de la iglesia. Podemos ofrecer ayuda cuando las

cosas se ven mal para nuestros vecinos, o cuando nos encontramos en necesidad. Podemos comer juntos. Podemos orar juntos. Podemos adorar juntos. Podemos llorar juntos. Estábamos destinados a compartir la vida.

Cuando le preguntaron a Jesús cuál era el mayor mandamiento, respondió: “Ama al Señor tu Dios con todo tu corazón, con todo tu ser y con toda tu mente”—le respondió Jesús—. Este es el primero y el más importante de los mandamientos. El segundo se parece a este: “Ama a tu prójimo como a ti mismo”. (Matt. 22:37-39). Las relaciones auténticas comienzan con amar a Dios. Cada relación que tenemos debe tener a Dios a la cabeza.

Las relaciones auténticas nos permiten dejar que la gente ore por nosotros. Tenemos que llegar como somos. Necesitamos ser reales. Cuando compartimos nuestras luchas, encontraremos que no estamos solas y que otros luchan con problemas similares. Cuando compartimos con otros, haga las siguientes preguntas: ¿Puedo confiar en ellos? ¿Realmente les importa? ¿Pueden ayudar? Entonces necesitamos examinar nuestras respuestas a estas mismas preguntas. ¿Soy digna de confianza? ¿Realmente me importa? ¿Estamos dispuestas a ayudar?

¿Con qué frecuencia escuchamos, realmente escuchamos? En lugar de tratar de pensar en una historia única para compartir. Debemos hacer preguntas para conocer mejor a la persona. Recuerde, Dios quiere que desarrollemos una relación más profunda. Si no sabe cómo responder, pregúntele al Señor. “Si a alguno de ustedes le falta sabiduría, pídsela a Dios, y él se la dará, pues Dios da a todos generosamente sin menospreciar a nadie. Pero que pida con fe, sin dudar, porque quien duda es como las olas del mar, agitadas y llevadas de un lado a otro por el viento. Quien es así no piense que va a recibir cosa alguna del Señor”. (Santiago 1:5-7).

Los teléfonos celulares pueden ser una bendición. Su uso nos permite mantenernos en contacto con familiares y amigos sin importar dónde estemos. Sin embargo, a veces esto es solo comunicación, pero no estamos conectando. No vemos las expresiones de las personas ni la angustia que expresan cuando no escuchamos sus voces. Nos perdemos mucho si siempre estamos mirando una pantalla. Así que cuelgue el teléfono y pase tiempo cara a cara.

Entonces, si está buscando una relación más profunda, recuerde que, como las ramas de un árbol, todos estamos conectados en Cristo. ¡Tenga cuidado! ¡Sea intencional! ¡Esté disponible! ¡Sea honesta! Esto podría comenzar una hermosa relación con Dios y un amigo.

- 1 ¿Quiere experimentar relaciones auténticas con los demás? Si es así, ¿está practicando activamente los cinco conceptos relacionales que Pablo establece en Filipenses 2:1-2? Animar, consolar, participar, cariño y simpatía.
- 2 ¿Cuál de estos conceptos es su lucha más significativa?

Oración

Compartan peticiones de oración y oren por cada una.



Programas de Educación

noviembre 1, 2023 Por Captain Stacy McNeil



El New York Times publicó el artículo “Cómo desarrollar hábitos saludables” el 25 de febrero de 2020 y, bajo el título, decía: “No se trata de fuerza de voluntad. Los buenos hábitos surgen cuando nos preparamos para el éxito”. ¿Cómo nos preparamos, como mujeres, para el éxito? ¿Éxito en nuestras carreras, éxito como madres (si aplica), éxito como amigas, hermanas, hijas y como cristianas? ¿Cómo esperamos tener éxito si no permitimos nada en nuestras vidas sin siquiera sospechar que será un fracaso? Nosotras, como mujeres, debemos

desarrollar el hábito de creer que tendremos éxito en todas las cosas. La Biblia puede ayudarnos con eso.

Colosenses 2:6-7 dice, "Por eso, de la manera que recibieron a Cristo Jesús como Señor, vivan ahora en él, arraigados y edificados en él, confirmados en la fe como se les enseñó, y llenos de gratitud". Aquí Pablo nos está instruyendo en algunos hábitos saludables que debemos desarrollar.

Pablo nos da cuatro cosas en las que debemos desarrollar un hábito:

- 1 Continuar viviendo sus vidas en Él
- 2 Arraigados y sobreedificados en El
- 3 Fortalecidos en la fe, como se nos enseñó
- 4 Estar rebosantes de agradecimiento

¿Cómo hacemos esas cosas?

Necesitamos formar hábitos, para que se conviertan en rutina y parte de nuestro día típico.

- 1 Continuar viviendo sus vidas en Él.
Programe tiempo de oración. Hay muchos recursos diferentes en línea, impresos y en las redes sociales que pueden ayudarnos a ser más intencionales en nuestro tiempo de oración. Aquí hay una idea...
Etiquete tres sobres con las palabras: "por favor, lo siento, gracias".

Durante su tiempo de oración, llene hojas de papel y ore oraciones pidiéndole al Señor lo que necesita (por favor), pidiéndole perdón al Señor (lo siento) y alabando al Señor por lo que ha hecho (gracias). De vez en cuando, regrese y lea sus oraciones de "gracias", recordando todo lo que Dios ha hecho.

- 1 Arraigados y sobreedificados en Él
Leer y estudiar la Palabra de Dios es clave para establecer fuertes raíces en Cristo. A veces leer la palabra de Dios es difícil, no porque no deseemos aprender más, sino porque las Escrituras a veces son difíciles de entender. Aquí hay un par de ideas para que el estudio de las Escrituras sea divertido:

Diario bíblico: busque una biblia con márgenes, patrones e ilustraciones. Haga que la lectura de las Escrituras sea creativa, haga preguntas en los márgenes, coloréelas, subráyalas y márquelas. Haga un seguimiento trabajando en sus preguntas con alguien que pueda ayudarlo a encontrar las respuestas.

Escriba las Escrituras: Busque en google planes para las Escrituras por temas, meses o libros de la Biblia. Obtenga un diario y dedique ese diario a la escritura de las Escrituras. Cada día antes de escribir una nueva escritura, lea la escritura del día anterior. Vuelva a leer las Escrituras que ha escrito en su diario. Deja que se arraigue en tu mente y en tu corazón.

2 Fortalecerse en la fe, como se le enseñó.

Creemos en Dios y que Él camina con nosotros a diario. Creemos que Él tiene un plan para nuestras vidas. Hemos ido a la escuela dominical, aprendido las historias de las Escrituras y escuchado una y otra vez sobre el nacimiento, la muerte y la resurrección de Cristo Jesús. Se nos ha enseñado mucho de lo que necesitamos para tener éxito en una relación con Él. ¿Cómo podemos fortalecer nuestra fe y esa relación? Aquí hay una idea...

Memorizar las Escrituras: Puede escuchar una canción en la radio y saber toda la letra, ya sea una canción secular o una canción de alabanza y adoración. ¿Cómo aprendemos todas esas palabras? La escuchamos repetidamente y se nos queda grabada en el cerebro. ¿Por qué no hacemos eso con las Escrituras? Imagínese cuánto más fuerte sería nuestra fe si pudiéramos recitar las promesas de Dios cuando nuestra fe sea probada. Conocer las Escrituras nos ayuda a apreciar nuestras experiencias en la cima de la montaña y nos ayuda a perseverar a través de nuestros valles.

Aquí hay solo un par de pasajes clave de las Escrituras para aprender de memoria y ayudar a fortalecer su fe:

- Proverbios 3:5-6— Confía en el Señor de todo corazón, y no en tu propia inteligencia. Reconócelo en todos tus caminos, y él allanará tus sendas.
- 2 Corintios 5:7—Vivimos por fe, no por vista.
- Efesios 2:8— Porque por gracia ustedes han sido salvados mediante la fe; esto no procede de ustedes, sino que es el regalo de Dios,
- Lucas 1:37— Porque para Dios no hay nada imposible.

Idea de Actividad

Como grupo, usen una de las escrituras mencionadas anteriormente o una Escritura de su elección y haga una canción con ella para ayudarle a memorizar.

Estar desbordada de gratitud

A veces nos rodean todos los problemas del mundo y pasamos por alto todo lo que Dios ha hecho. Imagínese si desarrolláramos el hábito de estar agradecidos por todas las cosas. Imagínese si tuviéramos una gratitud más profunda, no solo diciendo “gracias”, sino

contemplando y enfocándonos en la gratitud en lugar de la negatividad que nos rodea. ¿Como hacemos eso? Aquí hay una idea...

Tarro de gratitud: todo lo que necesita es un tarro de albañil grande (tal vez reutilice y limpie un tarro viejo de pepinillos o un recipiente similar), palitos grandes para manualidades, suministros para manualidades que tenga para decorar el tarro y algunos marcadores de colores.

Decore su frasco, y cada día tome su palo de manualidades y un marcador y escriba lo que agradece de ese día. Al final de cada mes, tómese un tiempo y vuelve a leer todo aquello por lo que estuvo agradecida durante el mes.

Mientras establecemos hábitos saludables y nos enfocamos en una gratitud más profunda y una relación más sincera con el Señor, recordemos que cada día es nuevo. Reflexione sobre esta declaración del Dalai Lama: "Solo hay dos días en el año en los que no se puede hacer nada. Uno se llama ayer y el otro se llama mañana. Hoy es el día indicado para amar, creer, hacer y sobre todo vivir".

Hoy es el día que necesita para seguir viviendo en Cristo. Arraigada y sobreedificada en El, fortalecida en su fe, y sobreabundando en agradecimiento. Anímese a comenzar a desarrollar hábitos espirituales más saludables hoy.



Programas de Educación

diciembre 1, 2023 Por Major Karen Brunelle



Introducción

¿Cuáles son sus prioridades? ¿Qué es lo más importante para usted? Sé que las familias y los trabajos pueden estar al principio de la lista; sin embargo, como cristianos, las respuestas deben ser Jesús. A lo largo de nuestras ocupadas vidas, a menudo se le empuja al fondo. Mateo 6:33 (NVI) dice: “Más bien, busquen primeramente el reino de Dios y su justicia, y todas

estas cosas les serán añadidas. Cuando nuestras vidas están arraigadas en Jesucristo y ponemos a “Dios por encima de todo”, Él nos dará todo lo que necesitamos.

Establecer a Dios como nuestra primera prioridad

Visite el siguiente sitio web para obtener sugerencias para poner a Dios en primer lugar en su vida.

[7 maneras de poner a Dios primero en su vida \(ibelieve.com\)](https://www.ibelieve.com)

Ideas de Programa

- 1 Actividad artesanal – Hacer un plato de vela de piña
 - Suministros necesarios: un plato de té blanco viejo y limpio o un plato pequeño, pintura base para manualidades, tintes para madera envejecidos como la pintura Deco Art American Gel Stains, pincel, pegamento para manualidades, piñas pequeñas, vela verde (tamaño 3 x 3 con fragancia a pino), periódico o papel artesanal.
 - Extienda el periódico para cubrir su mesa. Tome el platillo de té y pinte con pintura de imprimación y deje secar. Asegúrese de cubrir toda la placa con la pintura base.
 - Pinte el platillo con una mancha de madera envejecida cuando el plato esté seco. Dará la apariencia de un plato de madera.
 - Cuando el plato esté seco, tome el pegamento para manualidades y pegue la vela al centro del plato. Cuando la vela esté segura, agregue piñas pequeñas alrededor de la base del plato de la vela. Use el pegamento artesanal para asegurar las piñas. Deje que las piñas se sequen en el plato.
- 1 Juegos de palabras divertidos de árboles
Comparta los siguientes juegos de palabras con árboles a lo largo del programa.
<https://www.everydayknow.com/tree-puns>
- 2 Prepare un almuerzo y un picnic en un parque local entre los pinos. Si vive cerca de un parque nacional, hay muchas opciones para caminatas y senderos para caminar.
- 3 Explore el sitio web de parques nacionales para obtener más información. Este sitio web tiene algunos videos sobre parques nacionales. Infórmese sobre los pases de entrada a su parque local: www.nps.gov.
- 4 Mire un documental sobre el pino blanco oriental. Visite www.neforests.com para obtener más información sobre este documental, “Eastern White Pine: the Tree Rooted in American History”. También hay una amplia selección de videos en youtube.com.

Raíces Profundas

Cuando viaja en climas del norte, particularmente en los estados que comprenden la mitad norte de los Estados Unidos, no puede dejar de notar la belleza natural del paisaje. Hay colinas y valles, lagos y montañas, y miles de hermosos árboles. Los más notables son los pinos. ¿Sabías que un pino tiene raíces profundas y puede crecer de 50 a 150 pies de altura?

Las raíces son importantes. Si las raíces son buenas y están firmemente establecidas, el árbol florecerá. Las raíces proporcionarán al árbol lo que necesita para crecer y mantenerse saludable. El pino es un hermoso recordatorio de fuerza y vitalidad. Se erige como un símbolo imponente y majestuoso en la tierra. Es un árbol entre los árboles. Siempre se mantiene erguido en todas las estaciones de la vida, y sus raíces están bien nutridas y conectadas.

En las Escrituras, se nos recuerda que “bienaventurado el que confía en el Señor, cuya confianza está en Él”. (Jeremías 17:7) La Nueva Traducción Viviente declara: “Pero bienaventurados los que confían en el Señor y han hecho del Señor su esperanza y confianza. Son como árboles plantados a lo largo de la orilla de un río, con raíces que penetran profundamente en el agua. A estos árboles no les molesta el calor ni los largos meses de sequía. Sus hojas se mantienen verdes y nunca dejan de producir frutos”. (Jeremías 17:7,8) ¿Ves la conexión?

Dios quiere que estemos enteramente arraigados profundamente en Él. Nuestras raíces deben profundizar en las vastas aguas de la fe y la esperanza. Raíces cimentadas en el poder salvador de Jesucristo y los principios de su reino, una fuerte vida de oración y el compañerismo de los creyentes. Si vuestra fe está profundamente arraigada, seréis sostenidos no sólo en esta vida sino también en la venidera. También experimentarás la plenitud espiritual. Su vida de fe será como el poderoso árbol de hoja perenne. Un árbol que siempre está vibrante y en crecimiento. Serás un creyente que exhibe fuerza espiritual y proporcionará un camino para que otros se acerquen a Jesús.

¿Quieres tener una vida arraigada en Jesucristo? Si ese es su deseo, puede confiar en que Él plantará la semilla de la fe y la esperanza dentro de usted. La semilla echará raíces edificadas sobre Jesús. Él puede sostenerte. Mateo 6:33 nos recuerda “buscar primero Su reino y Su justicia, y todas estas cosas también se os darán”.

Quizás ya estés confiando en la fe pero no estés recibiendo todos los nutrientes espirituales que necesitas. Tómame un momento ahora para evaluar de dónde derivan tus raíces la fuerza espiritual. Puede ser el momento de evaluar su caminar de fe si no está en la Palabra y los principios bíblicos. Pídele a Jesús que te ayude a encontrar lo que necesitas para prosperar para su gloria y propósito.

Discuta estas preguntas con su grupo.

- ¿Cómo se alinean tus metas y ambiciones personales con la prioridad de Dios para tu vida?
- ¿Está lleno de fuerza espiritual y vitalidad?

- ¿Están bien establecidas sus raíces espirituales?

Tiempo de Oración y Desafío Bíblico:

“Y ahora, así como aceptaste a Cristo Jesús como tu Señor, debes continuar siguiéndolo. Dejen que sus raíces crezcan en Él, y dejen que sus vidas sean edificadas sobre Él. Entonces tu fe se fortalecerá en la verdad que te enseñaron, y rebosarás de gratitud” (Col. 2:6-7).

PROGRAMAS DE EDUCACIÓN

ENERO 1, 2024 POR MAJOR IVONNE ORTIZ



Estaciones de Oración

Establezca tres estaciones de oración en la sala de reuniones o en la capilla. Póngalas razonablemente separados para que un grupo no moleste a otro. Cada estación debe tener una mesa pequeña y tres o cuatro sillas. El número dependerá del número de mujeres que participen en este ejercicio. Toque música suave para crear una atmósfera de oración y adoración.

Oren por Familias— coloque tarjetas en las mesas con los siguientes temas. Invite a las mujeres a elegir dos o tres como foco de oración. 1. Infertilidad: ore por alguien que conoce que desea desesperadamente un hijo pero que no ha podido concebir. Lea 1 Samuel 1:1-20 – Ana. 2. Niño descarrado – Lea Lucas 15:11-32. 3. Padres solteros: oren por alguien que está criando a un niño solo. Lea el Salmo 27:10. Tenga una canasta de corazones que las mujeres puedan llevar consigo para recordarles que deben seguir orando por las familias.

Oren por el Gobierno – Coloque fotos en la mesa del presidente, el gobernador, los congresistas de su distrito y la Corte Suprema. Oren por el presidente para que tome las decisiones correctas y que honre a Dios. Ore para que el Gobernador dirija bien el estado y tome decisiones sabias. Ore por el Congreso para que apruebe leyes sabias y siga la voluntad de los votantes. Ore por los miembros de la Corte Suprema y que Dios les dé sabiduría en todas sus decisiones.

Oren por el Cuerpo – Compre pequeños kits de manualidades con vidrieras de Oriental Trading Company o imprima imágenes de vidrieras pequeñas que las mujeres pueden colorear mientras oran. Ore por los oficiales del cuerpo y sus familias. Pídale al Señor que les dé sabiduría mientras lideran el cuerpo. Ore por los oficiales locales mientras trabajan con los soldados del cuerpo. Ore por los jóvenes para que Dios los cuide en estos días difíciles.

Juegos

En un espacio abierto, un crucigrama o una sopa de letras que las mujeres pueden hacer mientras esperan la próxima estación de oración.

Artesanía – Colgante de tela en forma de corazón

1. Tela
2. Corte dos piezas en forma de corazón
3. Pegue alrededor del borde, dejando un espacio para agregar especias
4. Rellene con las especias y el polyfill
5. Coloque una cinta enrollada para colgar y cierre con pegamento el borde abierto.

Mi Escondite

Crecí en la casa grande de madera y zinc de mis abuelos. En la cocina había un gran armario de porcelana con un espacio en la parte inferior. Cuando era niña, era pequeña y delgada y podía caber en espacios pequeños. Si algo me asustara, iría a mi lugar secreto debajo del armario de porcelana. Allí me sentí segura y protegida porque nadie podía encontrarme.

Un día mi abuela me preguntó dónde me escondía. Le dije que era un lugar donde podía hablar con Dios y saber que Él me protegería y consolaría cuando tuviera miedo. Mi abuela me dijo que no tenía que tener miedo porque Dios siempre me cuidaría sin importar dónde estuviera y que Él sería mi escondite secreto.

A medida que crecía, ya no podía esconderme debajo del gabinete de porcelana de mi abuela cuando tenía miedo. Sin embargo, el hecho de que Dios estaría conmigo no ha cambiado. Él es mi escondite. El Salmo 32:7, 8 nos dice: “Tú [Dios] eres mi escondite, me proteges de la angustia. Me rodeas con canciones de liberación. Te instruiré y te enseñaré el camino en que debes andar, te aconsejaré y cuidaré de ti”.

En nuestra fuerza, somos débiles, pero a través de Su fuerza, somos fuertes. Efesios 3:16-19 nos dice: “Ruego que de las riquezas de su gloria os fortalezca con poder por medio de su Espíritu en vuestro interior, para que habite Cristo por la fe en vuestros corazones. Y ruego que vosotros, arraigados y cimentados en el amor, podáis, junto con todo el pueblo santo del Señor, comprender cuán ancho, largo, alto y profundo es el amor de Cristo y conocer este amor que sobrepasa todo conocimiento, que seáis llenos hasta la medida de toda la plenitud de Dios”. Diariamente enfrentamos problemas y preocupaciones que no podemos manejar con nuestras propias fuerzas. Durante estos tiempos, necesitamos confiar en el amor de Dios, que es más amplio, más largo, más alto y más profundo de lo que podemos imaginar. Debemos buscar la guía y la fuerza disponibles para nosotros a través del Espíritu Santo.

En esta porción de las Escrituras, Pablo está escribiendo a los Efesios. Él les dice que es su oración que sean “... fortalecidos con poder en el ser interior por su Santo Espíritu” (versículo 16). Su oración es que sin importar lo que enfrenten, recordarán que tienen fuerza y poder a través del Espíritu Santo. Ese mensaje sigue siendo válido para nosotras hoy.

Luego les dice que ora: “Cristo habitará en nuestros corazones, por la fe”. (v.17). Cuando lo invitamos, Cristo vendrá y morará en nuestros corazones. Juan 14:23 dice: “El que me ama, mi palabra guardará, y mi Padre le amará, y vendremos a él, y habitaremos con él”. Esta es la verdadera comunión con Jesús que nos lleva a madurar y crecer.

Pablo concluye su oración recordando a los efesios que Dios puede “hacer muchísimo más de lo que pedimos o entendemos, según el poder que actúa en nosotros” (versículo 20). ¿Necesita que

le recuerden esta verdad hoy? ¿Sigue confiando en su propia fuerza para resolver sus problemas?
¿O está dependiendo del poder disponible a través del Espíritu Santo?



¿Sabía?

Que una hormona es una sustancia reguladora producida en un organismo y transportada en fluidos tisulares como la sangre o la savia para estimular la acción de células o tejidos específicos. Una hormona que es la comidilla de la ciudad para la mayoría de los estadounidenses; es insulina. La insulina ayuda a regular muchos procesos metabólicos que proporcionan niveles de energía a las células. La producción de insulina ocurre en el páncreas. Si su páncreas no funciona correctamente y su cuerpo no puede usar la insulina, sus niveles de azúcar aumentarán demasiado y desarrollará diabetes. Es fundamental saber que la forma más común de diabetes es la Tipo 2. En 2020, los CDC informaron que uno de cada diez estadounidenses es diagnosticado con diabetes Tipo 2.

¿Cómo se puede prevenir la diabetes tipo 2?

- * Comer en un horario regular. Esto le ayudará a mantener un equilibrio en sus niveles de azúcar en la sangre.
- *Coma una dieta balanceada, que incluya proteínas, carbohidratos y vegetales en cada porción.
- *Seleccione grasas saludables en su dieta como aceite de oliva extra virgen, aguacate o aceite de coco.
- *Evite bebidas azucaradas como gaseosas o bebidas energéticas.
- *Coma alimentos ricos en fibra como frijoles, bayas, cereales integrales o aguacates.

- * Mantenga su cuerpo en movimiento. Salga a caminar a paso ligero o haga algún ejercicio aeróbico.

Recursos en línea para enseñarle sobre hormonas, diabetes y opciones de salud:

<https://www.youtube.com/watch?v=-SPRPkLoKp8>

Vídeo de YouTube de ¿Cómo funcionan las hormonas?

https://www.youtube.com/watch?v=fVegFvk_DTW

¡Video de YouTube sobre la prevención de la diabetes tipo 2!

<https://www.hormone.org/your-health-and-hormones/glands-and-hormones-a-to-z/hormones/insulin>

Artículo: ¿Qué es la insulina?

<https://www.benefiber.com/fiber-in-your-life/daily-fiber-intake/top-10-high-fiber-foods>

Artículo: ¡Los 10 mejores alimentos ricos en fibra!

<https://blog.thediabetessite.greatergood.com/diabetes-games>

Cinco juegos para enseñar sobre la diabetes a niños o adultos.

Tiempo de Compañerismo

Pida que cada mujer traiga una fruta o verdura para crear una deliciosa y saludable ensalada de frutas o verduras. Disfruten de una taza de té caliente con un postre sin azúcar. Invite a las mujeres a intercambiar recetas sin azúcar como parte del programa.

¡Que la Salud sea la Meta!

Es prediabética. Esas son palabras que nunca querrá escuchar de su médico de atención primaria después de su chequeo anual de bienestar. Según la CDC, uno de cada tres adultos ahora es prediabético en Estados Unidos. Si usted, como yo, es una de esas personas, ¡no entre en pánico! La esperanza y la sanidad están disponibles si cree que Dios se preocupa por usted y está interesado en su bienestar. Dios sabe todo acerca de usted, elige amarla y provee para todas sus necesidades.

Dios verdaderamente se preocupa por todas nosotras como individuos. Las palabras del salmista nos recuerdan que fuimos hechas un poco inferiores a los ángeles, y Dios nos corona de gloria y de honra. ¡Alabado sea el Señor! Los seres humanos fueron parte del plan de creación de Dios todo el tiempo. “Cuando contemplo tus cielos, obra de tus dedos, la luna y las estrellas que tú has puesto, ¿qué es el hombre para que te acuerdes de él, el ser humano para que te preocupes por él? Los has hecho un poco inferiores a los ángeles y los has coronado de gloria y de honra” (Salmo 8:3-5). Cada cosa que Dios creó era buena. (Génesis 1:31) Dios se preocupa tanto por todo lo que creó que después de terminar toda su creación, nos puso a cargo de ella. (Génesis 1:29-30)

Dios ha provisto todo el alimento que nuestros cuerpos necesitan para nuestro bienestar desde el comienzo de la creación. (Génesis 1:12) Hay muchas dietas por ahí. De hecho, ha oído hablar de los beneficios de algunas de ellas para mantener un peso saludable. Se recomienda para diabéticos y prediabéticos para perder algunos kilos de más. No soy nutricionista, por lo que no puedo recomendar una dieta sobre otra para lograr sus objetivos de salud. Pero lo que puedo hacer es alentarla a que haga su propia investigación y vea qué funciona mejor para la salud de su cuerpo. Recuerde, este cuerpo es Su Templo Sagrado, y nosotras somos responsables de cuidarlo bien. (1 Corintios 6:19-20)

Dios conoce sus constantes batallas con el peso y los efectos yo-yo que le han dejado las dietas de moda. Dios conoce su lucha con el miedo, la vergüenza y la ansiedad que le han causado sus problemas de salud. La presión para superar nuestros malos hábitos con respecto a la comida es muy real. Así que permítanme animarlos hoy diciéndoles que la salud sea la meta. Cambie su enfoque al que promete suplir sus necesidades diarias (Filipenses 4:19). Centrarse en las cosas dignas de elogio. (Filipenses 4:8) Al formular un plan que lo ayude a lograr sus metas de salud, recuerde que Dios está con usted (Sof. 3:17). Enfóquese en la bendición que es estar viva. Piensa en la bondad de Dios y la fuerza que Él da para que pueda seguir avanzando hacia una mejor salud (Ex. 15:2). Oro en el nombre de Jesús para que gocen de buena salud y que todo les vaya bien (3 Juan 1:2).



Piensa en Tus Hábitos

Discuta las siguientes preguntas:

¿Sabes cuánto se tarda en crear un hábito?

Se necesitan 21 días para crear un hábito, pero solo un momento para romperlo. Piense en cualquier hábito que tenga—leer la Biblia, orar por los demás, comer cosas que sabe que no son buenas para su cuerpo, estar conectada a su teléfono celular (desplazarse por las redes sociales, jugar juegos).

¿Qué tipo de malos hábitos tiene?

Algunos hábitos pueden ser buenos, pero otros pueden convertirse rápidamente en adicciones perjudiciales. A menudo justificamos nuestras acciones para no sentirnos tan culpables por alimentar nuestros malos hábitos. Existe una alta probabilidad de que nuestros malos hábitos se conviertan en adicciones. Las Escrituras nos dicen en 1 Corintios 10:13 que no seremos tentados más allá de lo que podemos manejar... entonces, ¿por qué cedemos tan fácilmente? Las adicciones nos alejan de la realidad de la vida. Estamos tan absortos en cualquiera que sea nuestro hábito que descubrimos que vivimos escondidos, generalmente con la esperanza de que nadie se entere de nuestra adicción.

Desde un punto de vista médico, no importa cuál sea su adicción, hace que el cerebro libere dopamina, lo que le hace sentir bien. Es lo mismo para la comida, la cocaína, el juego o el alcohol. Su cuerpo anhela más dopamina para poder seguir

sintiéndose bien. El problema es que también le hará sentir mal en algún momento.

En lugar de ocultar nuestras adicciones, necesitamos encontrar a ese amigo del alma que pueda ayudarnos y responsabilizarnos sin juzgarnos. En lugar de buscar nuestro teléfono o comida reconfortante, debemos comunicarnos con alguien que nos ayude y nos hable sobre ese impulso adictivo.

¿Cómo podemos deshacernos de los malos hábitos o superar una adicción?

Puede sonar trillado, pero la oración siempre es el mejor lugar para comenzar cuando se trata de eliminar malos hábitos o superar una adicción. Si conoce a Dios, sabe que Él le ama donde está, no donde cree que Él quiere que esté o donde pueda estar algún día. Él le ama justo donde está en este momento exacto. ¿Él quiere algo mejor para usted? ¡Por supuesto! ¡Pero Él le ama!

La gran pregunta es: "¿Cómo supera una persona los hábitos/adicciones poco saludables?" Primero, sepa que no sucede de la noche a la mañana. Lo más probable es que vuelva a caer en la adicción antes de dejarla atrás por completo. Comience reemplazando su adicción no saludable por una saludable.

Si su adicción es la comida, no es algo de lo que pueda alejarse. No se puede ir de golpe. Debemos tener alimentos para alimentar nuestros cuerpos. Sin embargo, necesitamos el tipo correcto de combustible. Desafortunadamente, las zanahorias nunca sabrán a chocolate, pero al tomar decisiones diferentes y probar cosas nuevas, podemos tomar mejores decisiones sobre cómo alimentamos nuestros cuerpos.

Comience a eliminar de su hogar los alimentos que sabe que no son buenos para usted. Si su familia se queja, díales que ellos también deben tomar mejores decisiones. Visite Pinterest o blogs/sitios de comida para obtener ideas sobre platos más saludables. No tiene que ser una comida gourmet. Solo algo más saludable que lo que normalmente prepararía. He aprendido que puedo vivir sin puré de patatas. Eso fue un gran problema para mí, ya que fui una chica de carne y papas toda mi vida. Cambié las papas por arroz integral, ¡y todavía estoy viva! Y honestamente, me gusta el arroz integral.

Establezca metas para usted misma. No lo haga imposible, pero estírese. Establecer metas más pequeñas la mantendrá motivada. Si se trata de comida, pruebe una nueva verdura o un plato saludable cada semana y no lo pruebe solo una vez. Pruebe a prepararlo de 2 o 3 formas diferentes. ¡Puede que le sorprenda y le guste uno o todos! Intente sustituir los fideos vegetales por pasta. Hay muchas otras verduras con las que puede hacer "fideos": la calabaza espagueti, el calabacín y la calabaza son un par. Si su teléfono es su adicción, en lugar de desplazarse por

Facebook o jugar juegos, pase ese tiempo cara a cara con la familia y tenga conversaciones honestas. Tenga una noche de juegos en familia, pase tiempo en su Biblia o quédese quieta con Dios y escuche.

La conclusión es que nuestras adicciones nos alejan de nuestras vidas... nuestros hijos, cónyuge, hermanos, padres, amigos y Dios. Satanás ama tener ese tipo de control. Y seamos honestos: las adicciones no saludables son la forma en que Satanás nos mantiene alejados de Dios y de todos los demás. ¡Necesitamos echar raíces profundas en la Palabra! Estar en la Palabra es cómo luchamos y nos ponemos la armadura de Dios. El diablo no va a pelear limpio.

Aquí hay algunos recursos excelentes para ayudarle a cambiar sus hábitos alimenticios:

- The Book "Made to Crave" by Lisa TerKeurst
- [Recipes.com](https://www.recipes.com)
- [Eatingwell.com](https://www.eatingwell.com)
- [Eatthis.com/recipes](https://www.eatthis.com/recipes)
- [Fruitsandveggies.org/recipes](https://www.fruitsandveggies.org/recipes)

Devocional

***Prepare esto dos semanas antes de la reunión.**

Lo que necesita: tres macetas/tazas transparentes, tierra, semillas de flores (Petunias, Sweet Alyssum, Magic carpet seed mix), agua

- Maceta #1: plantar semillas hace un día
- Maceta #2: plantar semillas hace una semana
- Maceta #3: plantar semillas hace dos semanas

***Muestre las semillas, la maceta n.º 1, la maceta n.º 2 y la maceta n.º 3 en una mesa.**



¡Por fin es primavera! Esta temporada, es posible que vea brotes verdes, capullos de flores y pasto verde fresco. Tenemos tres macetas exhibidas aquí hoy. Las semillas se plantaron en cada maceta hace dos semanas, hace una semana y hace un día. Las semillas nos representan en Cristo. La semilla no hace nada, pero brotará si se coloca en la tierra y se riega. Sus raíces comenzarán a crecer, como puede ver. Cuanto más crecen las raíces, más fuerte se vuelve la planta. Así es como nuestra fe obra en nuestras vidas. Permanecer en la Palabra de Dios nutre nuestra alma, nos ayuda a arraigarnos y crecer en Cristo y produce flores o buenos frutos.

En Mateo 2:10, Jesús dijo: “El hacha ya está a la raíz de los árboles, y todo árbol que no da buen fruto será cortado y echado al fuego”. Cuando estamos en Cristo, y Él está en nosotros, no hay duda de que podemos producir buenos frutos. Sin embargo, debemos tener cuidado de no caer en ninguna tentación. ¿Qué tipo de viejos hábitos todavía le impiden crecer en Cristo? Primero, identifique cuáles son. Es posible que desee escribirlos en una hoja de papel. Segundo, en su oración, hable con Dios acerca de todos sus viejos hábitos y pídale que le ayude a deshacerse de ellos y que le ayude a residir en Él y crecer. Tercero, lea la Palabra de Dios. Será su alimento espiritual que nutre su alma. Cuanto más tiempo pase en la Palabra, sus raíces más profundas se van. Y por último, establezca sus metas y camine a través de ellas con sus hermanos en la fe. Es difícil lograrlo solo, pero los hermanos en la fe pueden edificarse unos a otros. 1 Corintios 10:13 dice: “No os ha sobrevenido ninguna tentación que no sea común a los hombres. Y Dios es fiel; Él no permitirá que seas tentado más allá de lo que puedas soportar. Pero cuando

seas tentado, Él también proveerá una salida para que puedas soportarlo". No permita que esas adicciones/hábitos perjudiciales echen raíces en su vida. Aférrese a Dios, que es fiel.



Programas de Educación

Abril 2024 – No Se Deje Llevar por Nada

abril 1, 2024 Por Captain Cheryl McCollum



Creo que la primera exposición a la autoestima para mí provino de esta famosa cita. “Espejo, espejo en la pared, ¿quién es la más hermosa de todas?” El cuento de hadas de los hermanos Grimm de 1812, Blancanieves y los siete enanitos, se hizo famoso en 1937 por la versión de Disney, donde la Reina Malvada está tan celosa de la belleza de su hijastra que toma medidas extremas para deshacerse de ella. En lugar de ver su belleza, la Reina se centró en lo que le decía el espejo.

Desde que tengo memoria, he luchado con mi imagen corporal. Mi cuerpo estaba mucho más desarrollado que el de la mayoría de las niñas en la escuela primaria y luchaba con el peso.

No puedo recordar cuándo no estaba probando algún nuevo tipo de dieta de moda o algún ejercicio que mi hermana mayor me obligaba a asistir. Durante años no me sentí cómoda en mi propia piel.

¿Somos a veces como la Reina Malvada influenciadas por los pensamientos y comentarios de los demás? Cuando nos enfocamos en las opiniones de los demás para construir nuestra autoestima, corremos el riesgo de hacer todo lo contrario. Cuando dependemos de los pensamientos de las personas que no se alinean con lo que sentimos acerca de nosotras mismas o que pueden señalar críticas negativas, podemos sentirnos abrumadas por la depresión y los sentimientos de insuficiencia. Esto puede llevarnos a creer que no somos amados. Olvidé que somos creados a imagen de Dios. Necesitamos hacernos las preguntas en Gálatas 1:10, "¿Estoy ahora tratando de ganar la aprobación de los seres humanos o de Dios? ¿O estoy tratando de complacer a la gente? Si todavía estuviera tratando de complacer a la gente, no sería un siervo de Cristo".

He aprendido que solo a través de comprender quién soy y cuánto me ama, he podido comprenderme y amarme a mí mismo. A lo largo de la Biblia, se nos recuerda que fuimos creados a la imagen de Dios. Si fuimos creados a la imagen de Dios, entonces debemos ser amorosos, amables, fuertes y perdonadores con los demás, pero sobre todo con nosotros mismos. Dios no tenía este molde para galletas y creó un tipo de persona. Todos fuimos creados tan maravillosamente diferentes, por eso este mundo es tan asombroso.

Efesios 4:14, 15 dice: "Entonces ya no seremos niños sacudidos por las olas, y llevados de un lado a otro por todo viento de enseñanza y por la astucia y la astucia de los hombres en sus intrigas engañosas. Al contrario, hablando la verdad en amor, creceremos hasta llegar a ser en todo el cuerpo maduro de Aquel que es la cabeza, es decir, Cristo".

¿Ha ido al océano con un niño pequeño? Aunque no sean mis hijos, me pongo nerviosa porque puede ser muy peligroso si sube una ola fuerte. Incluso como adultos, es difícil resistir la atracción de una marea fuerte. Pero a medida que envejecemos, aprendemos a mantener el equilibrio. Decidimos qué tan lejos vamos en el agua. Lo mismo puede decirse de aquellos que continúan denigrándonos o diciéndonos cosas hirientes. No solo debemos identificar a esas personas en nuestras vidas y eliminarlas. Pero debemos aprender la verdad de Dios acerca de quiénes somos y por qué fuimos creados. Él es el único que tiene esas respuestas. Debemos leer la Biblia para aprender Su verdad y desarrollar nuestra relación con Él para construir nuestra autoestima para que no busquemos a otros para que nos edifiquen. No debemos preocuparnos tanto por cómo nos perciben, sino más bien si estamos llevando y viviendo la vida que Dios nos ha dado. No debemos permitir que nadie quebrante nuestro espíritu.

Como ha creado su espejo, oro para que lo cuelgue en un lugar que le recuerde lo importante que eres para Dios. No le importa si se ven sus canas, si una ceja está más baja que la otra, si su nariz es grande o pequeña, o si tiene imperfecciones. ¡Él ya lo sabe! Y adivine qué... Él le ama tal como es. Él quiere que le traiga esas cosas que le están lastimando. Él quiere que le de los lugares en su corazón que no dejará que otros vean. Permítale que le vea. Cuando se

mire en ese espejo, permite que el reflejo que regrese sea a quien Dios ve, ya que está “hecha de una manera formidable y maravillosa” (Sal. 139:14)

Actividad – Cree un espejo colgante

Materiales necesarios:

- aros de metal o madera de 4 pulgadas
- Azulejos de espejo redondos de 4 pulgadas
- 75 piezas de hilo de 12 cm (elección de diferentes colores)
- Una pieza de hilo de 12 pulgadas (del mismo color si así lo desea)
- 2 cuentas
- Cartulina
- Sintió
- Pistola de pegamento
- Lápiz
- Peine

Instrucciones:

Tome cada trozo de hilo cortado, colóquelo debajo del anillo y luego enróllelo para atarlo al anillo. Complete este proceso hasta que el anillo esté cubierto con hilos de colores. Luego tome el peine y desenrede el hilo peinándolo. Tome unas tijeras y recorte alrededor de los bordes para que quede prolijo. Use el espejo como patrón para cortar un círculo de cartón y fieltro. Coloque pegamento alrededor del borde exterior y coloque el espejo boca abajo. Cubra el espejo con cartón. Use el hilo de 12 pulgadas y coloque una cuenta a cada lado del patio en la parte superior, dejando espacio entre las dos cuentas pero haciendo un nudo debajo de cada lado para que no se deslicen. Tome el extremo del hilo y péguelo en la parte posterior del cartón. Pega el fieltro encima del cartón. Deje secar. Consulte Pinterest para obtener otras ideas.



Programas de Educación

Mayo 2024 – Estar Arraigada en el Amor

mayo 1, 2024 Por Major Jenny Alarcón



Actividad en grupos pequeños

¡La maternidad es desafiante, pero vale la pena! Pídale a un representante del gimnasio local que venga a dirigir un entrenamiento Mami y yo. No es necesario que esto sea solo para las madres y sus hijos, sino que podría incluir a cualquier mujer que tenga una sobrina o un sobrino, un nieto o un niño a su cargo. ¡El desafío les recordará a las mujeres que podemos hacer cosas difíciles y que el trabajo vale la pena! La madre de Moisés, la elección de Jocabed, cambió su vida para siempre. Está comprobado que los niños siguen las señales de sus cuidadores principales, por lo que la elección de comenzar un régimen de ejercicios, aunque

tal vez no sea tan complicada como la elección de Jocabed, aún puede tener un impacto positivo en la vida de su hijo en los años venideros.

Gimnasio

Considere unirse a un gimnasio local juntas.

Grupo sedentario

La cestería puede ser divertida para un grupo que no es activo. Use esta actividad para recordarle al grupo que somos como canastas. Debemos entretajernos con nuestra familia, Dios y la familia del cuerpo. Tejer correctamente no es tan fácil como puede parecer; las técnicas de tejido incorrectas hacen canastas débiles. Vale la pena tomarse su tiempo y aprender a hacerlo para que la canasta pueda cumplir su propósito. Consulte Pinterest para obtener instrucciones básicas sobre cómo tejer. El siguiente es un sitio para una canasta de papel: <https://www.pinterest.com/pin/482800022559691793/>.

Actividad Bonsái

Verifique si hay un jardinero que se especialice en árboles Bonsai que estaría dispuesto a compartir con el grupo. Si esto no es posible, considere comprar un kit de árboles Bonsai para principiantes, que está disponible en Amazon. Hay muchos paralelos con la vida cristiana en el arte del bonsái. Comparta con las mujeres sus observaciones.

Idea de servicio comunitario

Hay mujeres en nuestras comunidades que, como Jocabed, luchan por cuidar de sus familias. Las madres solteras tienen que mantener un trabajo para pagar el alquiler, poner comida en la mesa y aún así pasar tiempo de calidad con sus hijos. Muy pocas de estas mujeres pueden encontrar tiempo para cuidar de sí mismas. Organice un momento para que las mujeres disfruten de una noche de fiesta mientras cuidan a sus hijos. Al final de la noche, envíelas a casa con comestibles o una tarjeta de regalo de la tienda de comestibles.

Maternidad

Si desea encontrar a la madre perfecta que ha descubierto cómo equilibrar perfectamente todos los aspectos de la vida, no busque más allá de las redes sociales hoy. Allí verá madres con salas de estar impecables, uñas perfectamente cuidadas, cenas saludables y niños con ropa planchada a juego que viven lo que ellos llaman sus "mejores vidas". Si bien puede ser bonito de ver, esta vida perfecta es un mito. No existe. Sin embargo, muchas de nosotras nos castigamos a diario porque pensamos que no hemos llegado a ser una supermujer.

La maternidad nunca es un viaje fácil. Durante la pandemia, se volvió aún más desafiante con la educación a distancia, que agravó nuestro papel ya activo como madres en uno que ha

dejado a muchas mamás llorando mientras estaban encerradas en el baño, tratando de descubrir cómo hacerlo todo. La mayoría de las mamás quieren asegurarse de proporcionar los ingredientes necesarios para que sus hijos se arraiguen en el amor. Puede tomar años darse cuenta de que Dios es el ingrediente principal para esto; sin Él, las raíces no se sostienen.

Descubrí que lo único que puedo hacer para recordarme volver a la realidad es mirar a las mujeres de la Biblia y ver que incluso ellas eran imperfectas y solo podían hacer todo lo posible para ser buenos ejemplos para sus hijos y familias. Mientras hacemos todo lo posible para ayudar a nuestros hijos a sobrevivir durante la reciente pandemia mundial, podemos mirar a las mamás que hicieron todo lo posible para ayudar a sus hijos.

Una de las primeras historias bíblicas que recuerdo haber escuchado cuando era niña fue la historia de Jocabed, la madre de Moisés (Éxodo 2:1-10). Ella entendió la presión para salvar a su hijo. No tenemos que preguntarnos cómo se sintió cuando leímos esta historia. Sabemos que estaba dispuesta a hacer todo lo posible para salvar a su hijo. Sabemos que en esa situación, nosotros haríamos lo mismo. Porque si bien la idea de que una madre sea la Mujer Maravilla es un mito, ¡una madre que sea una Mamá Oso no lo es!

En Éxodo 2:3, vemos que “cuando ya no pudo ocultarlo más, tomó una canasta hecha de cañas de papiro y la impermeabilizó con brea y brea. Puso al bebé en la canasta y lo puso entre los juncos a lo largo de la orilla del río Nilo”. Al estilo típico de “mamá”, Jocabed tomó lo que tenía disponible y lo hizo funcionar. ¿Suena familiar? Mamás, debemos recordar que lo que hizo que su misión fuera un éxito fue que estaba motivada por el amor. El mundo te dirá que un millón de cosas deben ser tu prioridad como mamá. Estoy aquí para decirte que lo más importante es que te asegures de que tus hijos estén arraigados en el amor de Dios y confiados en tu amor. De esa manera, cuando te sueltes, tal como lo hizo Jocabed cuando empujó suavemente la canasta que llevaba a su hijo al agua, tus hijos permanecerán en la mano segura de Dios.

Muchas personas no suelen reconocer que, si bien ella hizo historia con esta audaz decisión, ella y su esposo eran miembros de la tribu sacerdotal de Leví. Su influencia se extendió por generaciones, y no comenzó con esa elección que hizo. Comenzó cuando era una niña, siendo enseñada por su madre y su padre. Los levitas eran judíos que eran los únicos responsables de las tradiciones religiosas del pueblo judío. Eso significa que la vida de Jocabed estaba arraigada en el amor a través de Dios, el sacrificio y el honor.

Mientras Jocabed vivía más de mil años antes de que Pablo escribiera el libro de 1 Corintios, podemos ver cómo el amor del que leemos en esa carta fue la raíz de cómo ella vivió y dirigió a su familia. Su decisión salvadora de salvar la vida de Moisés de esta manera fue una reminiscencia de lo que aprendió cuando era niña. 1 Corintios 13:13 nos da una idea de tres aspectos de la maternidad y, sin embargo, nos recuerda “fe, esperanza y amor... el mayor de ellos es el amor”. Recuerde que nuestras historias no comienzan cuando tenemos hijos. Algunas de las mujeres más impactantes en mi vida nunca tuvieron hijos propios. Somos quienes somos porque Dios ha creado un plan para nuestras vidas, y lo reconocemos y

hacemos nuestro mejor esfuerzo para seguirlo. La acción audaz y las vidas cambiadas sucedieron debido a eso. Haga que su misión hoy sea estar arraigado en el amor y transmitirlo a los niños en sus vidas.



Programas de Educación

Junio 2024 – Raíces Saludables, Vida Saludable

junio 1, 2024 Por Major Jessie Irwin



Juegos

Enhebrarlo— elige a cuatro personas para enhebrar tantas agujas como sea posible en un minuto. Esto suena simple, pero el juego puede volverse muy frustrante y competitivo.

Amuletos de la suerte—use una caja de cereal multicolor y tazones pequeños. El objeto es separar los “encantos” en categorías individuales usando cucharas grandes para servir. El

equipo que separa la mayor cantidad de granos en un minuto gana—puntos extras por los corazones.

- Juegos de estrés desde la infancia
- Instale mesas con juegos basados en el estrés para que jueguen las mujeres
- hormigas en los pantalones
- Operación
- Toboganes y escaleras
- Dúo perfecto
- Jenga
- Damas chinas
- Perfección
- No rompas el hielo
- dentista cocodrilo
- kerplunk
- conectar cuatro

Muestre el video de YouTube sobre los juegos que causan estrés.

<https://youtu.be/h8aUZXFcXuQ>

Descanso Nutricional

Sirva yogur, nueces, té verde, chocolate oscuro, palomitas de maíz, verduras frescas en rodajas, aguacates, hummus, galletas saladas y frutas frescas en rodajas.

Estrés en nuestras vidas

Cada aspecto de nuestras vidas contiene algo de estrés. Nuestra salud física, emocional y espiritual está profundamente entrelazada, interrelacionada con cada ámbito de quiénes somos y cómo interactuamos con nuestro mundo. Cuando nuestro cuerpo reconoce un cambio en la emoción o señales de peligro del cerebro, rápidamente genera una avalancha de hormonas.

Un poco de estrés es bueno para usted. El ímpetu para ser puntual, la capacidad de memorizar una presentación, el esfuerzo de tener disponibles todos los ingredientes para el pastel de cumpleaños de mamá, tener todas las direcciones para el viaje, tener los boletos para el espectáculo, llevar el celular, tener el atuendo adecuado— todos ocurren en función

de un nivel de estrés de leve a intermedio. El estrés es parte de todo lo que enfrentamos en la vida. Nos ayuda a recordar apagar la vela en el comedor, mantener un horario, pagar nuestras cuentas, archivar el proyecto en orden alfabético para que se pueda encontrar fácilmente y colgar las llaves en su gancho asignado. Nos enfrentamos al estrés mañana, tarde y noche.

Sin embargo, un también hay estrés que es malo para usted. El diccionario de Inglés Oxford define la ansiedad como "un problema de salud mental que hace que alguien se preocupe tanto que tiene un efecto muy negativo en su vida diaria". Los síntomas físicos de estrés excesivo incluyen molestias y dolores, dolor de pecho o corazón acelerado, condiciones crónicas, agotamiento, dolores de cabeza, problemas para dormir, mareos o temblores, presión arterial alta, tensión muscular o tensión en la mandíbula, problemas estomacales o digestivos, problemas para tener relaciones sexuales, aumento y pérdida de peso, sistema inmunológico débil. El estrés excesivo puede provocar problemas emocionales y mentales como ansiedad, irritabilidad, trastornos alimentarios, depresión, disfunción sexual, ataques de pánico y tristeza. Si está abrumado o paralizado en pensamientos y acciones, usa drogas o alcohol para sobrellevar la situación, o tiene pensamientos sobre autolesionarse, debe buscar ayuda médica.

Cuando analizamos el estrés, queremos tener "la cantidad de Ricitos de Oro". Muy poco estrés hace que la existencia sea aburrida, frustrante e improductiva. Demasiado estrés puede dejarnos abrumados, irritables, agotados y, a veces, enfermos. El estrés justo nos ayuda a sentirnos felices, creativos y motivados.

Leemos en Romanos 5:2-6: "También por medio de él, y mediante la fe, tenemos acceso a esta gracia en la cual nos mantenemos firmes. Así que nos regocijamos en la esperanza de alcanzar la gloria de Dios. 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".

Podemos regocijarnos cuando enfrentamos problemas y pruebas, porque sabemos que nos ayudan a desarrollar resistencia. Y la perseverancia desarrolla fortaleza de carácter, y el carácter fortalece nuestra confiada esperanza de salvación. Y esta esperanza no conducirá a la decepción. Sabemos cuánto nos ama Dios porque nos ha dado el Espíritu Santo para llenar nuestros corazones con su amor.

En el versículo 4 está la palabra aguante o perseverancia (ὑπομονή (hypomonē – suena como hoop-om-on-ay'). Esto significa aguantar, permanecer erguido incluso después de circunstancias difíciles que no se pueden controlar. Es la presencia de Dios que permanece con y transfundiendo la disposición profunda de la espera paciente, la firmeza e incluso la alegría. La espera paciente, la firmeza y la alegría: la resistencia resuena a través de situaciones estresantes más allá de nuestro control o nuestro alcance.

Parte del estrés que enfrentamos es lo que hemos creado internamente, un nivel elevado de perfección o control que insiste en que trabajar más y esforzarse más aumentará nuestro éxito o el logro de la felicidad. Es un desafío resistirse a proyectar una personalidad de alto desempeño, impulso y reconocimiento. Fácilmente podemos forjar una fachada que muestre al mundo "Tengo mi actuación en orden". Pero forzar la totalidad de nuestra autoestima a través de una identidad falsa es vivir una mentira. Encadenar nuestra autoestima a esa falsa identidad es esclavitud espiritual.

Necesitamos que Jesús hable claramente a nuestros corazones para liberarnos del cautiverio que hemos creado. Necesitamos resistencia y perseverancia del Espíritu Santo para enfrentar la vida con todo su desorden potencial. No podemos esperar a que "las cosas mejoren" antes de comenzar a regocijarnos en el nombre de Jesús porque ese día quizás nunca llegue. Esperar a que la soledad disminuya, por un mejor trabajo, por una relación romántica y por un día libre de estrés no deja espacio para que el Espíritu Santo trabaje a través de nosotros como un vehículo de resistencia y perseverancia.

Jesús nos llama a través de Romanos 5:4 a reconocer que este momento en esta realidad desordenada puede ser el momento para regocijarnos en Él. Hoop-om-on-ay' – Resistencia – Perseverancia. No evites la presencia de este momento sagrado con su oportunidad de alegría. Acude a Jesús y siente el abrazo divino de la alegría que pone orden en tu estrés y ansiedad.

Para finalizar, cante el Himno "Toda su Ansiedad" (SASB 427)



Programas de Educación

Julio 2024 – Profundamente arraigado a través de las tormentas

julio 1, 2024 Por Major Cat Lyle



Escritura: “Porque siete veces podrá caer el justo, pero otras tantas se levantará; los malvados, en cambio, se hundirán en la desgracia.” (Prov. 24:16).

Tormentas Electricas

No hay nada como ver una tormenta eléctrica llegar a su puerta. Su majestuosa belleza y poder son cautivadores. Todas las tormentas requieren tres cosas: 1. Humedad,

generalmente del océano; 2. Aire inestable: se crea cuando el aire cálido y húmedo está cerca del suelo y el aire frío y seco está arriba. 3. Elevación: la diferencia causada por la densidad del aire que empuja el aire inestable hacia arriba. Esta corriente ascendente alimenta la tormenta y hace que crezca. La corriente descendente desaparecerá gradualmente sin la corriente ascendente, lo que hará que la tormenta disminuya.

Los cazadores de tormentas están hipnotizados por la belleza de las tormentas. Su objetivo es captar el centro de la tormenta en movimiento. Ejercen una tremenda cantidad de energía persiguiendo tormenta tras tormenta. La adrenalina de los cazadores de tormentas es bastante adictiva y puede ponerlos en peligro, haciéndolos vulnerables a los elementos y peligros de la tormenta. El enfoque impredecible de una tormenta puede tomarlo desprevenido e infligir miedo. Un minuto está cautivado por la belleza de la tormenta, y al siguiente, está paralizado por el miedo a la realidad del peligro que enfrenta. Mientras exploramos los cuatro tipos de tormentas eléctricas, también exploraremos nuestra respuesta al miedo que pueden infligir.

Cuatro Tipos de Tormentas Eléctricas

Las tormentas eléctricas de una sola celda a menudo se denominan “palomitas de maíz” o “tormentas emergentes”. Estas tormentas traen breves períodos de lluvia, relámpagos y, a veces, granizo y ofrecen alivio del calor del verano. Estas tormentas son débiles y suelen durar alrededor de una hora.

Las tormentas eléctricas multicelulares son múltiples tormentas unicelulares que se han unido. Son esporádicas y desorganizadas. El granizo y las ráfagas de viento son habituales en este tipo de tormentas. Dan vueltas sobre la misma área continuamente, lo que resulta en lluvias masivas y la amenaza de inundaciones. Las inundaciones ocurren cuando la capacidad del suelo para absorber fuertes lluvias ha alcanzado su capacidad. Cuando el suelo se inunda, puede crear una inundación repentina. Pueden ser extremadamente peligrosas, ya que son impredecibles y pueden arrasarse rápidamente con personas y hogares. NOAA (Laboratorio Nacional de Tormentas Severas) informa más muertes por inundaciones repentinas que por huracanes, tornados o rayos.

Las tormentas eléctricas Squall Line pueden extenderse a lo largo de cientos de millas. Son comunes en el Medio Oeste de los Estados Unidos. Las tormentas de línea de turbonada son una línea base de tormentas eléctricas que producen fuertes lluvias, granizo, rayos y tornados. La mayor amenaza en este tipo de tormenta es el viento en línea recta de más de 70 MPH, que causa tremendos daños. El daño causado por la tormenta puede confundirse con un tornado y, a menudo, requiere que un inspector de tormentas evalúe el daño al día siguiente y determine si fue una tormenta eléctrica de línea de turbonada o un tornado.

Tormentas Eléctricas Supercelula son llamados “El Rey de las Tormentas Eléctricas” y tienen una presencia majestuosa. A menudo se las denomina tormentas eléctricas rotativas debido a la corriente ascendente giratoria (mesociclón) que las diferencia. Aunque son pequeñas,

estas tormentas de supercélulas son feroces. La corriente ascendente giratoria prolonga la tormenta y hace que se organice. La cizalladura del viento de una tormenta supercélula hace que la tormenta gire como un trompo, cambiando la dirección y la velocidad del viento. Genera clima extremo, a menudo con granizo del tamaño de una pelota de béisbol e inundaciones repentinas. Pueden ser débiles y, sin embargo, producir tornados violentos y, a menudo, resultan en múltiples tornados en una tormenta. Producen más tornados que cualquier otra tormenta.

Vídeo sobre las tormentas eléctricas de Supercelula

<https://www.youtube.com/watch?v=yvIKIgelY6g>

Este Preparada

Tan hermosas como pueden ser las tormentas, pueden infligir miedo, haciendo que las personas no reaccionen y poniéndolas en un gran peligro. Se está preparando la mejor línea de defensa contra los peligros de las tormentas. Un plan de acción lo mantendrá en movimiento contra el miedo, lo mantendrá a salvo y minimizará el impacto.

En los Estados Unidos, la Oficina Nacional de Pronósticos del Servicio Meteorológico de la NOAA creó un sistema de alerta para alertar a las comunidades sobre condiciones meteorológicas adversas. Visite su sitio web a continuación para conocer la diferencia entre alertas de advertencia y vigilancia. Busque alertas que puedan haber en su zona y cree un plan de acción para su situación y ubicación actual, tanto en casa como en el cuerpo. Estar preparada y saber cómo responderá la mantendrá a salvo.

<https://www.weather.gov/lwx/WarningsDefined>

Las Tormentas de la Vida

Las tormentas meteorológicas surgen de la nada. A veces, las tormentas de la vida también nos toman por sorpresa, provocando un gran temor. Si no estamos profundamente arraigadas en tierra firme, pueden causar un daño tremendo y alterar la trayectoria de nuestras vidas. Aunque las tormentas que enfrentamos varían, podemos estar seguras de que todas enfrentaremos tormentas.

Proverbios 24:16 nos dice: "El justo cae siete veces". Incluso con las mejores intenciones, todos estamos destinados a caer varias veces. Muchos amigos mostrarán bondad y misericordia a un amigo que se cae una vez, solo para volverse impacientes y críticos cuando ese amigo se cae por segunda o tercera vez. Lo mismo se puede decir acerca de cómo nos tratamos a nosotros mismos durante las tormentas de la vida. Podemos ser nuestro peor enemigo, reteniendo la misericordia como castigo por haber caído una vez más. Tenemos que ser pacientes con nosotros mismos y con los demás. Sea rápido para ofrecer misericordia, compasión y amabilidad.

La segunda parte de Proverbios 14:16 nos recuerda: “Se levantarán de nuevo”. Un justo se levantará. La caída o el fracaso no es la historia final. “Resucitar” es la historia redentora. Las tormentas pueden cambiar, pero el levantamiento de una mujer justa sigue siendo el mismo mientras ella confía en Cristo. Es una relación personal con Cristo que una mujer justa permanece profundamente arraigada y puede levantarse una y otra y otra vez. La tormenta vendrá y pondrá a prueba nuestras raíces y nuestra relación con Cristo. Te mantendrá conectado a tierra cuando todo lo que te rodea esté desarraigado.

Las tormentas físicas infligen miedo sin tener en cuenta tus circunstancias. Las tormentas de la vida pueden hacer lo mismo, infligiendo miedo a la pérdida, al fracaso, al rechazo y al arrepentimiento. Pero como hija de Dios, podemos aferrarnos a la verdad 2 Timoteo 1:7, “Dios nos dio su espíritu. Y el Espíritu no nos hace débiles y temerosos. En cambio, el Espíritu nos da poder y amor. Él nos ayuda a controlarnos a nosotros mismos”. Las tormentas que enfrentamos serán desafiantes y cambiarán nuestras vidas, pero el Espíritu nos ha dado el poder y el amor para enfrentar cada tormenta. Estar profundamente arraigado en Cristo antes de la tormenta es la clave para capear la tormenta.

Cierre

Discutan

- 1 ¿Qué puede hacer diariamente para ayudar a profundizar su relación con Cristo? Sea creativa y específica. No hay manera correcta o incorrecta.
- 2 ¿Cómo se conecta mejor con Dios? Puede verse diferente a otra persona.

Invite a las mujeres a orar para pedirle a Dios Su dirección mientras consideran su relación con Él.

Otros Recursos

- Sci Jinks – ¿Que Causa Una Tormenta? <https://scijinks.gov/thunderstorms-video/>
- Preparación
 - <https://www.ready.gov/plan>
 - <https://www.weather.gov/>
- “Anchored: Finding Peace in the Storms of Life,” (A 28-Day Devotional) Joseph Prince
- “When You Don’t Know What to Pray” Charles F. Stanley
- “Ultimate Reliance: Breakthrough Prayer Practices for Leaders,” Sue Nilson Kibbey



Programas de Educación

Agosto 2024 – Crecer más Alta, Crecer más Profunda

agosto 1, 2024 Por Major Kimberly Belanger



Introducción

La oración es nuestra conexión principal y más satisfactoria con Dios. Es reconocer a Dios por quién es Él en nuestra relación con Él. Buscar a Dios en la oración es tener la confianza de que Él puede intervenir en nuestra vida. Dios ama y se preocupa por nuestras preocupaciones y nuestra alabanza de acción de gracias a Él. Es hermoso venir a Dios en nuestra adoración por Él. Le oramos y le decimos cuán maravilloso es. También podemos acudir a Él para confesar nuestros pecados. Dios escucha y contesta nuestras oraciones. Dios perdona nuestras transgresiones y enjuga toda lágrima de nuestros ojos. La acción de gracias

debe ser nuestra oración más sencilla. Todas tenemos mucho por lo que estar agradecidos; debería fluir fuera de nosotros como un río. La oración es tan importante que incluso Jesús se escondió para estar con Su Padre. Que Jesús sea nuestro ejemplo de vida.

Actividad

Explique que la actividad de hoy será reflexiva. Tómese de treinta a cuarenta minutos para completar esta actividad. Reúnase en una habitación donde las mujeres puedan tener espacio para un tiempo privado, preferiblemente donde haya sillas cómodas. Compre un diario de escritura para cada persona. Walmart o las tiendas de dólar a menudo los tienen. Las guiará a través del método SOAP de oración/diario. Este método le permitirá profundizar en las Escrituras y hacer que las Escrituras cobren vida. A continuación se explica lo que representa SOAP y que las respuestas son reflexivas y meditativas. Anime a todas a escribir en un diario algunas oraciones SOAP.

S: Escritura- Invite a las mujeres a elegir un pasaje que se destaque para ellas o sea memorable. (A continuación se enumeran algunos ejemplos). Escriba el pasaje de las Escrituras en el diario debajo de la letra "S".

O: Observación- ¿Qué observó el lector en este pasaje? ¿Qué está diciendo Dios hoy? ¿Necesito cambiar mi vida para responder a este pasaje de las Escrituras?

A: Aplicación – ¿Cómo puedo aplicar el versículo y la observación en mi vida?

P: Plan/Oración – Escriba una oración y luego un plan para seguir adelante con lo que se reveló en este pasaje de las Escrituras.

Ejemplo de diario SOAP

Tenga estos versículos de las Escrituras sobre la mesa para que las mujeres puedan elegir si tienen problemas para elegir un pasaje de las Escrituras.

S: Efesios 6: 10-12 "Por último, fortalézcanse con el gran poder del Señor. Pónganse toda la armadura de Dios para que puedan hacer frente a las artimañas del diablo. Porque nuestra lucha no es contra seres humanos, sino contra poderes, contra autoridades, contra potestades que dominan este mundo de tinieblas, contra fuerzas espirituales malignas en las regiones celestiales."

O: Necesitamos ponernos nuestra armadura de Dios para tomar nuestra posición contra el mal. Debo reconocer que las malas influencias me rodean, pero la armadura de Dios me protege. El pecado está a nuestro alrededor, pero Dios es más importante en su gran poder. Él es el vencedor. (Efesios 6:11).

A: No pretendáis que el mal no existe o que el diablo no existe. Estar al tanto de los esquemas. Diariamente, pónganse esa armadura y levántense contra el maligno. (Efesios

6:12)

P: Plan-Diariamente póngase la armadura de Dios. (Efesios 6:10)

Oración- Señor, Tú eres el Santo; eres Tú quien protege, y Tú quien da fuerza. Dame fuerza mientras me opongo a los planes del diablo. Por favor, abre mis ojos para ver cosas que no son tuyas.

Refrescos / Montaje de la habitación

Tenga té y café calientes disponibles mientras las mujeres escriben en su diario. Toque música instrumental cristiana suave. Esto establecerá el tono de un ambiente relajado.

Crecimiento

Escritura: "Por eso les digo: Crean que ya han recibido todo lo que estén pidiendo en oración, y lo obtendrán." (Marcos 11:24).

Crecer más alta – Pida en oración

Debemos orar a Dios y pedir lo que necesitemos. Dios nos dice que pidamos en oración sin importar la circunstancia, ya sea que la oración sea demasiado pequeña o demasiado grande. Mateo 6:9 nos dice cómo orar: "Padre nuestro que estás en el cielo santificado por tu nombre, venga tu reino, hágase tu voluntad, así en la tierra como en el cielo. El pan nuestro de cada día dánoslo hoy, y perdona nuestras deudas, como también nosotros hemos perdonado a nuestros deudores. Y no nos dejes caer en la tentación, mas líbranos del maligno." Nuestras oraciones no deben ser egoístas sino dentro de la voluntad de Dios. Debemos pedir de acuerdo a Su voluntad y Su plan. No se desanime si Dios no contesta sus oraciones de la manera que cree que debería hacerlo. Él está escuchando y respondiendo de acuerdo a Su voluntad.

Crecer mas profunda – en la fe

La fe es una confianza activa en Dios. Creemos que los resultados en acción. La fe se instituye cuando confiamos en Jesús por primera vez en la salvación. Es la fe la que nos ayuda a superar situaciones difíciles. Hebreos 11:1 dice: "Ahora bien, la fe es confianza en lo que esperamos y seguridad en lo que no vemos". Debemos orar y luego creer que hemos recibido aquello por lo que estamos orando. La fe le permitirá crecer más profundamente en su vida espiritual. Se volverá más dependiente de Él. Cante de alegría a medida que crece más en la fe.

Oración

Padre, te vemos como nuestro propósito en la vida y nuestro Padre eterno. Eres bueno. Oramos para que en nuestra vida de oración, sigamos buscándote todos los días. La oración es una acción deliberada de buscar Tu rostro. Queremos Tus bendiciones, Padre, pero también queremos darte gloria. Que seamos más altas en oración, llegando a Ti, Señor. Que podamos crecer en formas que no podemos entender. Danos hambre de Ti, Señor, para buscarte y orarte. Por nuestra fe, ayúdanos a continuar confiando en Ti en todo lo que hacemos. Que podamos crecer más profundamente en nuestra fe. La verdadera fe en Ti es confianza. La confianza que nos darás grandes sueños solo Tú la puedes llenar. Confiamos en Ti con todo nuestro corazón, mente y alma hoy. Para Ti, oh Señor, todo el honor, la gloria, la alabanza y el poder. Amén.



Programas de Educación

Septiembre 2024 – Engrandece Mi Territorio

septiembre 1, 2024 Por Major Carmen Campbell



Estaciones de la Vida

La belleza se encuentra en cada estación de la vida de un árbol. Los árboles y los humanos están hechos para sobrevivir a las estaciones, pero no solo sobreviven sino que florecen. Una vez plantados, los árboles buscarán la fuente de vida: aguas vivas para nutrirse y crecer continuamente. En Jeremías 17:7, 8, leemos: “Pero bienaventurado el que confía en el Señor, cuya confianza está en Él. Serán como el árbol plantado junto a las aguas, que echa sus raíces junto a la corriente. No teme cuando llega el calor; sus hojas son siempre verdes. No tiene

preocupaciones en el año de sequía y nunca deja de dar fruto." Debemos ser como un árbol, plantado firmemente en Dios.

El sistema de raíces de un árbol realiza muchas funciones vitales. En invierno, es un almacén de las reservas de alimentos esenciales que necesita el árbol para producir el follaje de primavera. Las raíces transportan agua y minerales del suelo al resto del árbol. También anclan la parte del árbol sobre el suelo. Mantenerlo saludable asegura un suministro adecuado de alimentos para que las raíces continúen con sus funciones vitales. Uno de esos actos de una función raíz es unirse a la tierra. Las raíces de los árboles hacen esto a través de su denso sistema de raíces. Puede que no lo veamos, pero a medida que las raíces crecen más profundamente en el suelo, sostienen al árbol. De esta forma, es menos probable que se desprenda del suelo y se caiga. Las raíces anclan el árbol, como una vida pasada plantada en Jesús, anclan nuestra alma.

Los sistemas de raíces a menudo se ensanchan cuando no pueden crecer hacia abajo, como cuando el lecho rocoso está a poca profundidad o hay un nivel freático alto. Las raíces tienden a ser más largas cuando las condiciones son favorables. Los suelos secos y compactados producen menos raíces pero más gruesas, algunas de las cuales pueden crecer hasta longitudes extremas.

Antes de que el clima se vuelva demasiado frío y húmedo, siga los consejos sobre el cuidado adecuado de sus árboles. Hacer esto en otoño asegurará que sus árboles se mantengan fuertes y saludables. Estos ayudarán a los árboles viejos y recién plantados durante el invierno. Cuidar tus árboles durante los meses fríos los ayudará a estar lo mejor posible en la primavera.

Consejos para el cuidado

#1: Poda y rastrille las hojas.

A los hongos, que causan enfermedades en su árbol, les encanta esconderse en las hojas caídas. A medida que el clima se calienta en la primavera, las gotas de lluvia permitirán que las esporas vuelvan a infectar los sistemas de raíces de los árboles. Por lo tanto, la eliminación de ramas, ramas y hojas muertas es esencial. El otoño es un buen momento para podar los árboles. Los árboles inactivos dejarán caer sus hojas, lo que facilitará ver la estructura del árbol. La cantidad correcta de poda puede eliminar las lesiones del árbol y ayuda a reducir el estrés del árbol. Tenga cuidado de no estresar su árbol al podarlo en exceso. Sobre-estresar su árbol podría afectar su salud y hacer que el árbol se caiga.

#2: Agregue mantillo.

El mantillo ayuda a proteger el árbol y el sistema de raíces de las molestias provocadas por las estaciones de invierno y verano. Agregue una capa de mantillo alrededor del árbol varias veces al año. La cantidad no debe ser más de 3 a 6 pulgadas.

#3: Riego.

Se recomienda regar los árboles dos o tres veces al mes en la temporada de otoño para que no se sequen demasiado.

1 Abonar

La aplicación de fertilizantes en el otoño ayuda a proteger el árbol del daño del invierno y lo mantiene saludable. Es uno de los mejores esfuerzos de mantenimiento de árboles que puede hacer para ayudar a que su árbol se mantenga saludable.

1 Plantar arboles

El otoño es el mejor momento para plantar nuevos árboles. Las temperaturas más frías significan menos posibilidades de que el nuevo árbol muera por el sol o la sequía. Puede que no tenga sentido ya que los árboles dejan caer hojas durante el otoño, pero las condiciones son perfectas para estimular el crecimiento de nuevas raíces durante el clima más fresco. Las raíces se establecen durante el otoño y el invierno. La primavera trae lluvias y la temperatura más cálida del verano estimulará el crecimiento de las copas de los árboles.

Raíces Primarias

¿Ha cortado un árbol porque las raíces del árbol estaban dañando su campo séptico, cimientos o conexión de alcantarillado? La fuerza y la persistencia de las raíces de los árboles no son una broma. El crecimiento de las raíces de los árboles tiene que ver con la búsqueda de nutrientes y apoyo para la copa del árbol. Si alguna de estas misiones falla, es probable que el árbol muera. La primera raíz que crece a partir de las raíces primarias se llama raíz pivotante y emerge como una radícula de una semilla germinada. La raíz primaria continúa creciendo a medida que el árbol madura. Algunos árboles han desarrollado la capacidad de producir raíces primarias muy profundas y robustas para encontrar un nivel freático más profundo y resistir las condiciones de sequía.

Jabes es como una raíz primaria. En las Escrituras, notamos que la madre de Jabes le dio ese nombre por su significado, "lo parí con dolor" (1 Cro. 4:9). También notamos que Jabes clamó a Dios: "¡Oh, si en verdad me bendijeras y ensancharas mi territorio! Sea tu mano conmigo y guárdame del mal" (1 Crónicas 4:10).

Ampliar su territorio requiere un compromiso profundo. Jabes quería más influencia, responsabilidad y oportunidades para dejar una marca para el Dios de Israel. Estaba comprometido a hacer Su voluntad cuando los que lo rodeaban no lo estaban. Hoy en día, se nos dice que hagamos lo que nos haga sentir bien. No hay distinción entre el comportamiento correcto e incorrecto. Comportamientos destructivos rodearon a Jabes, pero en medio de ello, invocó a Dios para que fuera el juez y guía de sus acciones. Le pidió que ampliara su territorio. La palabra "territorio" también puede significar "costa" o "fronteras". En

el Antiguo Testamento, Dios movió a Su pueblo del cautiverio a la Tierra Prometida y de oportunidades. Ampliar su territorio es pedirle a Dios que le muestre más de Él mismo en usted y en su ministerio para que otros puedan ser salvos y enriquecidos. Esta oración requiere coraje. Habla de la arraigada intimidad y la obediencia que Jabes tenía a Dios. Si la canción hubiera sido escrita en los días de Jabes, creo que él habría cantado el coro: "No seré movido, como un árbol plantado junto a las aguas, no seré movido". Su compromiso con Dios fue firme y seguro.

La ampliación de su territorio requiere mayor coraje. No valor para pelear las batallas, sino dejar que Dios las pelee. La oración de Jabes requirió audacia y coraje. Dios no ha olvidado Su promesa, ¿verdad? ¿Hubo una pasión, un compromiso que se extinguió en el camino? Dios está listo para bendecir a aquellos que creen que su Dios es capaz de grandes bendiciones. Como dijo en Zacarías 4:6, "Esta es la palabra del Señor a Zorobabel: 'No con ejército ni con fuerza, sino con mi Espíritu', dice el Señor Todopoderoso".

Todos hemos tenido un momento en el que nos damos cuenta de que no podremos avanzar a menos que busquemos a Dios con fervor y le pidamos que esté con nosotros. Él quiere que lo invitemos a ir con nosotros. Pero, si vamos a lo seguro, es posible que nunca sepamos esta verdad. Supongamos que permitimos que las cosas nos impidan aventurarnos más allá de donde nos sentimos seguros. En ese caso, no veremos la mano de Dios obrando poderosamente en nuestras vidas, ya sea por miedo al fracaso, duda, inseguridad o incluso cuando la gente te diga que nunca llegarás a nada. Entonces, debemos creer en la capacidad de Dios para hacer aún más de lo que podemos pensar o imaginar. El miedo puede robarnos el poder. Pero la oración devuelve ese poder a su lugar apropiado. Por lo tanto, elimine el miedo y la apatía y plante sus raíces en lo profundo de su fe en Cristo. Salir de nuestra zona de confort puede generar más poder en nuestras vidas. Mire a su alrededor a las personas que están haciendo una diferencia para Dios. Pregúnteles qué hacen en su vida de oración. Verá audacia en sus oraciones. Saben qué bendiciones tiene Dios reservadas a medida que ven cómo se desarrolla su vida.

Programas de Compañerismo



»Bendito el hombre que confía en el Señor y pone su confianza en él.
Será como un árbol plantado junto al agua que extiende sus raíces hacia la corriente;

Jeremías 17:7-8





Programas de Compañerismo

Octubre 2023 – Profundamente Arraigada en la Cosecha

octubre 1, 2023 Por Major Joy Robbins



Escritura: Salmo 119:11

Introducción

Parece que todo el mundo se ha vuelto loco por el tartán. Es uno de los diseños más reconocibles a nivel mundial, y viene en casi todos los colores y sombras bajo el sol. Si bien

puede estar de moda hoy en día, la gente ha usado este tejido icónico durante miles de años.

El tartán más antiguo conocido en Escocia se puede fechar en el siglo III o IV d.C. En otras partes del mundo, se ha encontrado tela de tartán que data aproximadamente del 3000 a.C. Los tartanes tenían un significado significativo ya que representaban clanes escoceses individuales. Para más información sobre tartanes, ir a:

<https://www.smithsonianmag.com/smart-news/brief-history-plaid-180957342/>

Si bien la tela escocesa ha existido desde siempre, ha tenido una reaparición masiva, con varios patrones llamativos conocidos como colores de tela escocesa de búfalo que están delirando. A continuación, se presentan ideas de programas que tienen que ver con cuadros escoceses.

Ideas de Programas

Organice una fiesta de pijamas con todo lo relacionado con la tela escocesa de búfalo. Invite a las mujeres a usar pijamas de su color favorito, a cuadros de búfalo.

Mire el musical de Broadway, *Forever Plaid*, que se puede alquilar en Amazon, o mire el tráiler, que ofrece fragmentos de la historia. https://www.youtube.com/watch?v=Hx1tCaKeE_Q

Converse

- 1 Si bien la premisa de la película *Forever Plaid* es divertida de ver, ¿es bíblica? Hebreos 9:27 – “Así como el hombre está destinado a morir una sola vez...” Eclesiastés 3:2 – “Todo tiene su tiempo y todo lo que se quiere debajo del cielo tiene su hora. Tiempo de nacer y tiempo de morir.”
- 2 Al mirar hacia atrás en su vida hasta ahora, ¿hay cosas de las que se arrepiente, cosas que desearía haber manejado de manera diferente? ¿Qué puedes hacer con ellos ahora? Pedro negó a Cristo tres veces. Lea Juan 13:37-38. Pedro estaba arrepentido. Lee Lucas 22:62. Jesús restauró a Pedro. Lea Juan 21:17.
- 3 ¿Le ha pedido al Señor que le perdone sus pecados? Lea Juan 1:9, Juan 1:12.
- 4 Tenemos el resto de nuestras vidas por delante. ¿Cómo debemos actuar para no tener remordimientos? “Ama al Señor nuestro Dios con todo tu corazón y con toda tu alma y con toda tu mente y con todas tus fuerzas. El segundo es este: “Ama a tu prójimo como a ti mismo”. Marcos 12:30, 31.

Artesanía de calabaza a cuadros de búfalo Farmhouse Harvest

Haga calabazas de tela escocesa de búfalo de bricolaje. Esto es lo que necesitará:

- Rollo de papel higiénico

- Tela 18 x 22
- Cuchara de madera para ayudar a clavar la tela en el centro del rollo de papel higiénico
- Cinta
- Palitos de 4" del patio o palitos de canela.
- Hojas de otoño falsas

Para obtener instrucciones sencillas sobre cómo hacer calabazas de papel higiénico, consulte el siguiente video. <https://www.madetobeamomma.com/toilet-paper-pumpkins/> or <https://www.anallievent.com/diy-buffalo-plaid-pumpkins/>

Raíces Fuertes

Cualquiera que me conozca sabe que tengo el pulgar negro. Deme una planta en crecimiento, y me mirará y se marchitará o morirá. Cultivar cosas no es mi talento. Pero hay algo especial en el momento de la cosecha. Recuerdo recoger cubos de arándanos con mi abuela para usarlos para hornear. O llevar a mi sobrina al huerto de calabazas para encontrar la calabaza adecuada. Todas las golosinas frescas que alguien ha trabajado tan duro para cultivar: bayas, manzanas, maíz. Una semilla ha sido plantada en el suelo, luego regada y cuidada y protegida mientras sus raíces crecen profundamente.

Un árbol necesita tener raíces profundas para sobrevivir a las tormentas de la vida. ¿Has observado los árboles a través de las estaciones de la vida? En invierno, está desnudo, erguido mientras los elementos de la vida dan lo mejor de sí. En primavera, las hojas y las flores vuelven a florecer. La belleza del color primaveral cambia nuestro mundo para hacerlo brillante y hermoso. La fruta comienza a cobrar vida en el verano y crece hacia la madurez. Luego, en el otoño, la fruta está completamente desarrollada y lista para la cosecha. Vemos toda esta belleza a nuestro alrededor a lo largo de las estaciones de la vida. Pero es lo que no vemos lo que marca la diferencia. Son las raíces fuertes que crecen bajo tierra. La fuerza vital del árbol proviene de la fuerza de sus raíces.

Los cristianos son de la misma manera; tenemos diferentes estaciones de la vida. A veces necesitamos mantenernos firmes en las tormentas, otras veces, estamos llenos de vida y color. Pero solo podemos producir frutos cuando tenemos un fundamento estable en el Señor. Las raíces crecen en todas direcciones aferrándose a la tierra para mantenerla vital para mantenerla erguida. Al igual que esas raíces, necesitamos aferrarnos al Señor para que sea nuestra fortaleza, y cuanto más fuertes crezcamos en nuestra relación con él, más fuertes seremos cuando lleguen las tormentas de la vida.

Una manera de que nuestras raíces se fortalezcan es a través de la palabra de Dios. "He guardado tu palabra en mi corazón para no pecar contra ti" (Salmo 119:1). ¿Alguna vez has estado en una tormenta de la vida y de repente una escritura te fortalece y te da paz? Ese es

un excelente ejemplo de la Palabra de Dios escondida en nuestros corazones. Estas raíces profundas nos mantienen fuertes a través de las muchas tormentas de la vida. Cuando guardamos Su Palabra en nuestros corazones, nos ayuda a estar listos para enfrentar la vida arraigados y compartir Su palabra con los demás.

Acerca del autor



Major Joy Robbins

USA Southern Territory



Programas de Compañerismo

Noviembre 2023 – Profundamente Arraigado en la Reposterí

noviembre 1, 2023 Por Dorris Gonzalez



¡Horneemos! Fiesta de Repostería Festiva

Escritura: 1 Tesalonicenses 5:11.

Introducción

Pablo, un apóstol de Jesucristo, instruye a los tesalonicenses para que se animen unos a otros y se edifiquen unos a otros. Como creyentes, se nos instruye a preocuparnos por nuestros hermanos y hermanas en Cristo y estimularnos unos a otros al amor ya las buenas obras. Debemos cuidarnos unos a otros y considerar cómo estimularnos unos a otros para amar como Cristo nos ama.

Las recetas de cocina están disponibles en muchas fuentes. Tengo un libro de recetas inspirado en la familia que disfruto probar. Me gusta recordar las ocasiones y los recuerdos asociados con estas recetas. Durante años estas recetas fueron un secreto bien guardado. Tuve que confiar en la información transmitida de generación en generación. Pero ahora, puedo medir con precisión los ingredientes necesarios para cada plato.

Durante la temporada navideña, la familia González siempre se reúne. Después de la llegada y el saludo, inmediatamente te llega el aroma de la comida cocinándose. Un asado está en el horno, tentadoras galletas horneadas y pasteles están en el mostrador, y el café recién preparado invita a cada miembro de la familia a dirigirse a la cocina, donde comienza un tiempo para compartir. Cuanto mayor me hago, más aprecio nuestro tiempo juntos. Las vacaciones y las visitas de fin de semana a la casa de la abuela siempre fueron un momento especial. Al reflexionar sobre esos tiempos, me doy cuenta de lo importante que es estar con la familia. Quiero que mi familia y las generaciones experimenten la misma alegría que yo experimenté al estar juntos y saber cómo estos momentos especiales se construyen unos a otros.

Nuestras vidas son como una receta, un mapa para entender los mandamientos de Jesús. Las pautas están a la vista; no se necesita un mapa, no hay ingredientes secretos para buscar. La palabra de Dios, la Biblia, es el mapa, la receta para una vida plena en Cristo y para animarnos unos a otros.

Ideas de Programas

Será necesaria una planificación avanzada para cada una de las opciones del programa que se enumeran a continuación. Pídale a las personas que manejen varios aspectos del programa, como la publicidad, las invitaciones, la instalación y las decoraciones de limpieza.

- Haga que un panadero profesional o un miembro del ministerio de la mujer con experiencia en hornear enseñe cómo hornear galletas o una clase de decoración de galletas. Deberá planificar al menos dos o tres horas para este programa. Si están demostrando cómo decorar galletas, pídale a un par de mujeres que contribuyan con las galletas que se decorarán.
- En la próxima cena compartida, omita el plato de postres e intercambie galletas, intercambie recetas, comparta sus historias de repostería con la familia e imprima copias de las recetas. Pida a los miembros que traigan sus libros de cocina y utensilios favoritos heredados en la familia para decorar la mesa y exhibirlos.

- Planee una salida a una escuela de cocina local. O vea una clase de cocina en línea sobre cómo hornear. Hay muchos tutoriales para hornear galletas en YouTube.
- Comuníquese e invite a representantes del departamento de bomberos local, la estación de policía y el campo médico para que asistan a una reunión de reconocimiento. Junto con palabras de agradecimiento por su servicio, preséntelos con canastas de galletas caseras. Para aquellos que no asistieron, entregue las canastas a su lugar de trabajo. Adjunte tarjetas que expresen agradecimiento y gratitud a estas personas por su servicio a la comunidad.

Animándonos unas a otras a través de una vida llena de Cristo

La Biblia está llena de historias de Jesús comiendo con personas. Una de esas ocasiones incluyó la fracción del pan y los peces compartida por un niño. Jesús mostró cuánto se preocupaba por los demás y su gran amor por ellos. Otras ocasiones fueron la cena con un recaudador de impuestos, la cena del Señor y una visita a la casa de María y Marta.

- **El Recaudador de Impuestos (Lucas 19:1-10 NVI)**

Jesús estaba pasando por Jericó. Había un hombre llamado Zaqueo que era recaudador de impuestos y un hombre muy impopular. Quería ver a Jesús, así que se subió a un árbol. Jesús levantó la vista y le dijo: "Voy a tu casa". Y él hizo. La gente se preguntaba por qué Jesús iría a la casa de un pecador. Pero Jesús mostró su aceptación de Zaqueo, e inmediatamente, la vida de Zaqueo cambió para siempre. Le dijo a Jesús que daría la mitad de lo que tenía a los pobres, animándose unos a otros. Jesús concluyó diciendo: "El Hijo del Hombre vino a buscar y a salvar a los perdidos".

- **La Cena del Señor (Lucas 22:1-19 NVI)**

Jesús tenía una razón específica para reunir a los discípulos para la Cena del Señor. Antes de morir, Jesús tuvo una comida final con los discípulos. Él quería darles algo para recordarlo cuando Él no estaba con ellos, así que usó el pan y el vino que estaban tomando con la cena esa noche para simbolizar Su amor por ellos. Jesús se reveló a Sus discípulos al partir el pan, y el vino fue un recordatorio tangible de que Su sangre y Su vida sirvieron como pago por los pecados del mundo. Jesús tomó el pan, lo partió y se lo dio a sus discípulos, y les dijo: "Esto es mi cuerpo que os doy, haced esto en memoria mía".

- **María y Marta (Lucas 10:38-42 y Juan 12:2 NVI)**

La historia de María y Marta nos da un ejemplo de dos mujeres que amaron a Jesús y demostraron su amor por Él de dos maneras diferentes. Seas María o Marta, ambas mujeres son valiosas y tienen un propósito. María se sentó a los pies de Jesús para estar más cerca de Jesús. Marta preparó la casa para Jesús como lo haría cualquier anfitriona. Ver las necesidades de los demás es una parte integral de Su ministerio. Marta tenía un

corazón para la hospitalidad y María tenía un corazón para aprender. Ambas personalidades son necesarias para animarse y animarse mutuamente.

■ **La Alimentación de los Cinco Mil (Mateo 14:13-21 NVI)**

Con una personalidad de Marta, nunca quiero quedarme sin comida para mis invitados. Jesús estaba enseñando, era tarde y sus discípulos notaron que la gente tenía hambre. ¿Qué vamos a hacer, no tenemos suficiente comida? La respuesta de Jesús fue: “Denles de comer”. “Aquí tenemos sólo cinco panes y dos pescados”, respondieron. Jesús no estaba preocupado. Tomó los pescados y los panes de los discípulos y, mirando al cielo, dio gracias y partió los cinco panes y los dos pescados y pidió a los discípulos que los compartiesen con la multitud. Todos quedaron satisfechos con doce canastas de comida sobrante. Cinco mil fueron alimentados ese día, sin contar mujeres y niños.

¿Por qué era tan importante para Jesús estar con la familia y los amigos? Para mostrarnos aceptación y amor, para conocer las necesidades de los demás y aprovechar cada momento para edificarnos unos a otros. La receta para una vida plena en Cristo y para animarnos unos a otros:

- Estar profundamente arraigado en Cristo
- Mezclar bien el ingrediente secreto “amor”.
- Agregue partes iguales de caridad, amabilidad, bondad y mansedumbre—Gálatas 5:22-23 NVI
- “Amarás al Señor tu Dios con todo tu corazón, alma, mente ya tu prójimo como a ti mismo” Mateo 22:27-39 NVI.

En conclusión, mezcle bien con Hebreos 10:24, 25 NVI “Estimulémonos unos a otros al amor y a las buenas obras, no dejando de congregarnos, como algunos tienen por costumbre, sino exhortándonos unos a otros y más aún al ver el Señor acerca el día.

Recursos

- www.allrecipe.com/sugar receta de galletas
- www.realhousemoms.com/Sugar glaseado de galletas
- www.biggerbolderbaking.com historia de la repostería
- www.britannica.com Comida
- www.kingarthurbaking.com/recipes Este sitio web enumera clases de horneado.
- <https://difference.guru/cookingvsbaking> Cocinar versus hornear
- <https://www.bhg.com> Las herramientas más esenciales que todo cocinero necesita (Better Homes and Garden)

- <https://newspring.cc> 2 Pedro Un devocional de 8 días
- <https://www.vibrantlife.com> 21 maneras de construir una vida espiritual más fuerte



Programas de Compañerismo

Diciembre 2023 – Profundamente Arraigada en Dar

diciembre 1, 2023 Por Captain Amanda Keaton



Intercambio Navideño de Regalos Mis Cosas Favoritas

Escritura: 2 Corintios 9:7.

Decoraciones

Establezca un tono cálido y acogedor para este evento para que sea significativo. Decore las mesas con manteles y velas blancas, doradas o plateadas. Cree una apariencia reluciente con brillantina o tela iridiscente. Use azulejos de espejo cuadrados, ovalados u octagonales con velas blancas o crema para los centros de mesa. Agregue adornos de Crismón para complementar la pieza central.

Refrescos

Sirva una tabla Charcutier con frutas, verduras, queso y galletas saladas. Sirva jugo de uva espumoso o sidra de manzana en una ponchera festiva.

Hornee previamente las galletas de azúcar y proporcione suministros, incluida una variedad de chispas para decorar. Proporcione patrones de Crismón para que las mujeres los usen en la decoración de las galletas.

Origen de Crismón:

Estas decoraciones, que primero hizo Frances Kipps Spencer, se originaron en la Iglesia Luterana de la Ascensión en Danville, Virginia. Los desarrolló porque quería que los cristianos recordaran por qué celebraban la Navidad. En lugar de colocar adornos tradicionales en un árbol en Navidad, Frances quería darles algún significado. Entonces, desarrolló decoraciones con símbolos cristianos que ayudaron a recordar a los cristianos el nacimiento de Cristo. La Iglesia Luterana de la Ascensión todavía practica lo que comenzó Frances. Cada año ponen un árbol de Navidad de seis metros y abren la iglesia al público. Cuando llegan los visitantes, se les cuenta la historia de Jesús a través del Crismón original de Frances.

Estas decoraciones son tradicionalmente blancas y doradas. El blanco representa el color de la Navidad y la pureza de Jesús cuando vino a la tierra. El oro representa la majestad y la gloria de Cristo. Cuando otras iglesias adoptaron la tradición de Crismón, comenzaron a desarrollar símbolos que eran exclusivos de su iglesia pero que aún cuentan la misma historia.

A continuación se muestra un video que ayuda a explicar Crismón y le brinda una imagen de un árbol de Crismón. Es posible que los haya visto muchas veces, pero no sabía que se llamaban de otra manera.

Enlace a las explicaciones de los patrones: A continuación hay enlaces para explicar los distintos patrones y su significado.

- <https://www.mycorneronline.com/tutorial/bible/chrismonintro.html>

- <https://youtu.be/VUZ2VHQ-6QY> (This link is a video and audio resource to enhance what is learned on the link above.)
- <https://www.cathedralofhope.org/images/spiritual-life/chrismons-elpc.pdf>

Manualidad: Cómo hacer un crismón

A continuación encontrará enlaces con instrucciones sobre cómo crear sus adornos.

- <https://d2lyc38tx1fwww.cloudfront.net/chrismon-patterns.pdf>
- https://d33stri0dm17m9.cloudfront.net/campuses/2018_ChrismonPatterns.pdf?mtime=20181130100011
- <http://chrismon.org/assets/Bookorder64228.pdf>

Juegos: Adivina el Significado

Tenga disponibles ejemplos de los símbolos utilizados, así como los posibles significados. El objetivo será asociar correctamente la imagen con su significado.

<https://holidappy.com/holidays/Martin-Luther-Frances-Kipps-Spencer-and-Christmas>

Juego de correspondencias: Este juego se puede hacer colectivamente como un grupo o para que los individuos "corran" e incluso está abierto a otras adaptaciones.

Por grupo (o individuo) imprima dos copias de cada símbolo/patrón en cartulina. Para individuos, use 4"x4" o incluso el tamaño de una tarjeta de juego. Para grupos grandes, diseñe una hoja completa de cartulina o papel de copia. Recomiendo pegarlo en papel de construcción para dar un fondo más oscuro.

- Coloque las tarjetas boca abajo para comenzar el juego. Para un grupo más grande, divídase en equipos y dé a cada equipo un turno para voltear dos tarjetas con el lado derecho hacia arriba. Si las dos cartas coinciden, el equipo se queda con esas tarjetas. Permita que el próximo equipo tome su turno. Si las tarjetas no coinciden, se devolverán y se dejarán en el tablero.
- Cuando los individuos estén compitiendo, haga que todas tomen sus tarjetas y las coloquen boca abajo. Pídales que mezclen las cartas boca abajo para que el desafío sea justo. Establezca un cronómetro e instruya a las personas para que hagan tantas coincidencias como sea posible. Otra opción en lugar de configurar un temporizador es ver cuánto tarda la primera persona en hacer todas las coincidencias.

Bingo de Crismón

Para ayudar a aprender los diferentes símbolos, use el enlace para acceder a 30 cartones de bingo de Crismón de 5"x8". Use su dulce favorito como marcador de espacio.

<https://myfreebingocards.com/bingo-card-generator/30-free-cards/jkmjg6k>

El Regalo Perfecto

En Navidad, nuestros corazones y mentes están bastante concentrados en dar regalos. Dar regalos es verdaderamente una de mis cosas favoritas. Cuando compartimos un regalo con un amigo, familiar o compañero de trabajo, compartimos una parte de lo que significan para nosotros. Para dar un regalo significativo, tomamos lo que hemos aprendido sobre ellos, sus pasatiempos, intereses, colecciones o impulsos locos, y elegimos ese regalo especial. Anticipamos la sonrisa en su rostro cuando abran el regalo perfecto seleccionado para ellos. Algunas personas son divertidas y fáciles de comprarle regalo. Sabe lo que les gusta y encuentra el regalo ideal casi de inmediato.

Entonces, otros son tan difíciles de comprarles regalo. Esto no se debe a que solo quieran cosas caras o no valoren ningún regalo; simplemente no son fáciles de comprarle regalo. Esto a menudo nos hace más reacios a comprarles algo. A veces tomamos el camino más fácil y compramos una tarjeta de regalo. Después de todo, ¿a quién no le gusta una tarjeta de regalo?

Sin embargo, qué mejor manera podemos participar en un intercambio de regalos navideños que darle a alguien un regalo sin valor monetario solicitado, porque esas son las cosas que nunca perecen. ¿Cuánto tiempo pasamos con nuestras familias a lo largo del año? ¿Estamos presentes fuera de las ocasiones "especiales"? ¿Invertimos tiempo en sus intereses especiales? El tiempo es una de las cosas más valiosas que tenemos en la vida. Nunca sabemos cuánto nos queda, pero solo parecemos apreciarlo cuando los momentos y las oportunidades han pasado.

Dese a usted ya su familia el mejor regalo de este año: tiempo juntos. Sea lo que sea para ti: más chats de video, almuerzos, viajes compartidos, juegos, películas compartidas. Darnos unos a otros gratuitamente lo que Dios nos ha dado. El tiempo es un regalo, úselo sabiamente.

¿Por qué no dar el regalo que sigue dando? ¿Compartir a nuestro Señor en el Salvador Jesucristo y lo que significa Su nacimiento para el mundo? Comparta la historia, los símbolos y el significado del Crismón con sus amigos y familiares. Incluso podría hacer un adorno como regalo para un ser querido.

Aprender juntos y explorar el Crismón con amigos y familiares es una actividad sencilla y no amenazante. Reúne las piezas de la historia de Cristo. No importa la edad o el nivel de lectura de los integrantes del grupo, tener imágenes abrirá oportunidades para hablar, compartir y aprender juntos.

“La dádiva de Dios es la vida eterna en Cristo Jesús Señor nuestro” (Rom. 6:23); “Por gracia sois salvos por medio de la fe; y esto no de vosotros, pues es don de Dios” (Efesios 2:8); “¡Gracias a Dios por su don indescriptible!” (2 Corintios 9:15).



Programas de Compañerismo

Enero 2024 – Profundamente Arraigada en Calor

enero 1, 2024 Por Major Anne Westmoreland



Escritura: Hebreos 13:16

Introducción:

Social de sopa: Intercambio de sopa y degustación

Este programa de compañerismo es una reunión conmovedora que incluye una comida para las mujeres reunidas y nuestros vecinos.

Invite a las mujeres a traer varios recipientes (ya sea de plástico o de albañil) de su sopa casera exclusiva o sopa comprada favorita. Se podría animar a aquellos que decidan no traer una sopa a que hagan una pequeña donación para utensilios, pan y ensalada. Los recipientes de sopa deben estar fríos pero listos para calentarse en una olla de cocción lenta, microondas o estufa. Prepare letreros para identificar los diferentes tipos de sopa.

Compañerismo alrededor de las mesas y degustación de sopa

Invite a los que trajeron sopas a compartir sobre el tipo de sopa que trajeron, ya sea una receta familiar, una sopa con una historia especial o un sabor internacional favorito. Mientras las mujeres conviven alrededor de las mesas, proporcione tazas pequeñas de las diferentes sopas, ensaladas y pan. Incluya datos de trivia como iniciadores de conversación. Una variedad de trivia se puede encontrar en el siguiente enlace. También es posible que desee centrarse en sopas famosas del mundo.

- <https://www.funtrivia.com/en/Hobbies/Soups-5948.html>.
- <https://foodandroad.com/world-famous-soups/>.

Intercambio de sopa y compartir

Al final de la comida, invite a las mujeres que trajeron la sopa a intercambiar con una de las otras mujeres. Se puede reservar un recipiente de cada tipo de sopa en el refrigerador o en el congelador para compartirlo con quienes viven en la calle en una noche fría.

Devocional:

Comparta la historia de "Sopa de piedras". Como es una historia popular, hay muchas versiones diferentes, pero todas tienen la misma moraleja de la historia. La historia de "Sopa de piedras" se puede encontrar en el siguiente enlace. Una versión simplificada de la historia se puede encontrar en el segundo enlace.

- <https://stonesoup.com/about-the-childrens-art-foundation-and-stone-soup-magazine/history-of-the-stone-soup-story-from-1720-to-now>.
- https://www.learningtogive.org/sites/default/files/handouts/Story_Stone_Soup.pdf.

Estoy seguro de que la sopa sabía deliciosa a todos en el pueblo porque estaba deliciosa y porque todos contribuyeron. Qué viajero inteligente, logrando que todos dieran un poco de lo que resultó en una sopa deliciosa y nutritiva. Ciertamente no era la piedra que una función importante.

Cualquier cosa en la vida es mucho mejor cuando se comparte. El principio de compartir se encuentra muchas veces en la Biblia; un ejemplo es el niño que compartió sus dos pescados y cinco panes que eventualmente alimentaron a más de 5000. Cuando compartimos, algo

sucede. Dios bendice y multiplica. En Hebreos 13:16 leemos: "Y no os olvidéis de hacer el bien y de compartir con los demás, porque de tales sacrificios se agrada Dios".

Cuando se fundó el Ejército de Salvación, el lema "Sopa, Jabón y Salvación" fue introducido y adoptado rápidamente por todos. Nos dedicamos a satisfacer las necesidades humanas. Si alguien tiene hambre, le ofrecemos comida; ayudamos a limpiarlos y luego les compartimos el evangelio. Este es nuestro fundamento y motivación, profundamente arraigado en el amor de Dios y su amor por su pueblo.

Pero no nos detenemos ahí. Invitamos a cada persona a unirse a nosotros en el viaje, cada uno contribuye con algo, y antes de que nos demos cuenta, hemos creado algo encantador, fragante y hermoso juntos. Cada uno con diferentes talentos y contribuciones, pero agregando al todo.

El secreto de una buena sopa son los ingredientes de calidad, el tiempo suficiente para que los sabores se mezclen y mucho amor y calidez. Aquí en nuestra confraternidad, donde nos reunimos, cada uno creado a la imagen de Dios, compartiendo tiempo y vida juntos, amándonos unos a otros, tenemos la receta perfecta para una sopa reconfortante y vivificante para el alma.

¿Agregarías al sabor? Dios te ha dotado de manera única, y lo que puedes contribuir es precisamente lo que se necesita. Jesús nos dice en Mateo 5:13 que somos la "sal de la tierra". La sal tiene una función esencial, de hecho, varias funciones vitales, una de ellas es la de resaltar los sabores. Queremos que las personas a nuestro alrededor vean y prueben plenamente que el Señor es bueno. Que cada uno de nosotros esté profundamente arraigado en Él y en Su amor y calidez para que podamos ser la sal que saca a relucir los sabores de Dios en la vida para que todos los vean y experimenten.

Bendición:

Que Dios te bendiga con su calor en este día. Que el amor de Cristo te llene. Que Él te muestre claramente cómo quiere usarte a ti y a tus dones para Su gloria y el beneficio de los demás. Que Él esté complacido con tu sacrificio. Que "Sopa, Jabón y Salvación" sea su lema en lo más profundo de su interior y se extienda para llegar a aquellos que necesitan escuchar. Amén.



Programas de Compañerismo

Febrero 2024 – Profundamente Arraigada en el Amor

febrero 1, 2024 Por Lt. Shania Mhasvi



Te amo más que a las magdalenas: horneado de magdalenas

Escritura: 1 Pedro 4:8

Decoraciones

Para crear un espacio divertido y vibrante, coloque manteles de diferentes colores en mesas individuales. Para el centro de mesa, haga "ramos de magdalenas". Consulte Pinterest para ver videos de cómo hacer los ramos usando una esfera de espuma de poliestireno o vasos de plástico.

Para una opción más sencilla, llene jarrones altos con moldes coloridos para magdalenas y colóquelos en hojas de papel cuadradas de diferentes colores en el medio de cada mesa. Agregue un marco de imagen al lado del jarrón que contiene el versículo bíblico de 1 Pedro 4:8: "Sobre todo, ámense los unos a los otros como si su vida dependiera de ello. El amor compensa prácticamente cualquier cosa"

Refrescos

Proporcione bocadillos simples para complementar las magdalenas, como frutas, queso, galletas saladas, sándwiches y papas fritas. Para las bebidas, proporcione agua embotellada o limonada.

Horneado de Magdalenas

Divida a las mujeres en dos equipos. Si hay un cuerpo cerca, invítelas a venir y participar. Los dos equipos tendrán la opción de elegir entre varios tipos de mezclas para pastel, como chocolate, blanco, vainilla o fresa. Indique a los equipos que tengan al menos un ingrediente secreto que incorporarán a sus magdalenas. Proporcione diferentes aderezos en vasos pequeños disponibles para que los equipos los usen para sus aderezos o su ingrediente secreto.

Indique a las participantes que tendrán una hora para hornear y decorar las magdalenas y presentarlas a los jueces. Los jueces elegirán al equipo ganador en función de la apariencia, el sabor y la presentación final. Independientemente de los ganadores, proporcione un guante para horno, una mezcla para hornear, un delantal o un batidor para que las mujeres se lleven a casa como un recordatorio de la diversión compartida.

Juegos de palabras con magdalenas

A lo largo del día, comparta juegos de palabras sobre magdalenas del sitio web:
<https://askforadventure.com/cupcake-quotes-captions-and-puns>

Compartir Recetas

Proporcione tarjetas y bolígrafos para que las mujeres puedan compartir sus recetas.

Te amo más que a las magdalenas

Las magdalenas siempre han sido un regalo especial que disfrutan muchas personas en todo el mundo. No es de extrañar que pueda encontrarlos en fiestas de cumpleaños, bodas e incluso reuniones especiales. Pueden traer una sonrisa a la cara de todos, sin importar cuán viejos o jóvenes sean.

Al crecer, me encantaba intentar hacer magdalenas para compartir con mis amigos y familiares. Fue divertido medir cada ingrediente, mezclarlo y colocarlo en el horno para hornear. Cuando las magdalenas estaban terminadas, las sacaba, esperaba a que se enfriaran y luego untaba la parte superior con un delicioso glaseado. Fue un hermoso momento para compartir con los que me rodeaban. Me acuerdo de una cita que dice: "Cuando compartes un pastelito, compartes amor" (Amber).

Sin embargo, no es ningún secreto que hacer magdalenas a veces puede ser un trabajo duro. El proceso implica cierto esfuerzo para asegurarse de que las magdalenas queden perfectas para que los demás las disfruten. A través de 1 Pedro 4:8, también podemos ver un ejemplo de un mandato dado por Pedro que también requiere determinación y esfuerzo de nuestra parte. Dice: "Sobre todo, ámense unos a otros profundamente porque el amor cubre multitud de pecados" (NVI Biblia: 1 Pedro 4:8).

Aunque no todos seamos perfectos y tengamos profundos defectos, el amor de Dios por nosotros es desbordante e incondicional. Cuando amamos a nuestros hermanos y hermanas en Cristo con el mismo amor que nos ha dado el Padre, finalmente lo amamos a Él y obedecemos lo que Él nos ordenó hacer. Como el glaseado azucarado en la parte superior de una magdalena, su amor cubre todos nuestros pecados, así que nosotros también debemos cubrir a los demás con ese mismo amor dulce. Cuando lo hacemos, nuestras vidas reflejan la dulzura y la belleza que solo se pueden encontrar a través de Él.

Le animo a que permita que Su gran amor fluya a través de usted para que su relación con los que le rodean pueda florecer y producir un aroma divino más dulce que todos los pastelitos del mundo.

Oración:

Dios, amamos porque Tú nos amaste primero (NVI Biblia: 1 Juan 4:8). Estamos muy agradecidos por Tu amor que cubre nuestros pecados y nos ofrece plena redención y salvación. Te alabamos porque no hay amor más dulce que el tuyo. Ayúdanos a compartir tu increíble amor con todo lo que encontramos. Danos un corazón que se acerque a Ti y refleje quién eres y lo que significas para nosotros todos los días. Gracias, Señor, por todo lo que estás haciendo en nosotros ya través de nosotros para dar gloria y honra a Tu Reino. Amén.



Programas de Compañerismo

Marzo 2024 – Profundamente arraigada en la naturaleza

marzo 1, 2024 Por Dan Duncan



Fiesta de los amantes de los árboles por el planeta

Escritura: Génesis 2:15

Ideas de Programa:

Proyecto de Servicio: Considere unirse como grupo para ayudar en la plantación de árboles. Puede haber un grupo específico, como una organización de dosel urbano, que coordine las

plantaciones de vecindario en áreas urbanas. Si pasar algunas horas plantando no es factible, considere contribuir con una agencia de plantación de árboles como The Nature Conservancy, National Forest Foundation o US Forest Service.

Viaje de Estudio: Visite un jardín botánico local, un arboreto o un parque. Muchos de estos lugares ofrecen servicios gratuitos durante el día o los fines de semana. A veces, la mejor manera de redescubrir el amor por lo que Dios ama es salir y observar. Usando sentidos como el olfato, la vista y el oído, trabaje en grupo (o individualmente) para registrar todo lo que lo rodea (animales, pájaros, insectos, pastos). Reúnanse como grupo y compartan sus observaciones y cómo se sintieron. Si el clima no lo permite, consulte los recorridos virtuales.

Fiesta: Organice una fiesta para celebrar el mundo natural. Incluye de fondo una presentación de diapositivas de imágenes de la naturaleza. Considere la posibilidad de integrar grabaciones de la naturaleza como las producidas por TheSilentWatcher en Youtube. El laboratorio de ornitología de Cornell incluye alimentos en vivo en varios comederos y sitios de anidación de aves. Explore.org también proporciona muchas transmisiones en vivo sobre la vida silvestre.

Manualidad: Tarro de Naturaleza es una artesanía simple que se puede personalizar. Reúna tarros Mason transparentes y lisos, elementos naturales (p. ej., tierra, arena, piedras de río, guijarros, conchas, suculentas pequeñas, etc.), rafia o hilo.

Pida a los participantes que imaginen un lugar al aire libre donde se sientan relajados. Tal vez sea una playa, un bosque cubierto de nieve o un desierto tranquilo. Usando los materiales que les proporcione, pídale que creen una exhibición de la naturaleza que ven bajo su cuidado. Puede ser tan elaborado o sencillo como la creatividad y los materiales lo permitan.

Juego: “Cuestionario de identificación de árboles”

Divídase en grupos y entregue a cada grupo un lápiz y una hoja de papel. Dirija una prueba de trivia sobre los árboles (como esta proporcionada por el Sierra Club-

<https://blogs.sierraclub.org/greenlife/2013/08/tree-quiz-identitree-how-well-can-you-identify.html>).

Refrescos

Siguiendo el tema, sirva refrigerios frescos y naturales. Para hacer “Banana Sushi”. necesitarás plátanos, chocolate negro y pistachos. Derrita el chocolate, pele los plátanos y sumérgalos en el chocolate. Después de que se hayan enfriado, triture los pistachos sin cáscara y espolvoréelos sobre el plátano. Producirá algo que puede parecer un tronco de árbol cubierto de musgo. Rebane los plátanos y sirva. Puede encontrar instrucciones detalladas en el sitio web a continuación.

<https://www.thepetitecook.com/pistachio-chocolate-banana-sushi/>

[utm_content=buffer3a0d0&utm_medium=social&utm_source=pinterest.com&utm_campaign=](https://www.wmresources.org/es/march-2024-deeply-rooted-in-nature/?utm_content=buffer3a0d0&utm_medium=social&utm_source=pinterest.com&utm_campaign=)

Devocional: “Suyo, mío y nuestro”

¿Alguna vez ha pedido prestado algo a alguien que le importa? Ya sea tan grande como un automóvil o tan simple como un libro, probablemente fue más cuidadoso con el artículo prestado que con la mayoría de sus cosas. ¿Por qué? Porque se preocupó por la persona, por su relación, y se preocupó por preservar las cosas que les importan.

En el Salmo 2,4:1, el salmista declara: “De Jehová es la tierra y todo lo que en ella hay, el mundo y los que en él habitan”. Una declaración proclama que el verdadero dueño de la tierra y sus habitantes, sean humanos, plantas, animales, es Dios. En Levítico 25:23, Dios también afirma, “la tierra es mía”. El Creador y Conservador de todas las cosas es el dueño absoluto de toda la naturaleza.

Sin embargo, también reconocemos que Dios le dio el mundo natural de alguna manera a su pueblo. Su mandato al hombre y la mujer en Génesis 1:28 muestra esto. Existe el riesgo de abusar de nuestro poder y autoridad, pero Génesis 2:15 ayuda con esa preocupación. Dice: “Jehová Dios tomó al hombre y lo puso en el jardín de Edén para que lo labrara y lo guardara”. Fue un acto de Dios poner al hombre en el jardín. Dios está permitiendo que el hombre, la mujer y sus descendientes tomen prestada la tierra. Y Dios usa palabras que hablan más de mayordomía que de dominio. La palabra hebrea para “labrar” connota el acto de atender, cuidar algo y ayudarlo a florecer mientras proporciona lo que necesita el cuidador. La palabra hebrea para “guardar” connota tutela, mayordomía y protección.

Por amor a Dios y preocupación por nuestra relación con Él, debemos preocuparnos por lo que nos ha dado. La tierra es del Señor. Nunca ha dejado de ser suyo. A pesar de que nos ha dado cierta autoridad y poder sobre él, todavía espera que sea tratado con respeto. Entonces, mientras vivimos nuestras vidas en esta buena tierra, y mientras nos proporciona lo que necesitamos para sobrevivir, recordemos siempre cuidarla, permitir que florezca y protegerla de aquellos que abusan de ella. Cuando hacemos esto, podemos encontrar que Dios dirá: “Es nuestro. Compartámoslo juntos”.

Sugerencia de Canos: #21/421

“God Speaks to Us in Bird and Song” and #66/167 “This Is My Father’s World”



Programas de Compañerismo

Abril 2024 – Profundamente Arraigada en la Vida Nueva

abril 1, 2024 Por Lt. Kirbi Reyes



Cactus y creatividad: una fiesta para hacer terrarios

Escritura: Lea 2 Corintios 5:17

Introducción

Las suculentas y los terrarios requieren poco mantenimiento y son perfectos para las personas que no tienen un pulgar verde o que no tienen tiempo para cuidar un jardín al aire

libre. Este programa brinda instrucciones para crear terrarios asequibles utilizando objetos cotidianos.

Artículos necesarios para un terrario de bricolaje fácil

- Tierra para suculentas
- Pequeñas rocas o grava
- Musgo
- Varias suculentas (encontramos varias suculentas por \$1 en nuestro Walmart local)
- Recipientes de vidrio, tazas y frascos abiertos
- Vasos de plástico para colocar las diferentes capas en los terrarios.

Instrucciones

Invite a las mujeres a recoger sus contenedores. Sean creativas. No tienen que ser iguales. A las mujeres les encantará tener una variedad para elegir.

Un terrario tiene que ver con las capas. Sin las capas adecuadas, su terrario no será funcional y eventualmente se pudrirá. Su primera capa son pequeñas rocas colocadas en el fondo del recipiente. Esta capa drena el agua del suelo.

Si trabaja en un recipiente cerrado, deberá poner una capa de carbón activado para horticultura a continuación. Esto evita que se forme moho en el recipiente cerrado. Si está trabajando en un contenedor abierto, esto no es necesario. A continuación, pon una capa de musgo. Puedes conseguir paquetes de musgo de varios colores en tiendas de manualidades como Hobby Lobby.

Finalmente, coloque una o dos pulgadas de tierra, luego plante los esquejes suculentos como desee. Si lo desea, puede cubrir el suelo con musgo, guijarros u otros adornos.

Para obtener más instrucciones e ideas, consulte el siguiente sitio web:<https://savedbylovecreations.com/2013/05/make-terrariums-galore-in-under-1-hour.html>

Haciendo una Fiesta

Mientras que algunas suculentas son comestibles, otras no lo son. En lugar de consumir las plantas, haga las suyas decorando galletas o magdalenas. Use galletas de azúcar compradas en la tienda, glaseado y diferentes puntas de glaseado para crear las diferentes texturas suculentas.

Artículos necesarios para las galletas de cactus

- Galletas de azúcar o magdalenas
- Glaseados de diferentes colores, manga pastelera o bolsitas de un cuarto de galón.

Instrucciones para decorar galletas de cactus

Si no tiene manga pastelera, puede hacer una fácilmente llenando una bolsita de plástico de un cuarto de galón y cortando un pequeño agujero en una de las esquinas. Elija el color del glaseado y comience a colocar hojas alrededor del borde de la galleta, superponiéndolas ligeramente entre sí. Mueva una capa y canalice otro círculo de hojas, dejándolas caer ligeramente sobre la primera capa. Continúe hasta que la superficie de la galleta esté cubierta. Ningún postre se verá igual, pero si cubren toda la parte superior, se verán como uno de los muchos tipos de suculentas.

El Cuidado de Dios

La madre de mi esposo se crió y vivió en la parte de Texas del Valle del Río Grande toda su vida. Le encantaba la jardinería y trabajar en la tierra. Ella jadeaba de asombro cada vez que pasaba por una planta que no había visto antes y quería saber más sobre ella. Podía nombrar las plantas por sus nombres en latín y aprendió a cuidarlas. Cuando encontraba una planta que no conocía, a menudo preguntaba si podía tener un esqueje para intentar cultivarla. Ella lo tomaría y lo cuidaría como una madre cuida a su hijo recién nacido. Ella las trasplantaría a su jardín y nos actualizaría sobre el progreso de sus plantas. Siempre me sorprendía porque esos pequeños esquejes nunca permanecían pequeños por mucho tiempo. Regresábamos para nuestra visita anual, y sus esquejes ya no eran pequeños sino plantas en toda regla.

En 2 Corintios 5:17 (NVI), el apóstol Pablo escribe: “De modo que si alguno está en Cristo, la nueva creación ha llegado: ¡lo viejo pasó, lo nuevo está aquí!”. Esto es lo que llamamos el versículo “Jesús lo cambia todo”. Una vez que Jesús ha entrado en escena, se acabó. Todo está cambiando, nace la nueva creación y lo viejo no tiene adónde ir sino desaparecer. Cuando estamos en Cristo, somos hechos nuevos. ¿Qué significa eso para nosotros? Significa que ya no somos esos pequeños recortes. Significa que alguien entró, nos amó, nos cambió y nos hizo nuevos. Significa que somos cambiados de adentro hacia afuera. La gente debería ser capaz de notar la diferencia. Es posible que no puedan identificarlo, pero deben saber que la persona que era no es la misma.

Nuestro Dios ha estado haciendo negocios “nuevos” durante mucho tiempo. En el principio, Dios creó todo. Pero mi parte favorita es cuando Él tomó el polvo de la tierra, lo sopló y creó al hombre. ¡Del polvo salimos tú y yo! Pero si no fuera por eso, tú y yo seguiríamos siendo polvo. Si no fuera por la jardinería de mi suegra, esos esquejes nunca habrían echado raíces ni florecido ni traído nueva vida a lugares nuevos y viejos. Esos esquejes que alguna vez fueron pequeños, frágiles y necesitados de cuidado ahora están floreciendo y son irreconocibles. Es algo completamente nuevo, una nueva creación asombrosa y siempre floreciente. Cuando Dios entra en nuestra vida, somos hechos nuevos.



Programas de Compañerismo

Mayo 2024 – Profundamente Arraigada en la Risa

mayo 1, 2024 Por Ashley Escobar



Noche de comedia de risas y café con leche

Escritura: Proverbios 17:22

Introducción

Organice una Noche de risas y café con leche con una cafetería y un video de comedia cristiana. Aquí hay algunos consejos:

Refrescos

- Invite a las mujeres a traer su postre favorito para compartir.
- Use una pizarra para hacer una lista de los diferentes cafés disponibles.
- Una máquina Keurig facilitará la oferta de una variedad de cafés especiales.
- Proporcione lo siguiente:
 - Variedad de cremas y leches
 - Diferentes jarabes de café
 - Crema batida
 - Salsa de caramelo y chocolate
- Proporcione opciones de café helado y caliente.
- Tenga diferentes tazas de café disponibles para que las mujeres se las lleven a casa al final de la noche.

Dependiendo de la duración del tiempo de su programa, es posible que desee obtener una vista previa de uno de los siguientes DVD de 3comedy y editarlo si es necesario. También hay extractos más cortos disponibles en YouTube. Algunas sugerencias son Chonda Pierce, Girl Talk, Anita Renfroe, "I'm Not High Maintenance, Just Low Tolerance"; Jeannie Robertson, "I Can Hear Myself Wrinkling". La comedia cristiana puede ser una experiencia nueva para muchas mujeres. Mantenga algunos Kleenex a mano para aquellos que se reirán tanto que llorarán.

Juego Adivina el Canto

Adivina del Canto es un juego divertido que disfrutan personas de todas las edades. Con música desde los años 50 hasta la actualidad, cree un juego que se adapte a sus mujeres. Puede usar YouTube o Spotify para reproducir música instrumental para que no haya letras.

Juego Cabeza Arriba

Adjunte tarjetas de palabras a una diadema con las palabras hacia afuera. El objetivo del juego es adivinar la palabra en base a las pistas proporcionadas por un compañero de equipo. Este juego está disponible en Amazon.

Medicina Para El Alma

¿Cuándo fue la última vez que te reventaste las tripas y te hiciste llorar? Las Escrituras dicen: "Un corazón alegre es buena medicina" (Proverbios 17:22), lo que hace que las carcajadas sean buenas para el cuerpo, la mente y el espíritu.

Con demasiada frecuencia, escuchamos acerca de las luchas y dificultades que enfrentamos como cristianos. Sin embargo, Dios creó la alegría y el humor. Piensa en la persona más alegre que conoces. Una persona cuya sonrisa y sentido del humor hagan que la felicidad llene la habitación. Sus vidas liberan el aroma de Cristo y te refrescan con solo estar cerca de ellos. ¿Qué los hace sonreír o reír? ¿Cómo afecta su actitud sus días y los tuyos?

Según la Clínica Mayo, más risas y carcajadas son justo lo que recetó el médico para aliviar el estrés. Este es el por qué. Ya sea que te estés riendo de una comedia de situación en la televisión o riendo en voz baja con una caricatura del periódico, reír te hace bien. La risa es una excelente forma de aliviar el estrés. Un buen sentido del humor no puede curar todas las dolencias, pero cada vez hay más datos sobre las cosas positivas que puede hacer la risa.

Una buena carcajada tiene efectos significativos a corto plazo. Cuando empiezas a reír, no solo aligera tu carga mental; induce cambios físicos en su cuerpo. La risa puede:

- Estimular muchos órganos. La risa mejora la ingesta de aire rico en oxígeno, estimula el corazón, los pulmones y los músculos, y aumenta las endorfinas liberadas por el cerebro.
- Activar y aliviar su respuesta al estrés. Una risa alegre se dispara y luego enfría su respuesta al estrés, aumentando y disminuyendo su frecuencia cardíaca y su presión arterial. ¿El resultado? Una buena sensación de relajación.
- Calmar la tensión. La risa también puede estimular la circulación y ayudar a la relajación muscular, lo que puede ayudar a reducir algunos de los síntomas físicos del estrés.

Aunque tendremos problemas en esta vida, podemos garantizar que algún día volveremos a reír. A veces, cuando todo lo que vemos son nubes que se avecinan, olvidamos que la luz del sol está justo detrás, esperando que la veamos de nuevo. De manera similar, cuando estamos deprimidos, sabemos que Dios está allí mismo, y Su gozo es accesible a través del Espíritu Santo. Aunque las dificultades duren en la noche, la alegría llega en la mañana (Salmo 30:5).

La risa es la mejor medicina. Adelante y pruebalo. Convierta las comisuras de la boca en una sonrisa y luego ríase, aunque se sienta un poco forzado. Una vez que haya tenido su risa, haga un balance de sus sentimientos. ¿Sus músculos están un poco menos tensos? ¿Se siente más relajado o optimista? Esa es la maravilla natural de reírse del trabajo.

Muchos creen que si es cristiano, debe estar sobrio y que todo debe ser muy serio. Sin embargo, eso no es verdad. Dios nos dio la capacidad de reír. El tiene sentido del humor. Solo tiene que mirar algunas de Sus creaciones para darse cuenta de que ese es el caso. Desde el pesado hipopótamo hasta las travesuras de los monos, podemos ver muchas cosas que nos hacen reír. Entonces, cuando se sienta deprimida, pídale al Señor que le permite ver el lado divertido de la vida. Recuerde, "El gozo de Jehová es vuestra fortaleza" (Neh. 8:10).

Recursos:

<https://www.mayoclinic.org/healthy-lifestyle/stress-management/in-depth/stress-relief/art-20044456>

Acerca del autor



Ashley Escobar

USA Southern Territory



Programas de Compañerismo

Junio 2024 – Profundamente Arraigada en el Descanso y la Relajación

junio 1, 2024 Por Ashley Escobar



¡Luces, CAMARA, ACCION! – Noche de Película al aire libre

Escritura: Eclesiastés 3:1

Introducción

El verano nos llama a un ritmo más lento y nos invita a disfrutar del descanso y la relajación. ¿Qué podría ser más relajante que una película durante los días del verano? Cuando las luciérnagas salen a jugar, es hora de encender las luces y organizar una noche de cine al aire libre. Una barra de palomitas de maíz, una hoguera, mantas y smores realzarán las festividades.

Barra de Palomitas

Las palomitas de maíz son imprescindibles para una noche de cine. Pinterest es un excelente recurso para una barra de palomitas de maíz. También puedes decorar la barra de palomitas de maíz según el tema de la película. Independientemente de su tema, necesitará los siguientes elementos:

- Envases o bolsas individuales para palomitas.
- Proporcione condimentos dulces y salados. Por lo general, puede encontrar algunos sabores en el pasillo de palomitas de maíz de su supermercado local. Una gama más completa de opciones está disponible en Amazon. También querrá conseguir una lata de spritzer de mantequilla. Esto hace que los condimentos se adhieran a las palomitas de maíz: compre algunas bolsas o cajas de palomitas de maíz en su tienda local de artículos para fiestas o en Amazon.
- Aquí hay una lista de ingredientes sugeridos:
 - Migas de galleta
 - M&M's
 - Pasas cubiertas de chocolate
 - Mezcla de frutos secos
 - Asperja
 - Ositos de goma
 - Pretzels

Juego

Imprima preguntas para romper el hielo con temas de películas del sitio web a continuación para fomentar la conversación a medida que llegan las mujeres. Considere colocar las preguntas en una caja de palomitas de maíz y haga que todas escogen una pregunta para responder: <https://womensministrytoolbox.com/host-a-movie-night/>

Sugerencia de Pelicula

- Seleccione una película que sea apropiada para todos los públicos. Algunas buenas películas cristianas incluyen War Roo, God's Not Dead y I Can Only Imagine.
- Las películas inspiradoras basadas en historias de la vida real también pueden ser impactantes. Solo asegúrese de que el contenido sea apropiado para todos los públicos.
- Invite a las mujeres a compartir cómo la historia las impactó personalmente y fortaleció su fe.

Actividades Adicionales

Aquí hay dos recursos que brindan actividades con temas de películas y programas completos.

- Group's Blockbuster Movie Events— retiros y noches de películas relevantes para el ministerio juvenil.
- Chick Flicks— Cena de grupo y una película Amistad, fe y diversión para grupos de mujeres.

Devocional

En el libro de los Hechos, hay una descripción clara de cómo puede ser vivir en una comunidad con otros creyentes. Compartieron comidas, oraron, adoraron y se reunieron en los hogares de los demás. En la cultura moderna, podríamos decir, "se reunían en los patios traseros y veían películas juntos como una forma de descansar y relajarse después de una ajetreada semana de trabajo. Esta es una hermosa descripción de cómo podemos mostrarnos unos a otros, como lo hace una familia.

Este "hacer la vida juntos" puede parecer diferente para muchos creyentes y, a medida que nuestra cultura cambia y cambia, hay nuevas formas de hermandad y compartir una comida. Ver una película en familia es algo relativamente normal. Tomar tiempo para los demás como creyentes, como la familia de Dios, fortalece nuestro vínculo, fortalece nuestra iglesia y, en última instancia, fortalece la comunidad a la que servimos. Se necesita tiempo para derramarse unos en otros simplemente apareciendo y haciendo vida unos con otros, tal como lo hicieron los apóstoles.

El libro de los Hechos dice que cuando los creyentes se dedicaron a la enseñanza, la comunión y el compartir de las comidas y la oración de los apóstoles, "un profundo sentimiento de asombro se apoderó de todos ellos, y los apóstoles realizaron muchas señales y prodigios". Así es como se veía y actuaba su comunidad:

"Todos los creyentes se reunían en un solo lugar y compartían todo lo que tenían. Vendieron sus propiedades y posesiones y compartieron el dinero con los necesitados. Adoraban juntos en el Templo todos los días, se reunían en los hogares para la Cena del Señor y compartían

sus comidas con gran alegría y generosidad, mientras alababan a Dios y disfrutaban de la buena voluntad de todas las personas. Y cada día el Señor añadía a su comunión los que iban siendo salvos” (Hechos 2:43-47).

Un hermoso mosaico, un vitral del pueblo de Dios reuniéndose en armonía unos con otros. No hay una imagen más hermosa que esta. Hoy, el vitral incluiría palomitas de maíz y risas.

Acerca del autor



Ashley Escobar

USA Southern Territory



Programas de Compañerismo

Julio 2024 – Profundamente arraigada en la familia

julio 1, 2024 Por Captain Stephanie Hargis



Viaje por Carretera al Parque Nacional

Escritura: Mateo 11:28

Introducción

No hay nada como hacer un largo viaje familiar por carretera a un nuevo destino. Un viaje familiar por carretera al Parque Nacional es una excelente manera de ver la belleza de la

creación de Dios y crear nuevos recuerdos familiares.

Transforme su espacio de reunión en una aventura en la naturaleza con artículos para fiestas de Amazon o Etsy.

Ideas de Programa

- Las preguntas sobre el viaje por carretera se pueden usar para romper el hielo al comienzo del programa: <https://www.liveawilderlife.com/fun-road-trip-questions/>
- Invite a un profesional de viajes a presentar un programa sobre aventuras de viajes familiares por carretera disponibles en su área.
- Invite a un orador invitado del Servicio de Parques para presentar un programa sobre la vida silvestre local.
- Tome un paseo por la naturaleza a través de un parque o reserva local para un búsqueda de tesoro en la naturaleza: <https://happymomhacks.com/scavenger-hunt-for-kids-teens-nature-neighborhood/>
- Si las mujeres no tienen buena movilidad, juegue Bingo de la naturaleza. https://www.google.com/search?q=nature+bingo&rlz=1C1CHBF_enUS894US894&oq=

Dramatización - “Un día maravilloso para los árboles”: [Dramatizacion_UnDiaMaravillosoArboles](#)

Refrescos:

- Proporcione una barra de mezcla de frutos secos casera con componentes como plátanos deshidratados, peces dorados, nueces mixtas, M&M y arándanos deshidratados.
- Encienda una fogata y haga smores”. Las combinaciones creativas de smores se pueden encontrar en Pinterest.

Un viaje por carretera

¿Cuál es tu parte favorita de un viaje por carretera? Tal vez sea visitar lugares históricos, comprar recuerdos memorables para conmemorar el viaje o probar todos los sabores de la comida local que encuentre en el camino a su destino.

Cuando uno realiza un viaje por carretera, espera que su destino esté lleno de todo tipo de cosas emocionantes para ver. No nos limitamos a esperar a llegar a nuestro destino para empezar a hacer turismo. Comenzamos a asimilar todo lo que vemos en el camino, desde cómo cambian las nubes o cómo desaparece el cielo mientras conduce a través de una cadena montañosa, o incluso cómo cambian los árboles. Tal vez comenzó con palmeras y

luego se encontró en un parque nacional lleno de muchas secuoyas altas. En la mayoría de los casos, sin importar a dónde viaje, siempre puede estar seguro de que se encontrará con algún tipo de árbol.

¿Sabía que las raíces de un árbol deben absorber oxígeno para sobrevivir? ¿O que las raíces anclan el árbol al suelo para que las hojas se eleven y puedan recibir todos los rayos del sol? Las raíces del árbol también proporcionan almacenamiento. Las raíces almacenan nutrientes y alimentos durante el invierno para que puedan producir hojas verdes saludables en la primavera. Un árbol necesita tener raíces sanas porque, sin ellas, un árbol no podría mantenerse erguido y se caería. Si las raíces de un árbol no reciben el mejor cuidado, el árbol no puede prosperar y no podrá proporcionar el oxígeno vital que tú y yo respiramos.

Mateo 11:28 dice: “Venid a mí todos los que estáis trabajados y cargados, y yo os haré descansar”. El sábado es una disciplina tan hermosa. Nos realinea recordar que Él es Dios, y nosotros no. Es importante porque podemos conectarnos con la fuente que nos da el aliento en nuestros pulmones, y cultiva raíces en la tierra profunda. Un árbol crece alto y fuerte debido a las raíces plantadas debajo de él.

De la misma manera, nosotras también crecemos en nuestra relación con el Señor a medida que lo buscamos para descansar y reponernos. Esto puede parecer pasar una hora tranquila a solas en oración, leyendo o escribiendo Su Palabra, o incluso estar quieto en Su presencia. Un gran libro sobre el sábado es “El descanso de Dios” de Mark Buchanan. En su libro, Marcos explica la importancia del sábado. Esta hermosa disciplina está hecha para que nos entreguemos. El sábado está destinado a ser nuestro escape. En lugar de huir o buscar el siguiente día de vacaciones para encontrar descanso, vemos la solución en la creación del sábado por parte de Dios. Él nos invita a entrar y dice: “Venid a mí todos los que estáis trabajados y cargados, y yo os haré descansar”.

Cuando hacemos un viaje, normalmente no viajamos solos. Nos gusta ir con alguien con quien podamos compartir la experiencia. Las personas que nos acompañan en estos viajes por carretera son personas a las que hemos llegado a conocer y con las que hemos construido una base. En muchos casos, estas personas han visto lo bueno, lo malo y lo feo y aun así disfrutan de nuestra compañía. Caminamos unos con otros, compartimos las cargas de los demás y celebramos las alegrías de los demás.

Un profesor de ecología forestal descubrió que cuando los insectos dañan un abeto, pueden enviar señales de advertencia químicas a un pino cercano. Lo que es aún más fascinante es que el pino comenzó a producir enzimas de defensa para protegerse de lastimarse, al igual que el abeto. Sin esto, los insectos podrían haberse apoderado de muchos árboles. De la misma manera, tú y yo nos ayudamos mutuamente en este viaje por carretera de la vida. Nuestras profundas raíces en el Salvador nos permiten conectarnos para que podamos ayudarnos unos a otros cuando nuestra vida se ve amenazada por lo desconocido. Necesitamos tener personas a nuestro lado que nos desafíen, nos alienten y nos ayuden a tener raíces profundas en Jesús. Cuando tenemos esas raíces profundas, lo desconocido no

nos estorba ni nos sacude. Nos permite permanecer firmemente plantados donde estamos. Los árboles se doblan con el viento y se sacuden las hojas, pero no se rompen tan fácilmente.

Ya sea que esté planeando un viaje por carretera o haciendo mandados por la ciudad, no olvide tomarse un momento para fijar la vista en los hermosos árboles. Que le recuerden lo importante que es estar arraigada en Jesús. A medida que avanza en su rutina diaria, espero que se tome un tiempo para alejarse y encontrar descanso y consuelo en todo lo que el Señor tiene para usted. Encuentre una amiga, alguien en quien confíe, y apóyense la una en la otra. Llevar las cargas de las demás, animarse unas a otras y ayudarse unas a otras a continuar desarrollando profundas raíces en Jesús. Esas raíces profundas mantendrán nuestras vidas enraizadas mientras experimentamos pruebas y desafíos. Cuando llegan esas pruebas y desafíos o cuando sentimos la necesidad de alejarnos, el Señor nos está invitando a que nos vayamos con Él. "Venid a mí todos los que estáis trabajados y cargados y yo os haré descansar". Mateo 11:28.

Acerca del autor



Captain Stephanie Hargis

USA Southern Territory



Programas de Compañerismo

Agosto 2024 – Profundamente Arraigada en la Nostalgia

agosto 1, 2024 Por Captain LeAnna Marion



Fiesta de Picnic Clasica

Escritura: Eclesiastés 3:12-13

Introducción

¿Recuerda los picnics a la antigua? Para muchas de nosotras, los recuerdos de la infancia involucran picnics, volar cometas en espacios abiertos, viajes de verano por carretera al lago,

un día en el parque, viajes al zoológico o un paseo por el campo para experimentar el esplendor de la magnífica creación de Dios. .

Hace un siglo, cuando se le preguntó a Henry Ward Beecher cómo podíamos mejorar nuestra nación, respondió: "Multiplicar los picnics". Un picnic a la antigua es una excelente manera de celebrar el verano. Las comidas campestres o clásicas tipo barbacoa combinadas con actividades como carreras de sacos, pintura de caras y carreras de huevos y cucharas pueden ser una celebración encantadora y nostálgica.

Menú

Sirva un menú temático de comida al aire libre, que incluye hamburguesas, perritos calientes, pollo u otras carnes a la parrilla favoritas. Invite a las mujeres a traer guarniciones tradicionales de picnic, como ensalada de papa, frijoles horneados, ensalada de col, papas fritas y sandía. Para el postre, el verano y el pastel de manzana van bien juntos. Prepare una jarra grande de limonada o coloca botellas de limonada individuales.

Sirva la comida en canastas de plástico rojo forradas con servilletas a cuadros rojos y blancos o papel pergamino.

Decoraciones

No es necesario exagerar con la decoración porque la idea es una celebración de los tiempos más simples de antaño. Agregue algunos toques, como manteles a cuadros rojos y blancos y globos: muestre botellas de refresco antiguas en un cubo de hielo galvanizado.

Juegos

Organice juegos en los que las familias puedan participar juntas. Los juegos de picnic clásicos favoritos incluyen carreras de sacos, carreras de tres piernas y relevos de carretillas. Un juego de béisbol o dodgeball también es un gran juego orientado al equipo.

Para los menos móviles, tenga juegos de palabras o preguntas. Una actividad divertida para adultos y niños por igual es jugar al bingo.

Los premios para los juegos pueden ser cajas de Cracker Jack, cuerdas para saltar, un juego de jacks o tiza para la acera. Las mezclas de limonada en frascos para conservas son otro regalo divertido para los invitados al picnic de verano.

Devocional:

Eclesiastés 3:12-13 dice: "Sé que no hay nada mejor para los hombres que ser felices y hacer el bien mientras viven. Que cada uno de ellos coma y beba y halle satisfacción en todo su trabajo: este es el don de Dios".

En Return to Family Picnics, Russell Cronkhite escribe: “¿Puedes oír la risa? ¿Puedes ver las mesas cubiertas de tela llenas de una gran variedad de ensaladas frescas, platos llenos de pollo frito o jamón glaseado y tazones llenos de productos frescos? ¿Puedes saborear el simple placer de los sándwiches caseros estilo delicatessen con el toque justo de mostaza y mayonesa cremosa, perfectamente combinados con esas papas fritas crujientes y saladas y la cerveza de raíz fría y dulce? ¿Puedes oler el humo de la madera cuando las costillas chisporrotean en la parrilla? ¿Puedes oír las voces amistosas que te llaman a las mesas con jarras de cuentas de té helado endulzado y esos postres caseros y deliciosos?”

Tal vez nada invoque la nostalgia de los picnics pasados como una receta familiar atesorada. ¿Quién puede decirme qué hace que la cocina de la abuela sea la mejor? El amor, el cuidado y el tiempo que le dedicó. Creo que todas podemos estar de acuerdo en que hay algo especial en las recetas de la abuela. Recientemente, mi mamá me envió una foto de la receta de Mississippi Mud Cake de mi abuela. En la tarjeta de recetas había un ingrediente del que había oído hablar pero que nunca había comprado. ¿Puede adivinar lo que era? Oleo. Es una antigua marca de margarina utilizada como sustituto de la mantequilla. Nunca tuve la oportunidad de ver a mi abuela hacer su pastel y, de hecho, no tengo muchos recuerdos de ella. Sin embargo, sé que ella era una soldado fiel, amaba a Jesús e hizo un delicioso pastel de barro Mississippi.

Hornear un pastel ha recorrido un largo camino desde los días de mi abuela. Solía tomar muchas horas trabajando duro en la cocina. Nuestra escritura de hoy de Eclesiastés 3: 12-13 dice: “Sé que no hay nada mejor para las personas que ser felices y hacer el bien mientras viven. Que cada uno de ellos coma y beba y halle satisfacción en todo su trabajo: este es el don de Dios”. Mi abuela siempre encontró alegría en el trabajo de hornear para su familia. Era algo que requería tiempo, esfuerzo y, a veces, un poco de sudor, pero estaba feliz de hacerlo por sus seres queridos. Ver a su familia disfrutar el producto de sus arduos esfuerzos le trajo mucha alegría y felicidad.

¿Cuál es la diferencia entre alegría y felicidad? La alegría y la felicidad son dos emociones diferentes que son similares pero en realidad muy diferentes. La alegría se atribuye a algo muy consistente e interno, mientras que la felicidad tiende a desencadenarse por circunstancias externas.

El gozo es parte de nuestra naturaleza interior como cristianos que proviene de tener una relación con Jesús. La felicidad solo se puede lograr en la tierra, mientras que la alegría es espiritual y solo se puede lograr a través del amor de Cristo. La alegría es un fruto espiritual que nos da el Espíritu Santo. El gozo no solo se alcanza aquí en la tierra, sino que también es algo que conectamos con Dios porque nos lo da el Espíritu. En Gálatas 5:22, Pablo escribe: “Mas el fruto del Espíritu es amor, gozo, paz, paciencia, benignidad, bondad, fidelidad”.

Al igual que mi abuela, podemos sentirnos felices cuando alguien disfruta de nuestra comida, pero la alegría nos permite estar alegres cuando nuestros brownies parecen un holocausto. La alegría nos permite vivir plenamente Eclesiastés 3, 12-13: “Sé que no hay nada mejor para

los hombres que ser felices y hacer el bien mientras viven. Que cada uno de ellos coma y beba y halle satisfacción en todo su trabajo: este es el don de Dios”.

En palabras de Russell Cronkhite, “Entonces, ¿qué estás esperando? Llama a algunos amigos y empaca a la familia. Tome el balón de fútbol, el frisbee, la cometa, o los tres. Apague el teléfono celular, empaque el cesto y diríjase al jardín... o al otro lado de la ciudad hacia el parque... o al campo. Luego extienda la manta, saque las golosinas y celebre este glorioso día con las personas que ama. ¡Todo lo que tienes que agregar es la limonada!”

Recursos:

“A Return to Family Picnics” 2005 por Russell E. Cronkhite publicado por Multnomah Gifts, una división de Multnomah Publishers, Inc.

<https://www.christianity.com/wiki/christian-life/what-is-the-difference-between-joy-and-happiness.html>

<https://www.thespruce.com/old-fashioned-picnic-party-guide-2104160>



Programas de Compañerismo

Septiembre 2024 – Profundamente Arraigada en la Tradición

septiembre 1, 2024 Por Major Susie Erickson



Tailgates y Touchdowns Celebración de fútbol

Escritura: 1 Corintios 10:31

Introducción

Tailgating es una querida tradición estadounidense que se describe mejor como una fiesta de toda la temporada los sábados de fútbol americano universitario en el otoño. Es un ritual de

otoño firmemente establecido que se ha convertido en la reunión familiar definitiva, y todos están invitados. Los sellos distintivos de una fiesta épica en el portón trasero son la excelente comida, los equipos legendarios y las preciadas tradiciones.

En *The Official Tailgating Cookbook* de Southern Living, Rebecca Kracke Gordon escribe: “Todos quieren ser invitados a ser parte de algo grandioso, espectacular y arraigado en la tradición. Mi política siempre ha sido inclusiva cuando se trata de seguir platos de parrilladas y platos de pollo frito, ya sea que se comparta con amigos o incluso con extraños”.

Las mujeres quieren lo mismo: un lugar de conexión, pertenencia y comunidad. Les encantan palabras como auténtico, transparente y relevante. Quieren reunirse con personas que los aman de verdad. Quieren comer juntos y contar historias que los hagan reír hasta llorar.

Quite el polvo de las sillas de jardín, encienda la parrilla e invite a las mujeres a reunirse en el estacionamiento de Corps para una fiesta en la puerta trasera. Considere pedirle a toda la familia Corps que celebre el final del verano y comience la temporada de otoño.

Ideas de Programa

Haga todo lo posible y cree un ambiente de fiesta en el estacionamiento del cuerpo. Trabaje con su programa de fútbol local para usar mascotas, túneles y camisetas para crear una fiesta épica en la puerta trasera. Anime a los participantes a mostrar espíritu de equipo vistiendo los colores de su equipo. Las tiendas de artículos para fiestas también tienen accesorios para el portón trasero. Piense en chupar rueda como organizar un picnic en el estacionamiento detrás de su automóvil. Traiga todo lo necesario para que funcione, incluyendo comida, bebidas, sillas, dosel, parrilla, servilletas, música y juegos.

Tailgating tiene que ver con compartir y probar. Proporcione alimentos esenciales para el portón trasero, como perritos calientes y hamburguesas a la parrilla, pero invite a las mujeres a traer sus guarniciones y postres favoritos del portón trasero. Dado que tailgating es algo comunitario, ¿podría alentarlos a traer suficiente para compartir?

Tailgating es un gran lugar para presentar nuevas personas al cuerpo. Si vives en una ciudad universitaria, únete a las festividades en el campus y organiza tu fiesta de tailgating. Regale comida gratis y distribuya información sobre el cuerpo.

Comparta “Los 10 mandamientos del fanático del fútbol americano universitario” como una manera divertida de dar inicio a las festividades del evento.

www.southernliving.com/culture/10-commandments-of-college-football-fandom

Devocional:

Es fácil identificar a un súper fanático durante la temporada de fútbol. No hay duda sobre su lealtad. Ella es la chica vestida con los colores del equipo con joyas y lápiz labial a juego. Su auto está adornado con banderas de autos, pompones y una placa universitaria. No deje que

la sonrisa descarada detrás del lápiz labial le engañe. Puede pasar de encantadora a intransigente en un abrir y cerrar de ojos cuando su equipo pierde el balón.

Nuestra escritura de hoy dice: "Así que, ya sea que coman o beban, o hagan cualquier otra cosa, háganlo todo para la gloria de Dios" 1 Corintios 10:31.

¿Ve la pequeña palabra de cinco letras en la segunda mitad de la oración? La palabra TODOS significa que cada aspecto de nuestras vidas debe traer gloria a Dios. Nuestro comer. Nuestra bebida. Nuestro ir y venir. Y sí, animar a nuestro equipo favorito debería traer gloria a Dios.

Tim Tebow es un jugador de fútbol americano que expresa abiertamente su fe cristiana arrodillándose para orar durante los partidos. Tebow jugó fútbol americano universitario en Florida, convirtiéndose en el primer estudiante de segundo año en ganar el Trofeo Heisman y llevando a su equipo a dos victorias en el Campeonato Nacional BCS. Después de su carrera universitaria, ostentaba los récords de la Conferencia del Sureste en eficiencia de pases y touchdowns por tierra, TODO para la gloria de Dios.

Su propensión a arrodillarse en los campos de fútbol para ofrecer oraciones de gratitud y acción de gracias a Dios le ha valido el título de marca registrada de "Tebowing".

¿Ha considerado alguna vez cómo podría traer gloria a Dios en su diario vivir?

- Ir a trabajar para la gloria de Dios.
- Interactuar con colegas para la gloria de Dios.
- Compartir publicaciones de Facebook para la gloria de Dios.
- Manejar en hora pico para la gloria de Dios.
- Comer y beber para la gloria de Dios.
- Animar a su equipo favorito para la gloria de Dios.

Le invito a hacer un poco de "Tebowing" y orar para que Dios le ayude a darle gloria en todo lo que haga.

Recursos:

<https://www.southernliving.com/holidays-occasions/tailgating/tailgate-food-safety>

Acerca del autor



Major Susie Erickson

USA Southern Territory

Programas de Servicio



»Bendito el hombre que confía en el Señor y pone su confianza en él.
Será como un árbol plantado junto al agua que extiende sus raíces hacia la corriente;

Jeremías 17:7-8





Programas de Servicio

Octubre 2023 – Un Cordón de Tres Hilos

octubre 1, 2023 Por Stephanie Bridgeo



Escritura: Eclesiastés 4:9-12

Introducción

Individualmente podemos trabajar duro y lograr mucho. Pero somos mucho mejores cuando

trabajamos juntos.

Refrescos

Invite a las mujeres a traer un plato para compartir. El cuerpo podría proporcionar pastelitos rosas y azules.

Decoraciones

Decore usando un tema de baby shower, con manteles rosas y azules. Coloque una canasta llena de productos para el cuidado del bebé al frente de la habitación y una canasta vacía en cada mesa como pieza central.

Proyecto de Servicio

Invite a las mujeres a llevar productos de bebé para llenar las canastas vacías de su mesa, las cuales serán compartidos a través de visitas del Ministerio de Cuidado Comunitario, a través de la oficina de servicios sociales o albergues materno-infantiles. Nuestras comunidades son más fuertes cuando nos preocupamos por los más vulnerables.

Como creyentes, estamos llamados a mostrar amistad con nuestro prójimo. Alcanzar a los perdidos o solitarios con el amor de Jesús es de lo que se trata ser un amigo. Una canasta de bebé que se le da a una nueva madre puede traer esperanza y la seguridad de que no está sola en la crianza de su hijo. Las canastas para bebés pueden ser tan simples o tan elaboradas como quieras. Recuerde, no se trata de cómo se ve la canasta. Es el mensaje detrás de esto que no están solos.

¿Qué puedo hacer en mi comunidad para ser de ayuda?

Uno de los grupos más vulnerables en nuestras comunidades son los bebés. Apoyemos a las nuevas mamás con algunos recursos útiles a medida que crían a la próxima generación. Puede proporcionar kits para nuevas mamás o nuevos bebés como un proyecto de servicio a su hospital local. Una simple canasta de pañales, toallitas húmedas, termómetro, cobijas y una tarjeta escrita a mano de felicitaciones para la nueva mamá puede ser un gran negocio. Incluya gel de baño o loción en la canasta para la mamá. Apoyar a los más vulnerables de nuestra comunidad es una excelente manera de retribuir. A menudo pensamos que no tenemos nada para dar, pero eso no es cierto. Somos mejores juntos cuando nos apoyamos unos a otros.

Juego

Pida a todas que dibujen un tablero de tres en raya en una hoja de papel. Escriba al azar el nombre de un producto para el cuidado del bebé en cada uno de los nueve espacios en blanco. A medida que el líder dice artículos para bebés, los participantes pueden dibujar una

X sobre los artículos enumerados. El primero en obtener tres X seguidas gana un premio. Puedes seguir jugando este juego hasta que llegues a “cubrir todo” de las 9 casillas si tienes suficientes premios y tiempo.

Actividad de Compartir

Pida a las mujeres que compartan un recuerdo especial de cómo alguien las ayudó cuando eran nuevas madres. Tal vez incluso compartir lo difícil que fue para ellas pedir ayuda. Como queremos ser sensibles a aquellos que no tienen hijos, modifique su actividad de compartir según sea necesario. En esos casos, pregunte a las mujeres cómo podrían ayudar a una nueva madre, incluso si ella no ha pedido ayuda específicamente.

- Otros versículos de las Escrituras para animar a las nuevas madres
- “Antes de formarte en el vientre, ya te había elegido; antes de que nacieras, ya te había apartado; te había nombrado profeta para las naciones.” Jeremías 1:5 (NVI)
- “Por eso, anímense y edifíquense unos a otros, tal como lo vienen haciendo...” 1 Tesalonicenses 5:11 (NVI)
- “Tú creaste mis entrañas; me formaste en el vientre de mi madre...” Salmo 139:13-15(NVI)
- “El hierro se afila con el hierro, y el hombre en el trato con el hombre.” Proverbios 27:17 (NVI)
- “Más valen dos que uno, porque obtienen más fruto de su esfuerzo. Si caen, el uno levanta al otro. ¡Ay del que cae y no tiene quien lo levante!” Eclesiastés 4:9-10 (NVI)

Un cordón de tres hilos

Cuando era adolescente, solía cuidar a una niña que era furiosamente independiente. Amy a menudo me decía: “Hacerlo yo misma, Stephy, hacerlo yo misma”. Estoy segura de que puede imaginar el tipo de líos o percances en los que nos metimos cuando la dejé hacer todo por sí misma. Hubieron momentos en que necesitaba un poco de ayuda, pero era demasiado terca para aceptarla. Eventualmente, se dio cuenta de que para obtener lo que quería, solo necesitaba un poco de ayuda. Nos lleva tiempo madurar y desarrollar todas las habilidades que necesitamos en la vida y, a menudo, necesitamos un poco de ayuda.

Los robles tardan entre 30 y 40 años en comenzar a madurar y producir semillas de bellota. Estas semillas luego se convierten en árboles poderosos que proporcionan alimento para los animales y recursos para nosotros. Todas estas pequeñas bellotas del único árbol brindan innumerables oportunidades de uso que disfrutamos a diario. De hecho, los robles brindan apoyo a más formas de vida que cualquier otro árbol en América del Norte. La pequeña bellota produce algo poderoso. En la Biblia, también vemos un ejemplo de fuerza en los números.

Eclesiastés 4:9-12 dice: “Mejores son dos que uno, porque tienen mejor retribución por su trabajo: si alguno de ellos cae, el uno puede ayudar al otro a levantarse. Pero compadécete de los que se caen y no tienen a nadie que los ayude a levantarse. Además, si dos se acuestan juntos, se mantendrán calientes. Pero, ¿cómo se calentará uno solo? Aunque uno puede ser vencido, dos pueden defenderse. Un cordón de tres dobleces no se rompe rápidamente.”

A menudo, usted y yo sentimos lo mismo que Amy: “Hacerlo yo misma, hacerlo yo misma”. Es posible que nos hayan hecho creer falsamente que aceptar ayuda es un signo de debilidad o que somos menos cuando permitimos que otros nos ayuden. Sin embargo, el Señor nos hizo para vivir en comunidad y ser una bendición los unos para los otros. Vemos este ejemplo muchas veces a lo largo de la Biblia. En Éxodo 4 cuando Moisés le dice al Señor que no es elocuente y no se siente cómodo hablando con la gente, Dios le recuerda que tiene a su hermano Aarón para ayudarlo. De hecho, Dios está irritado con Moisés porque no tenía la intención de usar a Aarón para ayudarlo. Tenemos todo tipo de personas a nuestro lado que pueden ser de bendición para nosotros. Nos cansamos e incluso podemos volvernos resentidas sintiendo que Dios no está haciendo mucho para ayudarnos, cuando la respuesta ha estado justo frente a nosotras. Él nos ha dado nuestra familia natural así como nuestra familia espiritual para ayudarnos en tiempos de necesidad. Es verdaderamente una bendición para nosotros y para aquellos que intervienen para ayudar. A todo el mundo le gusta sentirse visto y necesitado. Cuando pasamos por alto los dones y las fortalezas que tienen quienes nos rodean, nos lo perdemos. Sin duda estamos mejor juntas.

Aquí hay algunos consejos para aceptar y dar ayuda:

Aceptando

- 1 No se disculpe por pedir ayuda. Las personas siempre pueden decir que no si no pueden ayudar.
- 2 Hágalo personal; no pregunte por mensaje de texto o correo electrónico. Llámelos o hable con ellos cara a cara.
- 3 Respire profundo y relájese, es valiosa e importante y a la gente le encanta dar y ayudar, solo esperan que se les pida.

Dando

- 1 En lugar de preguntar ¿qué necesitas? Tenga algunas ideas de lo que puede ofrecer. Cuando las personas están en crisis, su cerebro no puede procesar la resolución de problemas para saber completamente qué es más útil, lo que podría estresarlos aún más. Por ejemplo, me encantaría cortarle el césped durante las próximas 2 semanas para que pueda recuperarse de la cirugía. Me encantaría pagar una niñera o cuidar a tus hijos para que puedas descansar un poco.
- 2 No se ofenda si las personas rechazan la ayuda, es posible que no estén listas.

- 3 Sea un oído atento de compasión. A veces, todo lo que la gente necesita es alguien con quien hablar y escucharlos.

Oración

Gracias, Señor, por la bendición de la comunidad. Gracias por crearnos para estar en relación contigo y con los demás y para dar amor a nuestro prójimo. Señor, gracias por bendecirnos y ayudarnos a ser una bendición para los demás. Amén.



Programas de Servicio

Noviembre 2023 – Historia Arraigada En El Futuro

noviembre 1, 2023 Por Captain Betzy Hanson



Escritura: Salmo 33:12–15, Juan 10:18, Romanos 5:8, Mateo 25:37–40

Introducción

Cada año, el 11 de noviembre, celebramos el Día de los Veteranos. Honramos a aquellos que han servido en el ejército para defender y proteger nuestro país y nuestras libertades. Este

proyecto de servicio es una excelente manera de agradecerles todo lo que han hecho por nosotros.

Ideas para Refrescos

El siguiente sitio web ofrece excelentes recetas para ideas de comida patriótica.



[40 Patriotic Recipes for Your 4th of July Cookout](#)

Decoraciones

Los tarros de albañil a menudo se pueden encontrar en la cocina del cuerpo, o las mujeres pueden estar dispuestas a donar algunos de sus hogares. Agregue arroz teñido de rojo a los frascos, junto con pequeñas banderas estadounidenses. Los manteles blancos simples harían resaltar los centros de mesa. Esparza dulces blancos y azules en las mesas como un refrigerio divertido. Imprima citas del Día de los Veteranos y pídale a las mujeres que las compartan cuando armen los frascos. El siguiente sitio web es una buena fuente de citas:

<https://www.countryliving.com/life/g24793588/veteran-day-quotes/>.

Proyecto de Servicio

Manualidades con tarros Mason

El siguiente sitio web tiene artículos adicionales para manualidades fáciles con tarros de albañilería, que podrían distribuirse a una instalación de VA.



[40 Mason Jar 4th of July Crafts](#)

Tazas de chocolate caliente

Prepare pequeñas bolsas de regalo que contengan tazas de chocolate caliente rellenas con una mezcla de chocolate caliente y malvaviscos. Agregue tarjetas alentadoras que las mujeres hayan escrito agradeciendo a los veteranos por su servicio y asegurándoles que no han sido olvidadas. Entregue las bolsas a una instalación de VA.

Opciones de oradores invitados

Sería inspirador e informativo preguntarle a un veterano local o ver un video de un veterano hablando sobre por qué sirvieron. Los enlaces a continuación contienen un testimonio y

algunos hechos históricos sobre el Día de los Veteranos.

- <https://www.youtube.com/watch?v=sEvkJRPv4TQ>
- https://www.youtube.com/watch?v=n1wwJv_ndGM
- <https://www.youtube.com/watch?v=mWD4Oy6fKlo>

Una Vida de Servicio

Algo de lo que aprendí sobre el Día de los Veteranos lo aprendí en la escuela. Pero la mayor parte de lo que aprendí fue de mi Padre, que ama la historia. Como familia, asistimos a los desfiles del Día de los Veteranos, recorrimos antiguas bases militares y búnkeres en el norte de California y disfrutamos viendo tanques antiguos. Sin embargo, no fue hasta que me casé con mi esposo que escuché historias personales sobre militares.

Mi suegro y mi suegra procedían de familias de militares. Se conocieron en la piscina de Fort Benning cuando eran adolescentes. El abuelo de mi esposo sirvió en el ejército de los Estados Unidos. El Coronel Don Hanson sirvió fielmente, y aunque nunca tuve la oportunidad de conocerlo, su bandera se exhibe con orgullo en nuestra sala de estar. El teniente coronel Don Vest también sirvió en el ejército y compartió sus historias conmigo cada vez que lo veía. Además, mi esposo tiene muchos tíos y tías que son veteranos. Cuando hablo con ellos, puedo sentir un sentimiento de orgullo por servir a nuestro país. Pero, a medida que comparten sus historias de guerra, el dolor de perder amigos y ver las bajas de la guerra también es evidente.

Servir a nuestra nación tiene un costo. Todos los veteranos de nuestro país estaban dispuestos a dar su vida por este país y su gente. Qué acto desinteresado de servicio. Cuando un nuevo miembro del Ejército se une a una rama militar, presta juramento y promete "apoyar y defender la Constitución de los Estados Unidos contra todos los enemigos, extranjeros y nacionales". (<https://www.todaymilitary.com/joining-eligibility/enlisting-military>)

Nuestros veteranos trabajaron duro, pasaron tiempo lejos de sus familias y enfrentaron peligros que a menudo los persiguen durante años. Sin embargo, se sacrificaron por las libertades que ahora tenemos, lo cual es motivo para estar agradecidos con ellos. Vivimos en una gran nación, puede que no sea perfecta, pero es una gran nación (Salmo 33:12). Tenemos muchas libertades y derechos en nuestro país debido a los sacrificios hechos por los veteranos.

Cuando miramos la Biblia, vemos que Jesús voluntariamente dio su vida por nosotros (Juan 10:18). Jesús fue el último sacrificio por nuestra libertad de pecado. Jesús mostró su amor al morir en una cruz. Jesús es el principal ejemplo de cómo debemos servir. Saber que Cristo es nuestro ejemplo de servicio y que Él sacrificó Su vida por nosotros debería ser suficiente para que digamos gracias y vivamos una vida de agradecimiento. Dios nos amó aun cuando éramos pecadores (Romanos 5:8). Nuestro deseo debe ser servir a los demás siguiendo el

ejemplo de Jesús. De buena gana, debemos dar de nosotros mismos para ayudar a los necesitados, al igual que nuestros veteranos se dieron a sí mismos y dedicaron su vida a servir a nuestro país. También debemos dar nuestra vida para servir a nuestro Padre celestial y ayudar a aquellos a quienes Él nos ha llamado a servir. Cuando servimos a los que nos rodean en el cuerpo o en nuestra comunidad, recordemos que los estamos sirviendo en el nombre de Jesús (Mateo 25: 37-40).

A medida que crece la próxima generación, nuestro trabajo es enseñarles que Jesús es nuestro máximo ejemplo de vivir una vida de servicio a los demás. Sabiendo esto, podemos mostrarles que los veteranos son un ejemplo moderno de vivir una vida de servicio. Así que mientras entregamos estos pequeños obsequios de agradecimiento a nuestros veteranos, recordemos agradecerles personalmente por su servicio.

Oremos

Padre Dios, hoy vengo ante Ti para darte las gracias. Gracias por amarnos y salvarnos. Padre, gracias por nuestros veteranos. Dios, te pido que bendigas a los hombres y mujeres que han dedicado su vida al servicio de nuestro país. Oro para que les des Tu paz. Gracias por darles el deseo de servir. Dios, oro para que envíes Tu protección a los que aún sirven y envíes Tu mano sanadora a los que sufren. Oro para que fortalezcas a sus familias y brindes consuelo a aquellos que han perdido a sus seres queridos y amigos. Te amamos, Dios. Gracias por escucharnos. Amén.



Programas de Servicio

Diciembre 2023 – O Árbol de Navidad

diciembre 1, 2023 Por Captain Marjorie Miller



Escritura: Isaías 11:1-10.

Decoraciones

Ponga tres árboles de diferentes alturas en la mesa de refrescos. Coloque un corredor o arpillera alrededor de los árboles. Use rondas de madera como manteles individuales debajo de los bocadillos y bebidas.

Ideas de Refrescos

Consulte Pinterest para obtener recetas con las siguientes sugerencias:

- Pastel de troncos de Navidad
- Fondue de chocolate con palitos de pretzel para mojar
- Sidra de manzana con palitos de canela

Manualidad

Tarjetas/etiquetas de bomba de semillas de cortador de galletas

Vean el sitio web: <https://www.backwoodsmama.com/2022/01/heart-shaped-seed-bombs.html>

Materiales necesarios

- Arcilla de secado al aire (Crayola fabrica arcilla de secado al aire que se puede comprar en Michael, Hobby Lobby, Jo-Ann Stores o en Amazon)
- tierra para macetas
- semillas de flores silvestres
- Cortadores de galletas de Navidad

Para conocer las cantidades y las direcciones exactas, consulte el sitio web anterior.

Las bombas de semillas terminadas podrían usarse en tarjetas de Navidad o como etiquetas de regalo. Las tarjetas se pueden hacer con cartulina, marcadores y lápices de colores. Incluya la información de que el agua descompondrá la cápsula cuando la bomba de semillas se disperse en la naturaleza, permitiendo que las semillas germinen y crezcan; distribuya el producto terminado a los miembros de la Junta Asesora, la congregación o los miembros de la tropa.

Ideas de Proyectos de Servicio

- Decorar el árbol de la capilla del cuerpo o de la oficina de servicio social. Use este tiempo para revisar también las decoraciones, descartando las rotas.

- Ayude a decorar árboles de Navidad para miembros del cuerpo o miembros del ministerio de mujeres que están encerrados, enfermos o necesitan ayuda adicional.
- Decore pequeños árboles de mesa como centros de mesa para comidas colectivas servidas en el cuerpo, un refugio o un hogar de convalecientes.
- Como grupo, compre árboles artificiales y decoraciones. Dónelos a un refugio local para mujeres. Organice un momento en el que puedan decorar el árbol con las mujeres que viven en el refugio como grupo.
- Si el cuerpo usa árboles de Navidad reales o flores de Pascua vivas, coordine un horario para que los voluntarios los rieguen y limpien las agujas de pino que caigan.

Juegos de Competencia

- ¿Quién puede ensartar la mayor cantidad de palomitas de maíz y arándanos en un minuto?
- ¿Quién puede dibujar el mejor árbol de Navidad poniéndose un plato de papel en la cabeza y dibujando sin mirar?
- ¿Quién puede construir el mejor árbol con bloques Legos®?

Regalos/Premios

Ate un par de mitones con cinta y un palito de canela.

Canto

“Oh Árbol de Navidad.” Busque en YouTube un video de esta canción.

Actividad

Imprima Isaías 11:1–10 y entregue una copia a cada mujer. Pídales que escriban algunas cosas que les impresionen sobre la profecía de la venida de Jesús. Ejemplo: El Espíritu de sabiduría y entendimiento reposará sobre Él. Aunque esta escritura será difícil de entender para muchos, deberían obtener una mejor comprensión después de escuchar el devocional. Considere volver a esta escritura siguiendo el devocional y discutiendo o respondiendo preguntas sobre “el Tocón de Jesé” y el cumplimiento de la profecía en Jesús.

El tocón de Jesse

Durante el Adviento, los cristianos esperan celebrar el 25 de diciembre, el nacimiento de Jesús. Si bien la alegría navideña alcanza su punto máximo con el nacimiento de Jesús, a veces

olvidamos la escritura del Antiguo Testamento que profetiza el nacimiento virginal de Jesús, el Mesías, y la esperanza que trae al mundo.

En el libro de Isaías, el Profeta describe la ira de Dios contra la rebelión y el pecado humanos. Declara que será como Dios tomando un hacha a la arrogancia de la maldad humana, produciendo una escena triste como una ladera despojada de árboles (Isaías 10:33, 34). Y, sin embargo, también en este libro está la hermosa promesa de que debido a Su gran amor por Su pueblo, Él enviaría al Mesías para ser el Salvador, no solo para Israel sino para todos nosotros. Esta promesa se encuentra en Isaías 9:6, 7. (Pida a una de las mujeres que lea este pasaje). Dios nunca ha perdido el amor por su pueblo. Y por este amor, aunque merecemos el castigo por nuestros pecados, todavía había esperanza en la promesa de un Mesías.

Después de todos los males enumerados contra el pueblo de Israel, Isaías comparte: "Saldrá un retoño del tronco de Isaí; de sus raíces un Renuevo dará fruto" (Isaías 11:10). Todavía había esperanza para los israelitas, el pueblo especial de Dios. Dios planeó levantar un Salvador, tierno y poderoso, una promesa para Israel y todas las naciones. Isaías declara: "En aquel día la Raíz de Isaí se levantará como pendón a los pueblos. Las naciones lo buscarán". Cuando miramos la genealogía de Jesús registrada en Mateo 1, vemos que Isaí era el padre del rey David, quien era descendiente de Jesús (versículo 1). Al escribir a los romanos, el apóstol Pablo dejó en claro que Jesús era la "raíz de Jesé". Leemos en Romanos 15:12, "Y una vez más, dice Isaías: 'Aparecerá la raíz de Isaí. Uno que se levantará para gobernar a los gentiles; en Él pondrán los gentiles su esperanza.'" Esa es una promesa para nosotros. Los gentiles podemos poner nuestra esperanza en Jesús, la raíz de Jesé.

Este mes, mientras celebramos el cumplimiento de esa profecía del Antiguo Testamento en el nacimiento de Jesucristo, oro para que lo conozca no solo como un bebé en el pesebre, sino como su Salvador personal que vino para que puedas tener el perdón de sus pecados. Y como Pablo continuó diciendo en Romanos 15:13, "Y que el Dios de la esperanza os llene de todo gozo y paz en cuanto creéis, para que reboéis de esperanza por el poder del Espíritu Santo". Qué tremenda promesa que mientras confiamos en Jesús, la raíz de Jesé, Él trae paz, gozo, amor y esperanza.

Oremos.



Programas de Servicio

Enero 2024 – Maravillosamente Plantada

enero 1, 2024 Por Captain Monica Kyle



Escritura: Mateo 6:25–34; 1 Corintios 6:19–20.

Introducción

Una cosa que impide que algunas personas hagan cambios saludables en sus vidas es tener a alguien que los acompañe como socio responsable.

Grupo de Ejercicio de Ministerios de la Mujer

Explore la posibilidad de iniciar un grupo de ejercicio con las mujeres que asisten a los ministerios de la mujer. Esto podría llevarse a cabo en un día separado o las mujeres podrían querer venir más temprano en el día regular del programa.

Refrescos

Comparta refrigerios saludables juntos. Pida a las mujeres que traigan su receta saludable favorita para compartir.

Ideas de Refrigerio:

- 1 Agua infusionada con fruta fresca
- 2 Rodajas de fruta fresca con dip de yogur: <https://www.tasteofhome.com/recipes/fruta-con-yogurt-dip/>
- 3 Garbanzos asados al horno: <https://tasty.co/compilation/asado-garbanzos-4-ways>
- 4 Galletas de plátano/avena/chocolate (esos son los ingredientes): <https://tasty.co/recipe/3-ingredient-breakfast-cookies>

Idea de Proyecto de Servicio

Comuníquese con un refugio para mujeres, un centro para personas mayores o un lugar de trabajo para explorar la posibilidad de comenzar un programa de ejercicios. Este grupo podría reunirse semanal o mensualmente dependiendo de las necesidades de las mujeres. Esto podría ser simplemente caminar juntos o algo más guiado, como hacer ejercicio con un video. El beneficio de usar un video es que no necesita tener experiencia como líder, ya que el instructor del video tomará la iniciativa. Solo necesita invitar a las mujeres, preparar el espacio, comunicar una hora y un lugar y seguir con los componentes espirituales como la oración y un breve devocional antes o después del entrenamiento.

Hay algunas ideas útiles y enlaces en YouTube:

- 1 Centro para personas mayores: busque "ejercicios para personas con movilidad limitada".
- 2 Grupo de mamás/Refugio de mujeres/Trabajo: busque "videos de ejercicios divertidos para principiantes".
- 3 En el trabajo, invite a otros en la oficina a caminar con usted o hacer ejercicio con un breve video de ejercicios durante los descansos de trabajo.
- 4 En casa: busque "videos de ejercicios divertidos para toda la familia".

Comparta un devocional con el grupo. La Biblia de YouVersion tiene muchos planes devotionales a los que cualquiera puede acceder. Se podría leer un "Día" en el devocional en

cada sesión de ejercicio. Aquí hay algunos devocionales en la Biblia de YouVersion que se pueden compartir:

- 1 "Less Hustle, More Jesus: 5 Day devotional by Shanna Noel"
- 2 "Hot Mess, Thriving as a Mom"
- 3 "From Anxiety to Peace"

Una persona más saludable

¿Se dio cuenta de que los videos y las fotos en revistas, películas y redes sociales a menudo se editan? Se borran pulgadas de los cuerpos de las mujeres con un clic. Piernas alargadas y cuerpos estirados simplemente al editar. La cara de una mujer se limpia de imperfecciones en segundos. No importa cuánto hagamos dieta o nos maquillemos cuidadosamente, no nos pareceremos a las personas en las portadas de las revistas. Nuestra autoimagen está distorsionada cuando nos comparamos con personas que son digitalmente "perfectas".

Enero trae un nuevo año con resoluciones de Año Nuevo. Muchas veces, esas resoluciones son para mejorar nuestra apariencia y esforzarnos por parecernos más a las personas que vemos en nuestras pantallas. Pero fallaremos, no importa cuánto lo intentemos. Estamos tratando de estar a la altura de algo que es falso. En cambio, plantemos nuestro sentido de valor en la palabra de Dios. Mateo 6:25 nos advierte que no nos preocupemos. "Por tanto, os digo, no os preocupéis por vuestra vida, qué comeréis o beberéis, ni por vuestro cuerpo, qué vestiréis". En cambio, Mateo 6:33 dice: "Mas buscad primeramente su reino y su justicia, y todas estas cosas os serán añadidas". Podemos dejar atrás nuestras preocupaciones acerca de nuestra apariencia buscando primero a Dios. Fuimos creados a la imagen de Dios. Le gusta la forma en que nos creó. Somos sus hermosas hijas. En lugar de tratar de ser más delgadas, primero tengamos una relación con Dios. Entonces, en lugar de tratar de ser de una forma o tamaño particular, busquemos salud y bienestar.

Podemos tomar decisiones saludables para honrar a Dios con nuestros cuerpos. 1 Corintios 6:19, 20 dice: "¿No sabéis que vuestros cuerpos son templos del Espíritu Santo, que está en vosotros, a quien habéis recibido de Dios? No eres tuyo; fuiste comprado por un precio. Por tanto, honren a Dios con sus cuerpos". No importa el tamaño que sea. En ninguna parte de la Biblia dice que debe tener un cierto tamaño. Podemos elegir honrar a Dios por lo que hacemos con los cuerpos que Él nos dio. Esto incluye tomar decisiones saludables para cuidar nuestro cuerpo. Imagina tener aún más energía para servirle. Busque otros cristianos en su viaje para ser más saludable este año. Conviértase maravillosamente plantado en la palabra de Dios. Hagan ejercicio juntas, beban más agua juntas y compartan recetas saludables. Celebren juntas mientras honran a Dios.



Programas de Servicio

Febrero 2024 – Fundamentado en el Amor

febrero 1, 2024 Por Lt. Perfecta Weeden



Escritura: Efesios 3:17-18, Juan 3:16

Introducción

En el mes de febrero, celebramos el Día del Amor y La Amistad. ¿Qué mejor momento para compartir el amor de Dios con los demás de manera significativa a través del don del servicio? Este programa de servicio lo guiará en la preparación de un descanso para tomar café

especial para sus beneficiarios locales de ARC, la Junta Asesora u otros grupos para mostrarles que Dios los ama profundamente.

Crear el entorno

Música

- Cree su propio ambiente de cafetería tocando música instrumental relajante de fondo mientras los asistentes ingresan. Puede encontrar piezas adecuadas en línea o ingresar “instrumentales de cafetería” en YouTube.

Decoraciones

- Instale una barra de café con varias opciones de sabor. El uso de una máquina Keurig ayudará a reducir el equipo necesario.
- Agregue un juego de luces de cadena sobre la barra de café para traer calidez al área.
- Cuelgue una guirnalda de corazones de papel sobre la barra de café.
- Utilice manteles y salvamanteles en tonos crema, marrón y tierra en las mesas.
- Use minipizarras como centros de mesa para escribir las referencias de las Escrituras sobre el amor: “Cimentado en el amor” o un mensaje simple como “Bienvenido” o “Eres amado”.
- Espolvorea granos de café y corazones de confeti alrededor de los centros de mesa; estos también se pueden utilizar para la actividad “Coffee Bingo”.

Refrescos

- Asegúrese de ofrecer opciones descafeinadas para aquellos que se abstengan de la cafeína y una variedad de cremas y edulcorantes.
- Surtido de pasteles: invite a las mujeres a participar trayendo sus pasteles/galletas favoritos del tamaño de un bocado para compartir con los demás. Coloque una variedad en platos cerca de cada pieza central.

Actividades

Probar Café

- Invite al grupo a participar en una mini experiencia de degustación de café con algunos sabores diferentes. Para ver un video sobre cómo catar café de manera profesional, mire el siguiente video: <https://youtu.be/4MoAfw9vjLY>

Bingo de Café

- Use los granos de café de la mesa para jugar bingo de café. Puede usar cartones de bingo listos para usar o crear los suyos propios usando términos de café en: <https://bingobaker.com/>.

Cuán profundo es el amor del Padre

Lea Efesios 3:17, 18 (NVI).

Termina este famoso refrán, “La mejor parte de despertarse es _____”. Recuerdo cuando era niña cantando el refrán, y aunque todavía no había probado el café, podía sentirme transformarme con la gente en la pantalla del televisor. Me sentí lista para asumir el día. Como adulto, me deleito con la fragancia del café recién hecho, que me trae la nostalgia de la taza matutina de mi madre que impregna toda la casa de mi infancia.

En una posición, tuve el privilegio de servir café en un Stand Down for Veterans de 3 días. Un “Stand Down” es donde los veteranos vienen a recibir atención y servicios complementarios de empresas comunitarias y organizaciones sin fines de lucro en honor a su servicio a nuestro país. Los percoladores comenzaron a las 5 am y permanecieron en rotación hasta las 10 pm. Con cada taza que recibían los veteranos, éramos testigos de la calidez y el confort que embargaba cada rostro que se acercaba a nuestro puesto de café. Vimos cómo estos rostros, una vez cansados y abatidos, se iluminaban mientras compartían café e historias.

¿Qué tiene el café que lo convierte en un alimento básico en nuestro día o en un momento transformador? ¿Es el aroma terroso que despierta nuestras mañanas? ¿O es el sonido que se filtra lo que señala un descanso en el día? ¿O podría ser la comodidad de reunirse con un amigo en su cafetería favorita? ¿Cómo puede un simple frijol elevar nuestros sentidos y cambiar por completo nuestro día?

De la misma manera que una “cuppa joe” puede cambiar su perspectiva, levantarte cada mañana y saber que Dios le ama profundamente puede ser el recordatorio que necesita para comenzar bien el día. ¿Y cuánto nos ama Dios? Efesios 3:17, 18 nos dice que el amor de Dios es inconmensurable. Nos acompaña a los momentos más elevados de nuestras vidas ya nuestros valles más bajos y oscuros ya todos los lugares intermedios. El amor de Dios es completo.

Sin embargo, a diferencia del café que necesita calentarse o rellenarse, el amor de Dios nunca se acaba. Su Palabra es activa y viva. Y lo que es más, Dios no solo nos habla de su amor por nosotros, sino que ya nos ha mostrado su amor a través de Jesús.

Juan 3:16 revela el alcance del amor y el plan maestro de Dios para nosotros: “Porque de tal manera amó Dios al mundo que ha dado a su Hijo unigénito, para que todo aquel que en él cree no se pierda, mas tenga vida eterna”. No solo hizo el mayor sacrificio de todos por

nuestros pecados, sino que abrió un camino que proporcionó el camino de la restauración para la humanidad por toda la eternidad. Él nos ama tanto. Tanto que Él quiere que extendamos ese mismo amor y esperanza del evangelio a otros.

Así como el olor del café puede impregnar el aire, el aroma del amor de Dios puede contagiarse hasta los corazones más endurecidos. A veces, todo lo que se necesita es una taza de café con un amigo para cambiar el día. Invita a alguien a unirse a ti y permite que el Señor te use en este momento para decirles cuánto los ama también.

Canción de cierre: "Cuán profundo es el amor del padre por nosotros" de Stuart Townend, video disponible en YouTube.



Programas de Servicio

Marzo 2024 – Bienaventurados los Creadores Verdes

marzo 1, 2024 Por Lt. Danielle Bratton



Escritura: Genesis 16:13, Colosenses 3:12, Mateo 5:16, 1 Juan 1:9, 2 Corintios 5:17

Introducción

Los Creadores Verdes son miembros de la comunidad que nos ayudan, pero a menudo tendemos a no verlos o a olvidarnos de ellos mientras trabajan entre bastidores. Esas personas son las de los departamentos de saneamiento, las plantas de recuperación de agua,

los jardineros, los recolectores de basura y los custodios. Estos arduos trabajadores nos hacen la vida mucho mejor, a menudo en trabajos desagradables. Hoy vamos a celebrar a los Creadores Verdes en nuestra comunidad.

Ideas de Decoraciones

Use un esquema de color verde, todo verde. Haga centros de mesa usando jarras de un galón llenas de plantas en macetas, que se pueden llevar a casa al final de la noche.

Actividades

- Programe un recorrido en persona por la planta de tratamiento de agua en su comunidad.
- Vea si algún jardín o vivero a su alrededor usa agua recuperada. Invite a alguien a hablar con las mujeres sobre cómo funciona este proceso.
- La agricultura hidropónica es el cultivo de plantas sin el uso de tierra. Hay varios videos en YouTube que explican este método de agricultura.
- Obtenga más información sobre las empresas que usan agua recuperada y cómo eso ayuda a la longevidad de nuestro ecosistema y protege la vida silvestre.

Proyectos de servicio para dar las gracias a quienes son Creadores Verdes

Durante el verano, coloque botellas de agua fría en cubos de hielo para los recolectores de basura.

- Recuerde agradecer a los jardineros por su labor.
- Participe en un día de limpieza de playa o parque.
- Sea activo en el reciclaje en su hogar.
- Coloque contenedores para reciclaje en el edificio del cuerpo.
- Prepare una canasta de regalos para el grupo llena de golosinas suficientes para todos (Gatorade, refrigerios, dulces, papas fritas, mezcla de frutos secos, nueces; use las tiendas de dólar para obtener una buena variedad) para llevar a una planta de tratamiento de agua local.

Artesanía: flores de papel

Haga flores de papel con papel reciclado o periódico: <https://heyletmakestuff.com/our-wedding-paper-flowers-tutorial/>

Agua

Piense en cómo se preparó para hoy. ¿Se despertó, se cepilló los dientes, se lavó las manos, se duchó o desayunó? ¿Alguna vez pensaste en lo que le sucede al agua después de usarla? ¿A dónde va? Si le dijera a una planta de tratamiento de agua, estaría en lo correcto.

Cuando era niña, hice una excursión a nuestra planta local de tratamiento de agua. Muchos de mis amigos dicen que se quedarían en casa enfermos ese día porque no querían ver que el agua sucia se volviera menos sucia "¡ew!" Sin embargo, me encantaba la ciencia y quería saber el proceso de lo que le pasó al agua. Pasé mis tardes viendo programas como Dirty Jobs, How It's Made y Zoboomafoo. Esta parecía una excelente manera de averiguar más acerca de adónde iba mi agua cada día y aprender cosas nuevas. La salida al campo no defraudó.

Cuando llegamos, una mujer joven estaba lista para mostrarnos los alrededores, y la mejor parte fue que amaba lo que hacía. Solo había un puñado de personas allí ejecutando una operación masiva. Ella nos mostró el meollo del asunto y no dejó nada fuera. Ella respondió a todas nuestras preguntas tontas. Podríamos analizar muestras de agua que había guardado para nuestra clase e ir a las salas de equipos. Fue una de las excursiones más impactantes que recuerdo. Puede parecer extraño estar tan interesado en lo que sucede con nuestra agua desechada. Sin embargo, creo que puede ser útil recordar que todo lo que hacemos afecta algo más en el futuro, no solo en el agua sino en nuestra vida cotidiana. Es fácil olvidar el impacto que tienen estas grandes personas y los trabajos en nuestra vida diaria.

(Miren los videos sugeridos que se enumeran a continuación en este punto.)

Así como debemos ser inteligentes con el reciclaje de cosas materiales, también debemos tener cuidado con nuestro uso del agua y asegurarnos de hacer todo lo posible para conservarla para las generaciones futuras. Podemos hacerlo mejor si sabemos qué debe y qué no debe tirarse por el desagüe. Una vez que lo sepas, comparte esa información con otros. Al hacer este pequeño acto, podemos ser fabricantes ecológicos.

Tal vez conozca a alguien a quien pueda agradecer que realiza uno de estos trabajos ecológicos. Una manera simple de decir gracias es dejar un poco de agua fría o escribir una tarjeta de agradecimiento para su recolector de basura. Como grupo de mujeres, puede ver cuántas personas trabajan en su planta de tratamiento de agua local y armar una canasta de agradecimiento. Haga que cada persona de su grupo de mujeres traiga un artículo para recolectar para la canasta y agregue notas personalizadas hechas a mano.

Dios nos recuerda que nos ve aunque a veces no nos sintamos vistas. En Génesis 16, leemos acerca de Agar mientras huye de su ama. Dios se acerca a ella y se le recuerda bellamente que ella es vista. Génesis 16:13 dice: "Dio este nombre al Señor que le habló: 'Tú eres el Dios que me ve', porque dijo: 'Ahora he visto al que me ve'". Cuando otros sienten que pasan desapercibidos o subestimados, tenemos la oportunidad de corregir esa percepción. Podemos ser ese empujón de bondad y compasión como dice Colosenses 3:12 "Por tanto, como pueblo escogido de Dios, santo y muy amado, vístense de compasión, bondad,

humildad, mansedumbre y paciencia". Mostrar aprecio por aquellos que trabajan en trabajos sucios puede reavivar sus pasiones y ayudarlos a ver su luz brillando para Jesús (Mateo 5:16).

Otra belleza única es que nuestras instalaciones de tratamiento de agua son paralelas a lo que Dios hace en nuestras propias vidas. Como a veces nos sentimos usados, rotos, sucios y desechados, Él nos restaura. Él nos limpia y nos hace nuevos. 1 Juan 1:9 dice: "Si confesamos nuestros pecados, él es fiel y justo para perdonar nuestros pecados y limpiarnos de toda maldad". Tenemos que confiar en Dios y estar dispuestos a dejar que Él se deshaga de aquellas cosas que nos agobian. Si permitimos que Él limpie nuestras aguas turbias y las partes más oscuras de nuestra vida, podemos brillar más para los demás. En 2 Corintios 5:17, exclama: "De modo que si alguno está en Cristo, la nueva creación ha llegado; lo viejo pasó, ¡lo nuevo está aquí!" Salgamos a dar las gracias a los que menos se ven hoy.

Videos

https://www.youtube.com/watch?v=c30_0lGwsMg – Virtual Tour of a Water Waste Treatment plant

https://www.youtube.com/watch?v=Eeip7L_G7-0 – Women in Water Treatment Plants

Videos Adicionales

<https://www.youtube.com/watch?v=lWNz-tH3gp0> -Trying to be a refuse collector

<https://www.youtube.com/watch?v=3Lzsu8SXaWY> -Recycling center

Recursos adicionales: ¿Qué es el agua regenerada? (excelente información e infografía)

<https://tataandhoward.com/reclaimed-water-from-toilet-to-tap-infographic/>

<https://www.epa.gov/waterreuse/basic-information-about-water-reuse>



Programas de Servicio

Abril 2024 – Semillas de Cambio

abril 1, 2024 Por Lt. Katherine Hernandez



Escritura: Mateo 13:1–9, 18–23

Enfoque del programa

Este programa tiene como objetivo alentar a las mujeres a escuchar, comprender y obedecer las enseñanzas que se encuentran en la palabra de Dios. Esta práctica puede traer crecimiento y un hermoso cambio en nuestras vidas.

Decoraciones

Decore las mesas con manteles de plástico de colores vibrantes. Use una rebanada de madera rústica redonda de 7 "a 9" como centro de mesa y agregue pequeñas flores, plantas o plantas suculentas en macetas pequeñas. Por último, agregue varias herramientas de jardinería.

Proyecto de servicio

Planee un día para que las mujeres vengan y arreglen el cuerpo ayudando a hacer un poco de trabajo en el jardín. Una sugerencia alternativa es ayudar a un miembro del cuerpo que sea anciano o que no pueda hacer el trabajo de jardinería en su casa. Si el cuerpo tiene un jardín comunitario, las mujeres pueden ayudar regando, podando y quitando las malas hierbas. También pueden plantar nuevas verduras y flores. Si alguien en la comunidad tiene tocones de árboles que estarían dispuestos a donar, se pueden pintar y agregar a un área exterior, brindando un toque de color y un lugar para sentarse.

Una vez que se haya completado la artesanía, las macetas y las plantas podrían distribuirse a los hogares de ancianos.

Manualidad

Pintar macetas de terracota

Materiales:

- Ollas y platillos de terracota de cualquier tamaño
- Pintura Acrílica (Varios Colores)
- Pinceles
- Krylon Clear Sealer (se puede comprar en tiendas de manualidades)
- Tierra de siembra
- Suculentas (se pueden comprar en amazon o ponerse en contacto con un vivero local).

Instrucciones

- 1 Pinten la olla y el plato de terracota siendo todo lo creativo que quieran.
- 2 Dejen que la olla se seque.
- 3 Una vez seca, rocíela con Krylon para sellar la pintura.
- 4 Agreguen tierra para macetas y una suculenta.

Lea Mateo 13:1–9, 18–23.

¿Le gusta la jardinería? ¡Sí! Siempre me han atraído los jardines, especialmente aquellos llenos de hermosas flores y plantas exuberantes de varios colores. En los últimos años, ha aumentado mi deseo de aprender más sobre jardinería. Me parece que hay realmente algo especial acerca de la jardinería. No solo reduce el estrés, sino que promueve la felicidad y otros beneficios para la salud. Ver florecer una flor, brotar una semilla o dar frutos a un árbol es agradable. También es un gran recordatorio de lo asombroso que es nuestro Dios.

Si está familiarizada con la jardinería, sabe que hay pasos que deben seguirse para que lo que plantamos crezca y florezca. Lo mismo es cierto en nuestra fe cristiana. Debemos hacer cosas para que nuestra fe cristiana crezca y florezca. Por eso disfruto leyendo la parábola del sembrador que se encuentra en Mateo 13. A Jesús le encantaba enseñar y hablar en parábolas. Permitted a sus oyentes no solo relacionarse con lo que estaba enseñando, sino también comprender, internalizar y aplicar las lecciones a su vida diaria.

En la parábola de las semillas, Jesús habla de un labrador que salió a esparcir sus semillas. En la época de Jesús, la agricultura se veía un poco diferente de las costumbres con las que estamos familiarizados en la América del Norte actual. Entonces los agricultores no vivían en la granja; vivían en pueblos cercanos y caminaban hasta el terreno que cultivaban. Además, las fincas no eran muy grandes. Solo consistían en unos pocos acres. Los agricultores tampoco tenían todos los equipos agrícolas sofisticados disponibles en la actualidad. Cuando llegó el momento de plantar, los agricultores llevaron las semillas en una bolsa colgada al hombro. Cogían un puñado de semillas y las esparcían moviendo los brazos por el suelo con un movimiento de barrido. Esta vívida representación del agricultor esparciendo las semillas nos permite imaginar cómo algunas de las semillas podrían caer en otro lugar que no sea la buena tierra. Jesús sabía que sus oyentes estaban muy familiarizados con la agricultura. Sabía que entenderían y se relacionarían con la parábola, ya que la agricultura era parte de su cultura.

Lo interesante es que Jesús rara vez interpretó sus parábolas. Sin embargo, lo hace con éste. El versículo 18 comienza con la palabra “Escuchar”, que es la misma palabra griega que la palabra “Oír”, que se usa repetidamente en los versículos 13–17. Por lo tanto, en la interpretación de esta parábola, Jesús nos anima a escuchar, entender y obedecer la enseñanza de la parábola. (Lea Mateo 13:13-18.)

La aplicación de esta parábola indica que debemos estar atentas a cómo respondemos al mensaje del evangelio. Puede ser que el ajetreo de nuestra vida diaria nos impida recibir o responder verdaderamente al mensaje del evangelio en la forma en que Dios quiere que lo hagamos. Además, algunos reciben el mensaje con gran alegría pero pierden el foco por las exigencias de la vida, miedos o preocupaciones, que les impiden ser fructíferos. Por último, los que reciben el mensaje lo escuchan, lo entienden y lo obedecen. Convirtiéndose así en personas fecundas, que se esfuerzan por seguir creciendo en su fe cristiana, y animan y atraen a otros a conocer a Jesús.

En la vida, podemos encontrar épocas de crecimiento y fecundidad y épocas en las que es necesario podar, quitar las malas hierbas y cambiar. Dondequiera que se encuentre hoy, debe saber que puede mirar a Jesús, Él le proporcionará las “semillas” que necesita para producir el cambio que Dios desea. Mi oración y aliento para usted hoy es plantarle en un lugar donde pueda crecer y florecer en la mejor y más hermosa versión de ti mismo, la versión que Dios ve cada vez que le ve.



Programas de Servicio

Mayo 2024 – Bellamente Arraigada y Maravillosamente Hecha

mayo 1, 2024 Por Lt. Felicia LeMar



Escritura: Salmo 139:14

Propósito

Este programa tiene como objetivo celebrar a las mujeres y su belleza sabiendo que Dios nos creó a cada uno de nosotros de manera única y diferente. Nos permitirá vernos a nosotros mismos y a los demás a través de la perspectiva de Dios, dándonos un propósito para llevarle toda la gloria a Él.

Decoraciones

Manteles coloridos en colores primaverales con jarrones de flores frescas.

Refrescos

Sirva limonada, té helado y galletas con forma de flor.

Ideas de Proyectos de Servicio

- Póngase en contacto con una escuela de belleza local para ver si pueden ofrecer sus servicios a las mujeres en un refugio local. Facilitar los arreglos para que el transporte esté disponible para las mujeres.
- Organice un día de spa en el cuerpo, ofreciendo manicuras y tratamientos faciales a clientes de servicios sociales, mujeres que viven en un albergue o mujeres jóvenes de su comunidad.
- Realice una campaña de recolección de productos de belleza. Coloque los suministros en neceseres para distribuirlos a través de la oficina de servicios sociales del cuerpo o entregárselos a las mujeres en un albergue local.

Preguntas de discusión

- 1 ¿Hubo algún momento de su vida en el que se sintió particularmente hermosa? (Día de la boda, baile de graduación)
- 2 ¿Recuerda cuando era incluso difícil mirar su reflejo en un espejo? (Sobrepeso, tiempo de duda, rechazo, crítica)
- 3 ¿Qué le ayudó a superar los pensamientos negativos?
- 4 ¿Cómo nos ve el Señor? (1 Samuel 16:7, "Pero Dios le dijo a Samuel: "La apariencia no lo es todo. No te dejes impresionar por su apariencia y estatura". Proverbios 31:30, "...Vaya es la hermosura, pero la mujer que teme a la Señor, ella será alabada.")
- 5 ¿Cómo puedo estar más bellamente arraigada en Cristo?

Bellamente arraigada y maravillosamente hecha

Lea Salmo 139.

Este hermoso Salmo de oración es un excelente recordatorio para nosotras como mujeres de la belleza y el propósito que cada una tenemos. Dios nos recuerda que Él quiere estar involucrado en todos los aspectos de nuestras vidas.

Este Salmo ocupa un lugar muy especial en mi corazón. Al crecer, siempre fue difícil para mí ver mi valor. Me dijeron que nunca iría a ninguna parte en la vida. La desaprobación y el juicio constantes que sentía por parte de mi familia me hacían sentir inútil y pasé por un período de depresión. Esto también me ha llevado a pasar la mayor parte de mi vida preocupándome por lo que los demás piensen de mí y tratando de demostrar mi valía. Sin embargo, durante estos tiempos de depresión y búsqueda de aprobación, recordé el mensaje de Dios para mí al leer el Salmo 139.

Este Salmo me recordó que Dios está conmigo donde quiera que vaya y que nunca estoy sola. Me permitió conocer mi valor y propósito en la vida. Incluso cuando trato de esconder mi vergüenza y culpa de Dios, Él sabe y me habla. ¿No es asombroso que Dios sepa y nos ayude a superar cualquier problema? No importa por lo que esté pasando, Dios lo sabe y Él le guiará a través de sus desafíos y luchas. Todo esto es para ayudarnos a crecer en Cristo y estar bellamente arraigadas en Él. Estar bellamente arraigada en Cristo significa vivir una vida en la presencia de Dios y no estar preocupado por temores, dudas o comparaciones.

El versículo 14 dice: "Te alabo porque estoy hecho de una manera formidable y maravillosa". Dios nos hizo a cada una de nosotras con un propósito y para tener significado en este mundo. Fuimos hechas para darle gloria a Él. Fuimos hechas para adorarle. Podemos hacer esto al reconocer que Dios nos hizo a Su imagen. Él nos formó a cada una de nosotras hermosa y maravillosamente. Cuando Dios nos creó en el vientre de nuestra madre, intencionalmente nos hizo únicas a cada una. Entonces, cuando se miren en el espejo, sepan que son hermosos tal como son. La forma en que Dios le creó. Cuando mira a su amiga a su lado, debe saber que ella es hermosa tal como es. ¡La forma en que Dios la creó!

Hoy en día, es muy fácil juzgarnos a nosotras mismas por la forma en que nos vemos, hablamos o por nuestros dones y talentos. Sin embargo, si realmente sabemos cuánto nos distingue Dios al hacernos únicos, podemos tener plena confianza en la hermosa vida que nos dio. A medida que continuamos creciendo en Cristo, recordemos cuán bellamente arraigados y maravillosamente hechos somos como hijos de Dios.



Programas de Servicio

Junio 2024 – Animando a la Lectura

junio 1, 2024 Por Major AnnMarguerite Jones



Escritura: Josué 1:8, Juan 20:31, Juan 1:1, 1 Timoteo 4:13

Compañerismo/Fiesta de Lectura

Ideas para tema de la fiesta (<https://www.playpartyplan.com/reading-games-and-activities>)

- Hora de pijamas: use pijamas, juegue juegos de fiesta de pijamas, coma cosas para el desayuno como refrigerio y tenga una pelea de almohadas.

- Harry Potter: haga golosinas de Butter Beer, juegue juegos de Harry Potter, haga "pociones" caseras (perfumes), distribuya aceites esenciales como obsequios y haga ranas de chocolate o varitas comestibles.
- Libros de Dr. Seuss: hable solo en rima durante un tiempo limitado, coma huevos verdes con jamón, juegue una actividad de Dr. Seuss y haga una lista de lugares a los que todavía quiere ir (o ya ha ido).
 - Represente su libro favorito o juegue a las charadas usando los títulos de los libros
 - Haga golosinas basadas en un libro
 - Haga una manualidad a partir de un libro.
 - Pictionary: dibuje el título de un libro

Ideas de Manualidades

Haga marcadores usando los suministros que tiene a mano: cinta, papel de contacto, cartulina, etiquetas de envío, cordón, hilo, botones, marcadores de punta de fieltro, pinturas de acuarela, fieltro, sujetapapeles, hilo de bordar, aguja e hilo, elástico, bandas elásticas, cuentas, pintura muestras, amuletos, cinta washi, cinta adhesiva

- <https://www.sparklesofsunshine.com/ribbon-bookmarks/>
- <http://www.things-to-make-and-do.co.uk/other-stuff/bookmarks/decorated-ribbon-bookmark-project.html>
- <https://www.personalized-ribbons.com/ribbon-news/ribbon-bookmark-for-summer-reading/>
- <https://www.pinterest.com/pin/368943394445032160/>
- <https://momhelpbuddy.blogspot.com/2019/06/diy-creative-bookmark-ideas.html>

Excursión

- Vaya a su biblioteca local: haga un recorrido, obtenga una tarjeta de la biblioteca y saque un libro.
- Explore la posibilidad de descargar libros de la biblioteca para leerlos en un Kindle.
- Vaya a un centro de aprendizaje de Sylvan o a un óptico que brinde terapia de la vista para aprender sobre algunas discapacidades de salud o de aprendizaje que pueden afectar la capacidad de lectura de una persona.

Proyecto de Servicio

- Organice una colecta de libros para la guardería de su cuerpo, la sala de escuela dominical o la biblioteca de la oficina
- Organice una fiesta del libro de Usborne a beneficio de una guardería, una guardería para casos de crisis, una guardería, una oficina de WIC o un hospital para bebés recién nacidos y sus familias.
- Léales a personas mayores en una unidad de Alzheimer, hogar de reposo, hogar de cuidado o niños en una escuela primaria.
- Ofrézcase como voluntario para leer y calificar lecciones para los Estudios Bíblicos de Ministerios de Prisiones que se envían por correo.
- Comience un club de lectura: decidieron leer un libro juntos (un capítulo a la vez) y discutir lo que leen semanalmente.

Desafío extra: Lea la Biblia en un año

- YouVersion Bible App tiene diferentes planes para elegir.
- Dé a las mujeres un diario para registrar sus pensamientos o peticiones de oración
- Imprima marcadores de lectura de la Biblia para cada persona – <https://www.etsy.com/listing/1084800001/bible-reading-bookmarks-read-the-bible?gpla=1&gao=1&>

10 Aplicaciones Bíblicas

<https://justdisciple.com/bible-app/>

- 1 YouVersion
- 2 Blue Letter Bible
- 3 Bibl e.is
- 4 Bible App by Olive Tree
- 5 BibleGateway
- 6 Logos Bible Study Tools
- 7 Bible App for Kids
- 8 Faithlife Study Bible
- 9 ESV Bible
- 10 NIV Bible App+

Suscripción gratuita a The Chosen ® serie sobre la vida de Cristo.

<https://watch.angelstudios.com/thechosen>

Las 18 mejores aplicaciones de libros para leer

<https://smallbiztrends.com/2021/10/best-book-apps.html>

- 1 Amazon Kindle App
- 2 Google Play Books
- 3 Audible
- 4 Libby
- 5 PocketBook Reader
- 6 Kobo
- 7 Apple Books
- 8 FullReader
- 9 AlReader
- 10 Media365 Book
- 11 NOOK
- 12 ReadEra
- 13 Scribd (\$9.99/month)
- 14 KyBook 3 (\$4.99/month)
- 15 Bookmate (\$9.99/month)
- 16 Bluefire (\$4.99/month)
- 17 Moon+ Reader Pro
- 18 24symbols (\$8.99/month)

“Recita siempre el libro de la ley y medita en él de día y de noche; cumple con cuidado todo lo que en él está escrito. Así prosperarás y tendrás éxito..” (Josue 1:8, NVI)

Muchos libros, poco tiempo

De niña, siempre me fascinaron los libros. Las palabras se convirtieron en imágenes en mi mente, casi como una película. Traté de imaginar a los personajes a medida que se movían a lo largo de la historia: las escenas en las que se desarrollaba la acción, las conversaciones que

sucedían y las emociones sentidas y experimentadas a lo largo del ascenso y la caída de la trama. Ya sea que estuviera en una granja con Laura Ingalls Wilder, resolviendo un misterio o aventurándome en otro país durante otro tiempo, las palabras en el papel me cautivaron.

¿Recuerda los libros *Elige tu Propia Aventura*? ¡Me gustaron esos! A usted, como lector, se le dieron opciones sobre cómo se desarrollaría la historia, según las elecciones que hiciera para su personaje. Si no me gustara el final o el resultado, regresaría y cambiaría mis elecciones. ¡Si pudiéramos hacer eso en la vida real!

Hay algunas historias en la Biblia que incluyen un elemento de lectura:

- El Espíritu Santo incitó a Felipe a correr hacia un carro donde un eunuco etíope estaba leyendo un pasaje de Isaías. Le preguntó: “¿Entiendes lo que estás leyendo?”. Le dio la oportunidad de hablarle de las buenas nuevas de Jesús. Esto lo conmovió tanto que hizo una pausa en su viaje para bautizarse. (Historia encontrada en Hechos 8.)
- El rey Jerjes tenía problemas para dormir, por lo que ordenó que se le leyeran las crónicas de su reinado. (Imagine a alguien leyendo su biografía en voz alta). Durante este pasaje, recordó cómo Mardoqueo (primo de Ester, esposa del rey Jerjes) había expuesto un complot de dos de los oficiales del rey y había evitado que el rey Jerjes fuera asesinado. Terminó recompensando a Mardoqueo, y finalmente Amán fue ejecutado por su plan tortuoso que había sido revelado. (Historia encontrada en Ester 6-7.)
- Esdras leyó el Libro de la Ley (Torá) durante siete días desde la mañana hasta el mediodía, después de que Nehemías y los israelitas terminaron de reconstruir los muros de Jerusalén después de estar en el exilio durante 70 años. Cuando leyó, la gente se puso de pie. Los levitas ayudaron a traducir y explicar lo que se estaba leyendo. Estaban tan conmovidos y convencidos en sus corazones. Tal vez sintieron remordimiento por no cumplir las leyes de Dios. Pero los levitas los alentaron y dijeron que “el gozo del Señor sea su fortaleza” (Nehemías 8:10, NVI). Se les recordó qué hacer y cómo observar Sus leyes. Se regocijaron en su entendimiento.

Si estos eventos no se hubieran registrado, no habrían impactado a quienes estaban leyendo o escuchando las palabras que se leían en voz alta. La palabra escrita es poderosa y transformadora.

Juan, el apóstol, escribió sobre su evangelio: “Estas [señales u obras milagrosas] se han escrito para que [creamos] que Jesús es el Mesías, el Hijo de Dios, y para que creyendo [tengamos] vida en su nombre.” (Juan 20:31, NVI). “En el principio era el Verbo, y el Verbo estaba con Dios, y el Verbo era Dios” (Juan 1:1, NVI). Jesús mismo es “logos”, la palabra escrita en la carne.

Lea su Biblia diariamente. Conocerá mejor a Jesús y sus caminos. La desafío a elegir un plan de lectura que le ayude a leer las Escrituras. Y como Pablo animó a Timoteo en su ministerio: “Dedícate a la lectura pública de las Escrituras, a la predicación y a la enseñanza” (1 Timoteo

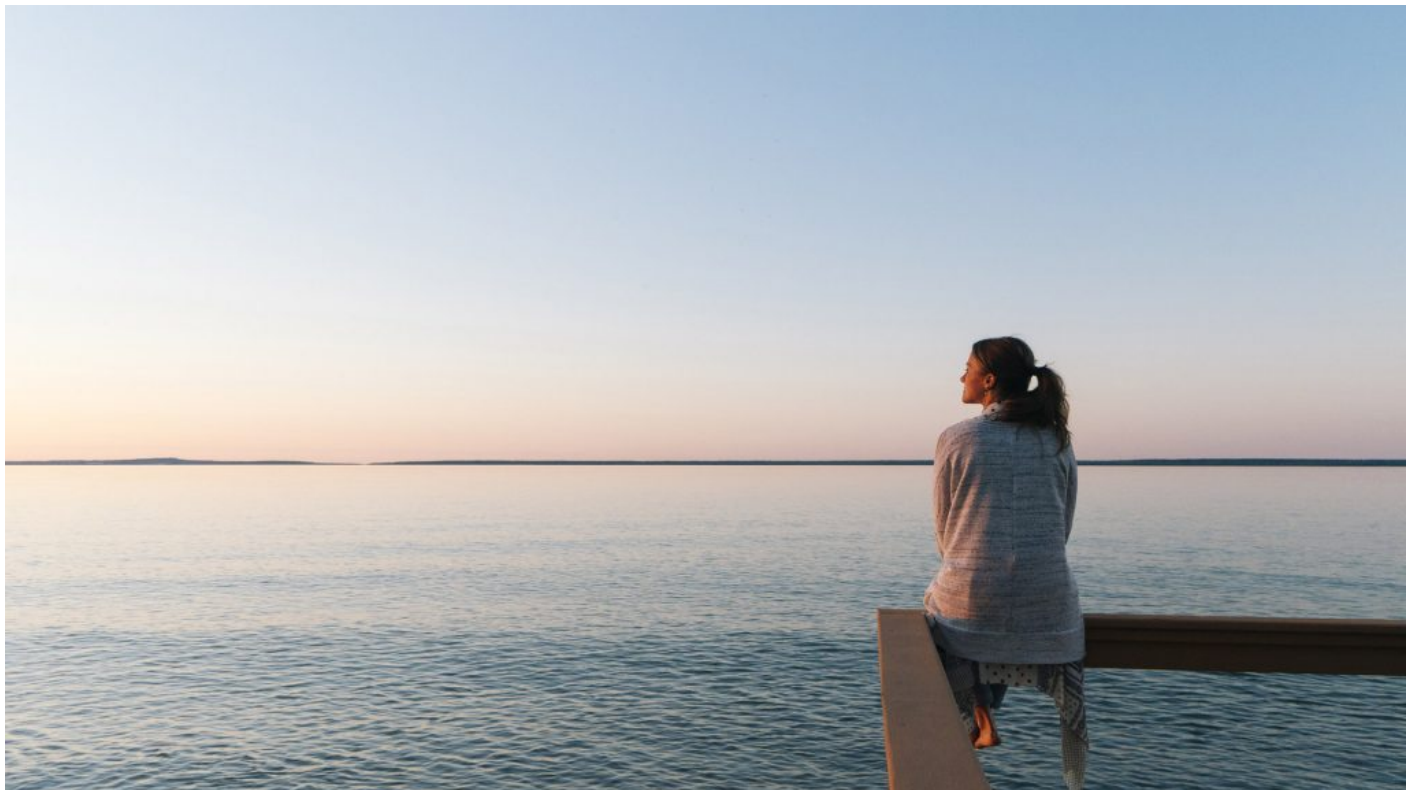
4:13, NVI) para que podamos continuar compartiendo las buenas nuevas transformadoras de Jesús. No solo se internalizará el texto, sino que también impresionará a quienes lo escuchen.



Programas de Servicio

Julio 2024 – Agua Que Da Vida

julio 1, 2024 Por Captain Corrin Perry



Escritura: Juan 4:4-28.

Ideas de Refrescos

Instale una estación de agua usando jarras de vidrio transparente llenas de diferentes tipos de agua infundida. El siguiente enlace tiene los ingredientes para ocho aguas infundidas: <https://www.culinaryhill.com/8-infused-water-recipes/>. Sirva una bandeja de frutas o coloque la fruta en sandías, junto con un aderezo. Esparza una variedad de caramelos de agua salada

en las mesas como un regalo. Para otras ideas de comida, visite www.pinterest.com. Busque comida para fiestas con temática acuática”.

Decoraciones

Use manteles blancos o azules, coordinando con las flores y vegetación utilizadas. Algunas flores podrían flotar en pequeñas peceras. Consulte las tiendas de dólar o las tiendas de artesanía para obtener los elementos centrales que necesita. Para otras ideas, busque en Pinterest.

Ideas de Servicio

Verifique los próximos eventos comunitarios: una carrera de maratón o un desfile o picnic del 4 de julio. Reparta botellas de agua a los participantes y a los espectadores del evento. Esta es una excelente oportunidad para servir algo crucial durante uno de los meses más calurosos del año.

Otras oportunidades podrían ser en un mercado de agricultores o para personas sin hogar en un parque cercano. Su amabilidad al proporcionarles una botella de agua les muestra que estamos actuando como las manos y los pies de Cristo. Use la distribución para romper el hielo y comenzar una conversación. Invítelas a un evento especial en el cuerpo o al servicio de adoración del domingo. Pegue una etiqueta en la botella que identifique que es del Ejército de Salvación y que indique el horario y el lugar del servicio dominical. También podría agregar: “¡Es amada por Aquel que es el agua viva!”

Agua Que Da Vida

El agua es algo que apaga nuestra sed como ninguna otra cosa. Sostiene la vida y, sin embargo, puede usarse para lavar cosas, dejándolas limpias. Se presenta en múltiples formas: vapor, líquido y sólido. El agua es tan simple, fácilmente disponible en Estados Unidos y, sin embargo, compleja. A menudo se da por hecho, pero es esencial para todos los habitantes de nuestro planeta.

Juan 4:4–28 registra el relato de una mujer samaritana que llega a un pozo durante el calor del día para sacar agua. Es una figura familiar en el pueblo, pero no por los aspectos positivos de su vida. Probablemente viene durante el calor del día para evitar las historias susurradas sobre sus acciones de estar con más de un hombre. Esperando estar sola, se sorprende al encontrar a un hombre judío sentado junto al pozo. Él le pide un trago de agua. Ella está sorprendida de que Él le habló y respondió: “Tú eres judía y yo soy una mujer samaritana. ¿Cómo puedes pedirme de beber?” (Porque los judíos no se juntan con los samaritanos)” (versículo 9). Jesús es muy consciente de estas prácticas, pero continúa la conversación respondiendo: “Si conocieras el don de Dios y quién es el que te pide de beber, tú le habrías pedido y Él te habría dado agua viva” (versículo 10).

Todavía sin entender lo que Jesús decía, ella responde: "Señor", dijo la mujer, "no tienes con qué sacar y el pozo es hondo. ¿Dónde puedes conseguir esta agua viva? ¿Eres tú mayor que nuestro padre Jacob, que nos dio el pozo y él mismo bebió de él, al igual que sus hijos y su ganado?" (versículo 11). La conversación continúa mientras Jesús responde pacientemente: "Todo el que beba de esta agua volverá a tener sed, pero el que beba del agua que yo le doy, no tendrá sed jamás. De hecho, el agua que yo les doy se convertirá en ellos en una fuente de agua que salte para vida eterna (versículo 13)". La claridad comienza a aparecer en su rostro, y aunque todavía no entiende completamente lo que Jesús quiere decir, ella responde: "Señor, dame de esta agua para que no tenga sed y tenga que seguir viniendo aquí a sacar agua" (versículo 16).

Jesús ya sabe todo acerca de la mujer, pero aún así le pide que vaya a buscar a su marido. Ella responde que no tiene marido. Jesús responde: "El hecho es que has tenido cinco maridos, y el hombre que ahora tienes no es tu marido. Lo que acabas de decir es muy cierto" (versículo 18). Puedo imaginar que la mujer lo mira fijamente por un momento, asombrada. Jesús sabe todo acerca de ella. Posiblemente tratando de desviar la conversación de sí misma, responde diciendo que puede ver que Él es un profeta, pero que hay diferentes creencias entre los judíos y los samaritanos, específicamente dónde adorar (versículos 19, 20).

Jesús suavemente dice que algún día la gente no estará adorando en una montaña ni en Jerusalén. Continúa diciendo en el versículo 23: "Los verdaderos adoradores adorarán al Padre en el Espíritu y en la verdad, porque ellos son la clase de adoradores que el Padre busca. Dios es Espíritu y sus adoradores deben adorar en el Espíritu y en verdad". Todavía sin entender del todo, la mujer responde que entiende que el Mesías vendrá y lo explicará todo. Jesús declara en voz baja: "Yo, el que les habla, yo soy".

Al darse cuenta de que este hombre, Jesús, es el Mesías, va a compartir lo que ha visto y oído. "Entonces, dejando su cántaro de agua, la mujer volvió al pueblo y dijo a la gente: 'Vengan, vean a un hombre que me dijo todo lo que hice. ¿Será éste el Mesías? Salieron de la ciudad y se dirigieron hacia Él' (versículos 28, 29). Se acabó su miedo a ser vista. Ella va al pueblo y cuenta lo que le ha sucedido, y aquellos a quienes ella presencia vienen a ver a Jesús por sí mismos.

¿Ha bebido un refresco grande o un jugo pero aún tiene sed? Nada puede saciar nuestra sed como el agua, H₂O. A menudo, cuando tenemos sed espiritual, tratamos de llenar nuestras vidas con cosas: alcohol, comida, ropa, entretenimiento. Pero simplemente no satisfacen. Nos quedamos con sed de más, tratando de llenar el vacío. Necesitamos ir a Jesús por el agua viva que Él ofrece gratuitamente a todos los que la piden. Cuando lo hagas, nunca volverás a tener sed. ¿Has aceptado Su regalo?



Programas de Servicio

Agosto 2024 – Arraigada en La Relación

agosto 1, 2024 Por Major Julie Feist



Escritura: Juan 15:12–15

Introducción

El primer Domingo de Agosto es el Día Nacional de la Amistad, un día que sin duda vale la pena celebrar.

Refrescos

PAA (Potluck Aperitivos Amados)

Invite a todos a traer su aperitivo favorito para compartir. Sirva "Ponche de amistad". Mezcle el ponche de frutas y el refresco de lima-limón en una ponchera. Agregue unas cucharadas de sorbete en la parte superior.

Decoraciones

Cubra las mesas con manteles sólidos de colores primarios. Arme un juego LEGO® Friends Mini para la mesa de refrigerios. Estos están disponibles en Amazon.com o tiendas locales. Varían en precio, desde \$7.99. O verifique si algunos de los hijos o nietos de las mujeres tienen juegos que se pueden prestar. Haga letreros en papel de construcción con dichos de amistad. Tenga 20-30 ladrillos LEGO® en cada mesa. Son como amigos en el sentido de que vienen en todos los colores, formas y tamaños y pueden conectarse.

Servicio de Proyecto

Según la mayoría de los expertos, se cree que Centro America es el lugar de nacimiento real de las pulseras de la amistad. Estas pulseras utilizan nudos decorativos asociados a los símbolos de la amistad. Algunas otras pulseras se remontan a China, alrededor del 481 al 221 a.C.

Como creyentes, estamos llamados a la amistad con nuestro prójimo. Alcanzar a los perdidos o solitarios con el amor de Jesús es de lo que se trata ser un amigo. Estas pulseras pueden ser tan sencillas o tan elaboradas como quiera. No se trata de cómo se ve la pulsera. Es el mensaje detrás del brazalete, que es presentar a un amigo a Cristo. Invite a las mujeres a hacer una pulsera de la amistad. Hable con las mujeres sobre cómo planean compartir sus pulseras. Cualquier brazalete adicional se puede compartir a través del Ministerio de Cuidado Comunitario, con los miembros de la escuela dominical o a través de la oficina de servicios sociales. El siguiente sitio web demuestra cómo los principiantes pueden hacer pulseras de la amistad: <https://youtu.be/u5knLsLjlaE>.

Actividad para Compartir

Invite a las mujeres, como grupo, a construir algo con los ladrillos LEGO® en su mesa. Al final de los cinco minutos, pida a una representante de cada mesa que comparta sobre el proceso, lo que crearon y lo que representa.

Amistad

Tómese un momento y piense en sus amigas más cercanas. ¿Qué papel han jugado en su vida? ¿Su corazón se calienta cuando piensa en ellas? ¿Da gracias a Dios por el buen regalo que le ha dado en ellas? El apóstol Pablo convirtió en un hábito de oración el agradecer a Dios por los demás (ver Filipenses 1:3-4 y Colosenses 1:3-4, por ejemplo).

Las amigas pueden traer más felicidad a nuestras vidas que prácticamente cualquier otra cosa. Las amistades tienen un impacto significativo en nuestra salud mental y felicidad. Las buenas amigas alivian el estrés, brindan consuelo y alegría, y previenen la soledad y el aislamiento. Desarrollar amistades cercanas también puede tener un impacto poderoso en su salud física.

Que es la Amistad?

La amistad es, ante todo, bíblica. Dios nos diseñó para la amistad, el compañerismo y la relación. La esencia misma de Dios es relacional. Como nuestro Dios trino, Padre, Hijo y Espíritu Santo, Él está en constante conexión. Fuimos creadas a Su imagen. Fuimos creadas para tener una relación con nuestro Creador y con los demás. Cada una de nosotras anhela estar más conectada con amigas. Y esto es porque Dios nos creó para la verdadera amistad.

Dios sabía que no deberíamos estar solas (Génesis 2:18). La creación de Eva fue el comienzo del compañerismo humano (amistad). El pueblo de Dios es un cuerpo, no creado para funcionar solo, sino relacionamente, juntos.

Jesús dio todo a sus amigos: su conocimiento de Dios y, en sacrificio, su propia vida. Jesús es nuestro modelo de amistad. Porque Jesús amó sin límites, Él nos ha creado para que podamos vivir una vida de comunión con Él y con los demás.

Jesús dijo: "Este es mi mandamiento: Amaos los unos a los otros como yo os he amado. No hay mayor amor que dar la vida por los amigos. Sois mis amigos si hacéis lo que os mando. Ya no os llamaré esclavos, porque un amo no confía en sus esclavos. Ahora ustedes son mis amigos, ya que les he dicho todo lo que el Padre me dijo a mí" (Juan 15:12-15).

Otras escrituras acerca de la amistad

- "El perfume y el incienso alegran el corazón; la dulzura de la amistad fortalece el ánimo". Proverbios 27:9 (NVI)
- "Por eso, anímense y edifíquense unos a otros, tal como lo vienen haciendo". 1 Tesalonicenses 5:11 (NVI)
- "Por eso, anímense y edifíquense unos a otros, tal como lo vienen haciendo". Proverbios 17:17 (NVI)
- "El hierro se afila con el hierro, y el hombre en el trato con el hombre". Proverbios 27:17 NVI
- "Más valen dos que uno, porque obtienen más fruto de su esfuerzo. Si caen, el uno levanta al otro. ¡Ay del que cae y no tiene quien lo levante"! Eclesiastés 4:9-10 (NVI)

La amistad también es química. Los científicos han descubierto que nuestros cerebros liberan sustancias químicas neurotransmisoras llamadas oxitocina y dopamina cuando disfrutamos

del tiempo con amigos. Estos químicos nos ayudan a sentirnos más tranquilos y felices. ¿Por qué supones que Dios creó nuestros cerebros para liberar sustancias químicas que nos hacen sentir más tranquilos y felices cuando pasamos tiempo con amigos?

Actividad de Cierre

Haga que todos se paren en un círculo y digan algo bueno sobre la persona a su izquierda. Luego cierre en oración.

Oración

Gracias, Señor, por la bendición de la amistad. Gracias por crearnos para estar en relación contigo y con los demás. Gracias por enseñarnos con el ejemplo cómo ser un verdadero amigo y gracias Jesús por llamarnos Tu amiga. En tu precioso nombre, Amén.

Acerca del autor



Major Julie Feist

USA Western Territory



Programas de Servicio

Septiembre 2024 – Me importa un comino!

septiembre 1, 2024 Por Major Maggie Laubach



Escritura: Juan 13:34, 35 (NVI).

Introducción

¿Qué significa “importar un comino”? A menudo usamos esta frase para expresar un sentimiento negativo: “Me importa un comino lo que piensen de mí”. Sin embargo, me gustaría sugerir que como cristianos, se nos dice que nos importe un comino.

Crear el entorno

- Coloque tarjetas de cumpleaños inspiradoras y tarjetas de aliento en blanco en cada mesa para que las mujeres las firmen. Las tarjetas de cumpleaños se pueden enviar por correo a los miembros en su cumpleaños y las tarjetas de aliento a aquellos que necesitan una palabra adicional de aliento.
- Cuando estemos a punto de celebrarnos unas a otras, decore la habitación con un tema de celebración. Use serpentinas, manteles de colores brillantes y globos.
- Invite a las mujeres a traer un refrigerio para compartir, que les recuerde su infancia o celebraciones familiares.

Ideas prácticas para servir y celebrar a los demás

- Escriba palabras y frases de aliento en cartulinas y colóquelas en la oficina de servicios sociales.
- Prepare una "canasta de ánimo" que contenga palabras o dichos de aliento. Colóquela en la oficina de servicios sociales con un cartel que diga: "¿Necesita ánimo? Tome un dicho".
- Vaya a la página web de su distrito escolar local y obtenga los nombres de los maestros en la comunidad. Escriba tarjetas de aliento firmadas por las mujeres del grupo. Entréguelos a cada escuela con productos horneados en casa.
- Entregue tarjetas de cumpleaños cada mes al refugio local o ARC. Incluso si no sabe los nombres de quienes las recibirán, aún puede alentar a alguien que no haya recibido una tarjeta de cumpleaños en mucho tiempo.

Amar los Unos a Otros

No hace falta leer muchos artículos o ver más de un minuto de las noticias para reconocer que nuestra sociedad tiende a ser egocéntrica y egoísta. Parece que todo el mundo está buscando el número uno: yo, yo mismo y yo. A menudo descuidamos el mandato bíblico de cuidarnos unos a otros. Pablo escribió a los gálatas y les dijo: "Llevad los unos las cargas de los otros" (Gálatas 6:2 NVI). Jesús dijo: "Un mandamiento nuevo os doy: que os améis los unos a los otros. Como yo os he amado, debéis amaros los unos a los otros. En esto conocerán todos que sois mis discípulos, si os amáis unos a otros" (Juan 13:34-35, NVI). Parece que nuestra propia identidad como Sus seguidores se refleja en cómo nos importan los demás. Así es como el mundo nos reconocerá, no por nuestra asistencia a la iglesia o incluso por dar dinero, sino por lo bien (o mal) que nos amamos unos a otros.

No podemos llamarnos cristianos e ignorar la difícil situación de nuestros vecinos. No podemos hacer la vista gorda ante su necesidad y pretender que no existe. Pero, ¿cómo demostramos amor? ¿Cómo nos importa un puntazo? Tal vez piensas que tienes recursos limitados, por lo que no puedes dar grandes cantidades de dinero a un ministerio o proyecto específico, o tu salud física te impide pasar horas en un albergue sirviendo la cena. A menudo pensamos en formas significativas de ayudar y cuando no somos capaces de cumplirlas, nos

justificamos y terminamos por no hacer nada. Estamos terminando actuando como si no nos importara un bledo.

Una forma en que podemos servir a los demás es usando intencionalmente palabras de aliento. Recuerde la pequeña cancioncilla de la infancia: "Palos y piedras pueden romper mis huesos, pero las palabras nunca me lastimarán". Estoy seguro de que todos podemos estar de acuerdo en que nada podría estar más lejos de la verdad. Nuestras palabras son convincentes. No es suficiente abstenerse de decir algo hiriente u ofensivo. Necesitamos ser intencionales al usar palabras de aliento que edifiquen a otros y les recuerden quiénes son en Cristo. Hay tantas personas a nuestro alrededor, independientemente de su edad, género, estado financiero o cualquier otra descripción, que no saben o no creen que son amadas, apreciadas e importantes para Dios. Qué mejor manera de servir a los demás que recordándoles que son vistos y oídos, no solo por ti y por mí, sino por su Creador.

Cuando hacemos del servicio y el ánimo una práctica regular en nuestras vidas, también nos estamos haciendo un favor a nosotros mismos. Servir a los demás afecta profundamente la química de nuestro cerebro, ya que promueve la alegría y nos da un sentido de propósito. Contribuir al bien común puede desarrollar la autoestima y nos ayuda a realinear nuestros pensamientos y actitudes. Te animo a que te esfuerces por usar palabras que traigan alegría y paz a quienes te rodean.

Si está buscando formas de prestar servicio pero no sabe por dónde empezar, puede empezar enumerando sus habilidades, talentos y capacidades. Este no es el momento de ser tímido; esta no es una lista jactanciosa sino una forma de reconocer cómo Dios te ha equipado personalmente. Luego dale la vuelta y pídele a Dios que te ayude a usar tus fortalezas para beneficiar a los demás. Además, esto no es una competencia para ver quién tiene más talento; esta es una conversación privada entre usted y el Señor. Una vez que tenga la lista de formas en las que puede servir, piense en algunos de estos otros aspectos prácticos:

- ¿Cuánto tiempo tiene cada semana para dedicarlo al servicio de los demás?
- ¿Cuáles son algunos ministerios o grupos específicos en su cuerpo o comunidad que podrían usar su conjunto de habilidades?
- ¿Qué tiene en su casa que podría ser útil para otros?
- ¿Con qué grupo de personas se siente más cómoda: niños, adolescentes, madres, ancianos?

Algunos piensan que esto no es algo que me sale naturalmente. Simplemente no eres una "persona acaramelada" a la que le resulta fácil animar. Esta práctica es más fácil para algunas personas que para otras. Sin embargo, recuerde las palabras de Pablo en Romanos 15:5 NVI: "Que el Dios que da paciencia y aliento os dé la misma actitud mental hacia los demás que tuvo Cristo Jesús". Así como Dios nos alienta en nuestra relación con Él, a través de Su Espíritu

Santo, podemos tener esa misma actitud hacia los demás. Entonces, si esto no le resulta fácil o natural, no se desespere; pídale al Señor que le dé esa actitud y las palabras para edificar a los demás. Cuando hacemos esto, nuestro servicio se transforma de una tarea a algo que disfrutamos y nos sentimos satisfechos al hacerlo.

Ruego que a medida que se vuelven más intencionales en servir y alentar. Entonces comenzará a sentir el gozo que proviene del cumplimiento del mandato del Señor. Nunca sabemos cuándo una palabra de aliento o un simple acto de bondad pueden marcar la diferencia en la vida de una persona que se siente aislada. ¡Dad un puntazo y dad la gloria a Dios!

Programas de Adoración



»Bendito el hombre que confía en el Señor y pone su confianza en él.
Será como un árbol plantado junto al agua que extiende sus raíces hacia la corriente;

Jeremías 17:7-8





Programas de Adoración

Octubre 2023 – Profundamente Arraigada en Amor

octubre 1, 2023 Por Captain Karissa Zumwalt



Escritura: Mateo 22:37--39; 1 Pedro 3:8

Propósito

Aprender a amar a las personas que nos rodean amando primero a Dios con todo nuestro ser.

Ideas de Decoración

Use un tema de pueblo para representar un vecindario colocando casitas o piezas navideñas de pueblo sobre la mesa.

Idea de Refrescos

Haga una mezcla que incluya M & M's, pasas (o raisins), palomitas de maíz y dulces envueltos. Esta mezcla nos recuerda que nuestros vecinos vienen en muchos colores diferentes. Las pasas nos recuerdan que algunos vecinos pueden ser mayores, con la piel arrugada. Las palomitas de maíz nos recuerdan que nuestros vecinos pueden ser ruidosos o callados y hablar un idioma diferente. El dulce envuelto nos recuerda que algunos de nuestros vecinos pueden ser difíciles de alcanzar. Ame a su prójimo; ¡Amelos a todos!

Llamada de Apertura a la Adoración

Amando a Dios – <https://re-worship.blogspot.com/2018/10/call-to-worship-loving-god.html>

Actividad de Apertura

“Corazones Ama a tu prójimo”

Entregue a cada mujer una hoja de papel con forma de corazón. Anímelas a tomarse unos minutos para escribir el nombre de alguien con quien tengan dificultades para estar. Estos nombres no deben compartirse con el grupo. Anime a las mujeres a que se las lleven a casa y las coloquen en algún lugar donde se les recuerde orar por esa persona la próxima semana.

Permítales reflexionar sobre estas preguntas mientras piensan en esta persona:

- 1 ¿Cree que Jesús ama a la persona cuyo nombre escribió?
- 2 ¿Cómo le hace sentir que Jesús los ama tanto como le ama a usted?
- 3 ¿Por qué le cuesta amarlos?
- 4 ¿Qué puede hacer para aprender a amarlos?

Ideas de Programas

Conociendo a tu vecino

Para jugar el juego, cada persona se sienta frente a otra en la mesa. El jugador 1 tira el dado; si obtiene un 3, entonces el jugador 2 (que no tiró el dado) le hará al jugador 1 (que tiró los dados) una pregunta del grupo de preguntas. Continúe esto durante 1 minuto, las mismas personas preguntando y respondiendo como antes, cada vez que lanzan y solicitan una

nueva pregunta. Luego intercambian rollos. La Persona 1 hace preguntas y la Persona 2 tira el dado y responde las preguntas.

#1. Chistoso

- 1 ¿Qué es lo más raro que nota en una persona cuando la conoce?
- 2 ¿Preferiría pasar 30 días sin su teléfono o toda su vida sin postre?
- 3 Si pudiera cambiar un año de su vida por \$30,000, ¿cuántos años cambiaría?
- 4 ¿Cuál es el lugar más divertido en el que se ha quedado dormida?
- 5 Comparta un momento en el que se sintió más avergonzada.

#2. Historias

- 1 ¿Qué no es real, pero le gustaría que lo fuera y por qué?
- 2 ¿Cuáles son sus vacaciones favoritas que ha tomado?
- 3 ¿Cuál es la mejor broma pesada que le ha hecho a alguien?
- 4 ¿Qué es lo más rápido que ha conducido un automóvil y quién estaba con usted?

#3. Niñez

- 1 ¿Cuántos hijos había en su familia y que numero es usted?
- 2 ¿Qué es algo que odiaba de niño pero que ahora ama?
- 3 ¿Dónde nació y cuál es su primer recuerdo?
- 4 ¡Cuénteme sobre su peor cita!
- 5 ¿Dejaría que sus padres escogieran a su cónyuge?

#4 Estaciones

- 1 ¿Preferiría ir a esquiar en la nieve o leer un libro en la playa?
- 2 ¿Cuál es su estación favorita y lo que más le gusta hacer durante esa estación?
- 3 ¿En qué olores piensa con cada estación?
- 4 Si pudiera eliminar una temporada, ¿cuál sería y por qué?
- 5 ¿En qué estación soñó con casarse, y si está casada... sucedió?

#5 Food

- 1 What's the weirdest food you've eaten?
2. What is your favorite dinner and dessert that you make at home?
- 2 What crazy food combination do you enjoy?
4. What is your favorite restaurant, and what do you order?
5. What is the most you have ever paid for a meal, and was it worth it?

#6 Pasatiempo

- 1 ¿Preferiría practicar un deporte, hacer ejercicio, cocinar, jugar a las cartas o hacer una manualidad?
- 2 ¿Cuál es su pasatiempo más inusual?
- 3 ¿Cuál es tu pasatiempo favorito y cómo te presentaron?
- 4 Comparta su forma favorita de pasar su tiempo libre.
- 5 ¿Colecciona algo? Si es así, ¿qué es?

Bolsitas de Recetas de Bondad

Invite a las mujeres a llenar bolsas de golosinas con dulces/bocadillos/tarjetas de regalo y coloque la etiqueta de "receta para la bondad" en ellas. Anímelas a repartirlas a personas al azar o a poner las bolsas en las cajas de la despensa de alimentos de su cuerpo. Para obtener instrucciones, consulte <https://thecraftingchicks.com/random-acts-of-kindness-treat-bags/>.

Elemento de Adoración

Comparta el canto: **"Love God, Love People" por Danny Gokey** en Youtube:
<https://www.youtube.com/watch?v=t-29WLQ3trA>.

Amor

En los últimos años, las cadenas de "actos de bondad al azar" y "pago por adelantado" se han convertido en una gran parte de nuestra sociedad. Recientemente escuché una historia sobre un Dairy Queen en Minnesota donde alguien inició una cadena de "pago por adelantado" de 2 días con más de \$ 10,000 en alimentos pagados por otros. Piense si alguna vez ha recibido este tipo de bondad. ¿Le trajo alegría? ¿Alentó algo dentro usted?

Mateo 22:37, 39 dice: "Jesús respondió: "Amarás al Señor tu Dios con todo tu corazón, y con toda tu alma, y con toda tu mente". Este es el primer y más grande mandamiento. Y el segundo es semejante: 'Ama a tu prójimo como a ti mismo'".

Dios nos ordena amarlo con todo nuestro corazón, alma, mente y fuerzas y amar a nuestro prójimo. ¿Quién es su prójimo? Es la persona junto a la que se sienta en el autobús, la cajera del supermercado, la mujer mayor que vive al lado suyo. Es la familia la que viene a la despensa de alimentos. El hombre que necesita ayuda con su alquiler. El niño que viene a los programas juveniles. Estos son nuestros prójimos y las personas a las que se nos manda amar. ¿Y cómo los amamos? Los amamos ofreciéndoles una sonrisa, una taza de café caliente o un oído atento. Los amamos al llevar su bote de basura a la acera, dejar algunas galletas o preguntarles cómo va su día.

Como dice Danny Gokey en su canción "Ama a Dios, ama a la gente":

"Mantenlo muy simple

Lleva todo de vuelta a la zona cero.

Porque todo se reduce a esto

Ama a Dios y ama a las personas".

Amar a los demás no siempre es sencillo. Solo funciona cuando fluye de nuestro corazón y cuando estamos alineados con el corazón de Dios. Dios ama a todas las personas. No importa cuál sea su raza, género o etnia. No le importa su ropa, cómo huele o si han cometido errores. El los ama. Y nos ordena que hagamos lo mismo.

1 Peter 3:8 dice, "8 En fin, vivan en armonía los unos con los otros; compartan penas y alegrías, practiquen el amor fraternal, sean compasivos y humildes". En este pasaje, Pedro les da a los cristianos cinco mandamientos para obedecer mientras vivimos en una relación unos con otros.

El primero estar en armonía unos con otros. Dios quiere que la Iglesia sea unificada en su pensamiento que es a través de la mente de Cristo. A continuación, los cristianos deben ser comprensivos. Debemos estar genuinamente interesados el uno en el otro. Esto sucede cuando ofrecemos escuchar a alguien, escucharlo de verdad, sin distraernos ni interponer nuestros pensamientos y sentimientos. Luego, Pedro nos manda a amarnos los unos a los otros. Este tipo de amor es un tipo de amor familiar. Si tiene hermanos, sabe que no siempre se gustan, pero en su mayor parte, haría todo lo posible por sus hermanos. Así debemos tratar a nuestros hermanos y hermanas en Cristo. Luego, debemos ser compasivos. Muéstranse bondad unos a otros. Tener siempre el deseo de hacer el bien a los demás. No tengas malas intenciones.

Finalmente, los cristianos deben ser humildes en espíritu o mente. Esto significa que dejamos de lado el egoísmo dentro de nosotros y hacemos de los demás el centro de nuestra atención. Debemos animar y animar a otros. Apoye a otros sin que se trate de nosotros.

Como dice la canción: "Ama a Dios. Ama a la gente." Es tan simple como eso.

Acerca del autor



Captain Karissa Zumwalt

USA Central Territory



Programas de Adoración

Noviembre 2023 – Profundamente Arraigada en la Fidelidad

noviembre 1, 2023 Por Major Nancy Mead



Introducción

La meta de este programa es ser imitadores de Cristo. Hacemos eso al caminar en amor. Debido a que Cristo se entregó por nosotros como ofrenda y sacrificio fragante a Dios,

debemos estar profundamente arraigadas en la fe para que podamos imitar ese amor.

Decoraciones y Ayudas Visuales

Seleccione una calabaza pequeña para cada una de las mujeres. Dibuje un corazón en ellas y escriba: "Cristo te ama". O use una calabaza grande con un corazón tallado con la misma redacción. Use manteles en colores de otoño.

Refrescos

Sirva las manzanas acarameladas con sidra de manzana fría o caliente.

Entorno

Adore alrededor de las mesas.

Participación

Asigne a las mujeres para que dirijan varios elementos en la reunión. Construye liderazgo y un sentido de pertenencia cuando las involucra de esta manera.

Resumen de la reunión

Bienvenida y Oración

Alabanza y Adoración – YouTube.com

- Grande es tu fidelidad | Maranata! Música (video con letras): <https://www.youtube.com/watch?v=ErwiBz1QA4o>
- Cuan grande es nuestro Dios | Maranata! Música (video con letras): <https://www.youtube.com/watch?v=9FLiAK3WV7U>

Testimonio

Pida a un par de mujeres que compartan acerca de la fidelidad de Dios en sus vidas.

Efesios 5:1-2: Seguid, pues, el ejemplo de Dios, como hijos amados y andad en el camino del amor, así como Cristo nos amó y se entregó a sí mismo por nosotros como ofrenda y sacrificio de olor fragante a Dios.

Ser imitadoras del amor y la fidelidad de Dios

(Empiece con el juego de seguir al líder.)

¿Noto cómo imitaba todo lo que hacía? Seguí al líder. Dios es nuestro líder, y debemos tener una fe arraigada en Él para poder imitar Su amor por los demás. Creo que a la mayoría de las personas les resulta muy difícil imitar el amor de Dios. Se trata de amar a nuestro prójimo más que a nosotros mismos. Eso puede ser difícil.

Aquí es donde debemos tener una fe profundamente arraigada en Cristo. Raíces que son tan profundas que no se pueden arrancar. Necesitamos vivir cada día para ser como Él. Pienso en 1 Corintios 13:1-13, donde Pablo comienza diciendo: "Y ahora os mostraré el camino más excelente".

Este pasaje explica cómo debemos imitar el amor de Cristo los unos por los otros. Si mantienes esta escritura profundamente arraigada, escrita en tu corazón y tienes fe, tus relaciones con los demás pueden capear cualquier tormenta.

Puede examinar las partes de este capítulo y aplicarlas a su matrimonio, amistades y otras relaciones. Mi parte favorita es que el amor no guarda registros de errores. Eso es difícil, especialmente cuando alguien te maltrata o te lastima a ti o a un ser querido. Pero esta escritura nos dice que debemos estar profundamente arraigados en la fe y confiar en Dios para manejar esas situaciones. Debes reflejar e imitar su amor.

La Biblia contiene muchos héroes de la fe que fueron imitadores de la fidelidad y el amor de Dios. Hebreos capítulo 11 cuenta sus historias. Ellos son Abel, Enoc, Noé, Abraham, Isaac, Jacob, José y Moisés. (Hable sobre algunas de estas personas y por qué están registradas debido a su fidelidad). Eran los hijos amados de Dios. Vivieron una vida de amor tal como Cristo nos amó. Cristo se entregó a sí mismo por nosotros como ofrenda y sacrificio fragante a Dios por nosotros.

Hágale a la mujer estas preguntas. Registre sus respuestas en una pizarra.

- ¿Cómo podemos imitar el amor de Cristo?
- ¿Qué área de tu vida necesitas mejorar para estar profundamente arraigado en Cristo? (Esto se puede compartir con el grupo o anotar en una tarjeta para orar en casa).

Bendición

Acerca del autor



Major Nancy Mead

Central Territory



Programas de Adoración

Diciembre 2023 – Paz en la Tierra

diciembre 1, 2023 Por Major Cyndi Shiels



Introducción

Probablemente todos nosotros este último año nos hemos visto profundamente afectados por al menos uno de los siguientes: disturbios civiles, pandemia, desempleo, problemas

financieros, problemas de salud, relaciones dolorosas o depresión. También lo han hecho nuestros amigos, familiares, compañeros de trabajo y vecinos. Tantas voces hoy nos dicen que este mundo está perdido por la lucha, la ira y el sufrimiento. Lo que el mundo necesita en este momento es paz. Lo que necesitas en este momento es paz. Hoy, vamos a recordarte una verdad pacífica. Este mundo no está perdido. Los poderes del bien ya han vencido y seguirán venciendo. Hace dos mil años, Dios vino a este mundo para traer una paz que trasciende nuestro entendimiento. Los ángeles declararon esa primera Navidad. “¡Paz en la tierra!” ¿Qué podrían haber significado?

Canto: “Venid Fieles Todos” (Cancionero Salvacionista #116)

La Promesa de un Príncipe de Paz

Unos 700 años antes del nacimiento de Jesús, el pueblo judío se vio rodeado de enemigos que derribaron los muros de su ciudad y se los llevaron como esclavos a tierras extranjeras. En medio de su sociedad en ruinas, Dios les dio un mensaje a través del profeta Isaías mientras los ejércitos descendían sobre ellos. Él dijo: “Dios con nosotros”. Dios no había dejado a Su pueblo sino que se acercaría a través de este niño. A través del mismo profeta, Dios dijo que nacería un niño, uno llamado, “Maravilloso Consejero, Dios Fuerte, Padre Eterno, Príncipe de Paz”. (Isaías 9:6). De alguna manera, este niño venidero traería paz. ¿Cómo?

A pesar de las dificultades que el pueblo judío enfrentaba por parte de sus enemigos, tenían un problema más profundo: estaban separados de su Dios. Su rebelión contra Dios había creado una división que no podían arreglar. Necesitaban a Dios para arreglarlo. Y si Dios podía sanar esa división, sabían que podían estar en paz con cualquier dificultad que el mundo les arrojara. Este niño, les dijo Dios, arreglaría esa división y les daría paz: no solo paz con Dios, sino paz sabiendo que Dios está con ellos sea cual sea la vida. Y así, durante 700 años, el pueblo judío esperó.

Nuestra primera lectura proviene del libro de Isaías del Antiguo Testamento, donde Dios promete como Príncipe de Paz. Dios hizo saber que era hora de que viniera el Príncipe de Paz.

Escritura: Isaías 7:14; 9:2, 6, 7 y Mateo 1:18—24

Canto: “Ven Emanuel” (Cancionero Salvacionista # 117)

Un niño trae paz en la tierra

Había llegado el momento. Dios le dijo a José que finalmente enviaría a ese niño, el Príncipe de Paz. Él traería la paz “salvando a su pueblo de sus pecados”. Dios nos dice las circunstancias históricas que rodearon el evento. El niño no era un niño ordinario, sino enteramente Dios y, sin embargo, enteramente hombre. Necesitaba ser completamente humano, para poder vivir la vida perfecta que nosotros no podemos. Necesitaba ser

completamente Dios porque Su vida perfecta podía contar para la vida de todas las personas y así traer paz al mundo. Él está aquí: el que nos daría la paz con Dios y la paz en la vida.

Los ángeles cantarán: "Paz en la tierra sobre quien descansa su favor". Esta es una forma poética de decir: si crees que Jesús es el Salvador que puede salvarte de tus pecados, tendrás paz y perdón.

Canto: "Noche de Paz" (vs. 1 y 2). (Cancionero Salvacionista # 124)

Escritura: Lucas 2: 1-20

Canto: "Noche de Paz (vs. 3). (Cancionero Salvacionista # 124)

Paz

La paz solo se puede encontrar cuando dedicamos tiempo a buscar el rostro de Dios. El mundo no puede ofrecernos la paz porque no tiene en qué depositar su esperanza, confianza y seguridad. Los reinos van y vienen. Los líderes mundiales entran y salen del poder. Lo que las sociedades valoran cambia todo el tiempo. Nuestra única constante es Dios. Él ha sido, es y será por siempre el Creador, Sustentador y Señor. Toda autoridad le ha sido dada a Él. Gobierna el cambio de las estaciones. Frustra los planes del enemigo. Y anhela ofrecer una paz total y sostenida a todos los que ponen su esperanza y confianza en Él.

Isaías 26:3 dice: "Tú vivirás en perfecta paz; aquellos cuya mente está firme porque en Ti confían." Nuestro Dios ofrece paz en cada situación si mantenemos nuestra mente enfocada en Él y confiamos en Él. El mundo dice que la paz solo puede llegar cuando has trabajado hasta el agotamiento y finalmente has logrado todo lo que deseas. Solo puedes tener paz cuando tienes suficiente dinero, amigos, el trabajo adecuado o un cónyuge. Solo puedes tener paz con amigos, familiares y jefes como tú. Sin embargo, el camino de Dios es atraerte hacia Él y ofrecerte paz en medio de tus circunstancias. Él no quiere que esperes hasta que todo se resuelva antes de que puedas descansar. Te está ofreciendo descanso ahora mismo.

El Salmo 23 dice: "El Señor es mi pastor; Nada me faltará. Me hace descansar en verdes pastos. Me conduce junto a aguas de reposo. Él restaura mi alma. ...preparas mesa delante de mí en presencia de mis enemigos; unges mi cabeza con aceite; mi copa rebosa." Dios anhela preparar una mesa para ti en medio de cualquier problema que te rodee. Él te llama a mantener tu mente enfocada en Él sin importar lo que te espera. Y Él te está pidiendo que busques Su rostro y encuentres tu descanso en Él en lugar de esforzarte y luchar por la paz circunstancial.

Romanos 8:6, "Poner la mente en el Espíritu es vida y paz". Es solo por el espíritu que encontrarás vida y paz. Deja de buscar tu realización en las cosas del mundo. Deja de pedirle al mundo que te ofrezca lo que nunca tuvo al principio. Mirad hacia vuestro Padre celestial la

paz que sobrepasa todo entendimiento. Que estés lleno de descanso y paz hoy mientras pasas tiempo en oración buscando el rostro de Dios.

Oración

- 1 Medite en la verdad de que Dios es su única fuente de paz y descanso. La palabra de Dios para moldear y dar forma a su perspectiva.
 “El señor es mi pastor; Nada me faltará. Me hace descansar en verdes pastos. Me conduce junto a aguas de reposo. Él restaura mi alma.” Salmo 23:1-3
 “Para poner la mente del Espíritu en vida y paz.” Romanos 8:6
 “Tú mantén en perfecta paz a aquel cuyo pensamiento está puesto en ti, vamos, porque en ti confía”. Isaías 26:3
- 2 ¿Hacia dónde ha estado corriendo por la paz? ¿Ha tenido mucha paz y descanso en su vida últimamente? Reconocer sus actividades pasadas lo ayudará a hacer cambios en el presente.
 “Confía en el Señor con todo tu corazón, y no te apoyes en tu entendimiento. Reconócelo en todos tus caminos, y Él enderezará tus veredas”. Proverbios 3:5, 6
- 3 Busque la paz que proviene de poner su esperanza y confianza solo en Dios. Pídale al Espíritu que le llene de paz en medio de sus circunstancias. Deje que sus peticiones sean conocidas por Dios y reciba la paz que viene de echar sus cargas sobre los hombros amorosos y capaces de su Padre celestial. “El Señor está cerca; por nada estéis afanosos, sino sean conocidas vuestras peticiones delante de Dios en toda oración y ruego, con acción de gracias. Y la paz de Dios, que sobrepasa todo entendimiento, guardará vuestros corazones y vuestros pensamientos en Cristo Jesús.” Filipenses 4:5-7

Ve

Se le robará la paz tan pronto como desvíe su confianza de Dios y comience a vivir en su propia fuerza. La única fuente de paz constante es mantener su mente en Dios. Puede confiar en la realidad del deseo y la capacidad de Dios para guardarle. Si Él le dice que espere, puede esperar. Puede moverse cuando Él le dice que se mueva. Ofrézcale su entendimiento, acciones y emociones, y permítale ser el Señor sobre todos ellos hoy.

Escritura: Lucas 1:26-35, 38

Canto: “Ve dilo en la montaña” (Cancionero Salvacionista # 106).

Ore por paz, la bendición de Dios.

Canto: “Al mundo paz” (Cancionero Salvacionista # 113).

Recursos:

- Experiencing God – Blackaby Ministries International: [https://blackaby.org > experiencing-god](https://blackaby.org/experiencing-god)
- The Resourceful Church Musician: Home: <https://theresourcefulchurchmusician.com>



Programas de Adoración

Enero 2024 – Profundamente Arraigada en la Paciencia

enero 1, 2024 Por Major Paula Pyle



Introducción

El objetivo de este programa es que las mujeres tengan un mayor sentido de cómo practicar la paciencia.

Enfoque de las Escrituras

“Guarda silencio ante el Señor, y espera en él con paciencia;” Salmo 37:7 (NVI).

“No se inquieten por nada; más bien, en toda ocasión, con oración y ruego, presenten sus peticiones a Dios y denle gracias.” Filipenses 4:6 (NVI).

Esquema del Programa

Bienvenida

Canciones de adoración –

‘You are my Strength’ del álbum “Savior” de Hillsong Worship. – https://youtu.be/9r_s-NpQgPs

‘Still’ de Hillsong United con letra – <https://youtu.be/pSZH4d8UfEs>

Levántate porque la luz ha llegado (por la Mayor Paula Pyle)

//

Soñamos con levantarnos para levantar a los heridos, perdidos y caídos.

Con visión clara y pasión, para mostrar el camino al cielo

Oramos para levantarnos y decirles que hay curación.

Un bálsamo espiritual en Galaad, que conoce su ser interior.

Elegimos surgir de todos los males del pasado.

La luz seguramente ha llegado y siempre brilla muy rápido.

Nos comprometemos a levantarnos y defender una vida saludable.

Para el bienestar de la mente, espíritu, alma y cuerpo.

Nos atrevemos a levantarnos y dejar que el Espíritu Santo nos guíe

A medida que nuestra fe se despierta en Él, seguramente confiamos

Decidimos levantarnos y no temer decepciones.

Porque tenemos la victoria en Jesús, que nos da la iluminación.

Decoraciones y Ayudas Visuales

Configure el centro de adoración principal o use centros de mesa en cada mesa con la palabra Paciencia. Incorporando lo siguiente, que se utilizará durante el tiempo de oración

interactiva.

- Oso rezando
- Un reloj de arena
- Manteles
- Tinta y sellos artesanales
- Auricular (para representar el oír)
- Libreta y bolígrafos
- Vela (diferentes colores o solo blanca si se usa un mantel de color)
- Sobre con tarjeta

Grupo Celular/Caminata de Oración

Ponga música de adoración. Cree tarjetas de las Escrituras usando los versículos mencionados en el devocional. Estos se pueden usar para dar a un miembro de ministerios de mujeres encerrado o durante la visita de Cuidado Comunitario.

Tómelo con Calma

¿Con qué frecuencia parece que tenemos prisa por completar una lista de tareas diarias?
¿Cuándo fue la última vez que bajamos la velocidad para pasar un tiempo íntimo con Dios? A menudo, al comienzo del Año Nuevo, establecemos resoluciones de Año Nuevo que prometen comenzar de nuevo y pasar más tiempo con Dios.

Durante la pandemia, muchos de nosotros nos vimos obligados a reducir la velocidad debido a que contrajimos el virus COVID-19 o porque estábamos cuidando a alguien cercano que estaba infectado. Dios a veces hace que las situaciones en nuestras vidas nos retrasen. Si no estamos profundamente arraigados en Él, podemos sentirnos abatidos, deprimidos, frustrados y sin esperanza. Parecerá que todos los días nos levantamos y decimos: “¿Ya llegamos? ¿Cuándo va a terminar esto?”

En el Salmo 46:10, David nos recuerda: “Estad quietos y sabed que yo soy Dios”. Nos resulta difícil atender a la gente; a menudo, es aún más difícil esperar en Dios. Sin embargo, en Filipenses 4:6 se nos recuerda. “Por nada estéis afanosos; antes bien, en toda situación, con oración y ruego, presentad vuestras peticiones a Dios con acción de gracias.”

En el Poema “Levántate porque ha llegado la luz”, las acciones solo se pueden lograr si pasamos tiempo de calidad con Dios para que podamos estar “profundamente arraigados en Él”. Este acróstico (PATIENCE: Paciencia en Inglés) puede ayudarnos a practicar la paciencia.

P – es para oración

Acostúmbrese a dedicarse cada día a un tiempo de oración personal. Mateo 6:6 dice: “Pero cuando ores, entra en tu habitación, cierra la puerta y ora a tu Padre que está oculto. Entonces vuestro Padre, que ve lo que se hace en secreto, os recompensará”.

A – es para aceptación

Aprenda a aceptar las pruebas por las que Dios te está llevando. Romanos 12:2 dice: “No os conforméis al modelo de este mundo, sino transformaos mediante la renovación de vuestra mente. Entonces podréis probar y aprobar cuál es la voluntad de Dios: su voluntad buena, agradable y perfecta”.

T – es por tiempo

Tómese el tiempo para oler las rosas. Dios creó un mundo hermoso para que lo veamos y lo disfrutemos. Incorpore salir de nuestra zona de confort y respirar aire libre todos los días. Haga algunos ejercicios sencillos que se ajusten a su físico o incluso una pequeña caminata por la casa o cuadra para ver algo diferente y darle a sus ojos algo positivo. Eclesiastés 3:11, “Todo lo hizo hermoso en su tiempo. Él también ha puesto la eternidad en el corazón humano, pero nadie puede comprender lo que Dios ha hecho de principio a fin”.

I – es para ignorar las distracciones

A veces estamos tan consumidos con la tecnología que solo reconocemos a Dios justo antes de irnos a dormir con una oración rápida de 20 segundos.

N – es para No Negatividad

Siga teniendo pensamientos positivos; no deje que el enemigo le robe el gozo. Efesios 6:10, 11 dice: “Por lo demás, fortaleceos en el Señor y en el poder de Su fuerza. Pónganse toda la armadura de Dios para que puedan hacer frente a las asechanzas del diablo”.

C – es para la calma

Trate de mantener la calma en sus situaciones y deje que Dios pelee sus batallas por usted. Eclesiastés 10:4 dice: “Si la ira de un gobernante se levanta contra ti, no dejes tu puesto; la calma puede poner fin a grandes ofensas.

E – es para el empoderamiento

Deje que Dios le capacite con Su Espíritu Santo y le enseñe Su Palabra. Cuando busque Su rostro y confiese sus faltas y debilidades, Él le purificará y le dará la paciencia para perseverar en su caminar cristiano.

Ejercicios de Cierre

Etiquete una canasta "Paciencia". Invite a las mujeres a colocar una tarjeta en la canasta de un área en sus vidas donde necesitan que Dios las ayude a tener paciencia.

Toque la canción "God Will Make a Way" durante este tiempo – <https://youtu.be/1zo3fjYtS-o>

Concluya el tiempo juntos orando sobre las tarjetas.



Programas de Adoración

Febrero 2024 – Comunidad de Oradores

febrero 1, 2024 Por Captain Kristina Sjögren



||

“Ustedes, mis hermanos y hermanas, fueron llamados a ser libres. Pero no uses tu libertad para complacer la carne; antes bien, servíos unos a otros con humildad y amor. Porque toda la ley se cumple en guardar este único mandamiento: ‘Ama a tu prójimo como a ti mismo’”
(Gálatas 5:13, 14).

Suministros necesarios

- Palitos para manualidades (tamaño depresor de lengua)
- Tarro de albañil
- Fichas blancas
- Fichas azules, verdes y amarillas
- Sobres en blanco
- Cesta
- Cartulina
- Mapamundi/Globo
- Marcadores (variedad de colores)
- Plumas
- Cartulina para letreros de estaciones (plegado de carpa)
- Direcciones impresas para cada estación
- Dispositivo Bluetooth/teléfono/ordenador/altavoces para música de fondo meditativa

Bienvenida

Dé la bienvenida y explique el tiempo de adoración. A medida que lleguen las mujeres, pídale que escriban una petición de oración en un palito de madera grande y que lo coloquen en un tarro de cristal con la etiqueta "peticiones de intercesión". Coloque el frasco sobre la mesa con la etiqueta "Intercesión". Además, pídale que escriban sus nombres en un sobre en blanco y que lo coloquen en la canasta en la mesa de "Tarjetas de la Alegría". Después del devocional, divida a las mujeres en grupos de no menos de tres personas para participar en las estaciones de oración. Deben pasar entre 5 y 7 minutos en cada estación.

Establecer estaciones de oración

Establezca cinco áreas para las estaciones de oración. Identifique cada estación con un pliegue de cartulina/carpa e instrucciones impresas.

Tarjetas de la Alegría

Suministros: sobres, tarjeta en blanco, bolígrafos, canasta

Pase lo que pase, nunca puedes compartir suficiente alegría y aliento con los demás. Elija un sobre que tenga el nombre de una mujer en el exterior. Tome una tarjeta en blanco y

escribales una nota o un versículo bíblico para compartir el gozo del Señor con ellos. Selle y déjelo en la canasta en la mesa. Estos se les enviarán por correo en una fecha posterior.

Intercesión

Suministros: frasco con la etiqueta "solicitudes de intercesión".

Efesios 6:18 nos dice: "Orad en el Espíritu en toda ocasión con toda clase de oraciones y peticiones. Con esto en mente, estén alerta y sigan orando siempre por todo el pueblo del Señor" Esta estación es para oraciones de intercesión. Saque un bajalenguas del frasco y ore por cada pedido como grupo.

Ama a tu prójimo

Suministros: cartulina, marcadores de colores

Gálatas 5:14 dice: "Porque toda la ley se cumple en guardar este único mandamiento: Ama a tu prójimo como a ti mismo". Tómese un momento para pensar en un prójimo por quien Dios podría llamarlo a orar. No es necesario escribir su nombre, sino una frase para describirlos (mi vecino de al lado, el conductor del autobús de mi hijo, el barista de Starbucks). Agréguelos al cartel de oración y luego tómese un tiempo con su grupo para orar por estas personas.

Responsabilidad

Suministros: mapamundi o globo terráqueo

Primero, Timoteo 2:1-4 dice: "Exhorto, pues, ante todo, a que se hagan súplicas, oraciones, intercesiones y acciones de gracias por todos los pueblos, por los reyes y por todos los que están en autoridad, para que vivamos en paz y tranquilidad. vive en toda piedad y santidad. Esto es bueno y agradable a Dios nuestro Salvador, que quiere que todos los hombres se salven y lleguen al conocimiento de la verdad". Como grupo, oren por las personas de otros países. Ore por la protección de Dios, por los que están en autoridad, por la paz y por nuestros hermanos y hermanas en Cristo para proclamar con valentía la historia del Evangelio a sus vecinos.

Unidad

Suministros: tarjetas de notas azules/verdes/amarillas, bolígrafos

Salmo 133:1, "¡Cuán bueno y agradable es cuando el pueblo de Dios vive unido en unidad!" Esta estación brinda la oportunidad de orar para que la Iglesia viva en armonía como un solo cuerpo, buscando construir puentes entre los creyentes, actuando como pacificadores dentro del cuerpo de Cristo. Tienes la opción de orar por la unidad con tres aspectos diferentes de La Iglesia: tu iglesia local, la iglesia global y aquellos que aún no conocen a Cristo como Señor y Salvador. Elija una tarjeta de notas de color (Azul: Iglesia local, Verde: Iglesia global, Amarillo:

Aquellos que aún no conocen a Cristo). Escriba en esa tarjeta lo que desea para esa persona/grupo/país y oren juntos por estas cosas por turnos. Guarde su tarjeta de notas y llévela con usted como un recordatorio para continuar en oración por estas cosas.

Servir las unas a otras

¿Cómo se ve “servirnos unas a otras humildemente en amor”? La frase “unas a otras” implica que el servicio ocurre en el contexto de la comunidad. Si pensamos en el contexto de nuestra comunidad, todos podemos pensar en muchas oportunidades para servir. Muy a menudo, servimos solo para darnos cuenta de que nuestra energía se está agotando rápidamente. Como comunidad de creyentes, necesitamos que otros nos hablen palabras de amor y aliento cuando nuestros tanques comiencen a vaciarse. También nos beneficiamos de servir juntos en la comunidad unos con otros.

Hebreos 10:24-25 lo dice bien: “Y considerémonos unos a otros para estimularnos al amor y a las buenas obras, no dejando de congregarnos, como algunos tienen por costumbre, sino exhortándonos unos a otros, y todos tanto más cuanto veis que se acerca el Día.”

Es nuestro privilegio como cuerpo de creyentes estar conectados, amarnos unos a otros y animarnos unos a otros a hacer el buen trabajo que Dios tiene para nosotros. Solo podemos hacer eso a través del poder de Su Espíritu Santo. Servimos “en amor” al invitar al Espíritu Santo de Dios para que nos dé la fuerza que necesitamos para hacer Su obra. Solo es posible servirnos unos a otros con amor cuando invitamos continuamente al poder de Dios a obrar en y a través de nuestras vidas.

¿Qué mejor manera de hacerlo que a través de la comunicación y la oración con Dios? Efesios 6:18 nos dice: “Orad en el Espíritu en toda ocasión con toda clase de oraciones y peticiones. Con esto en mente, estén alerta y sigan orando siempre por todo el pueblo del Señor”.

Hoy, mientras consideramos amarnos unas a otras y vivir en comunidad, vamos a practicar precisamente eso uniéndonos en oración en las estaciones de oración que se han preparado para nosotros.

Otros Recursos

Estaciones de Oración/Oración

- <https://consumedbycreativity.blogspot.com/2016/03/unique-prayer-stations-for-womens.html>
- <https://www.crosswalk.com/faith/prayer/a-prayer-of-intercession.html>
- <http://mentoringwomeninministry.com/womens-retreat-prayer-ideas/>
- <https://www.missionalwomen.com/discipleship-build/missional-women-prayer-mosaic>

- <https://www.buspastorsermons.com/a-corporate-prayer-plan-for-the-church-using-prayer-stations/>

Música

- <https://www.youtube.com/watch?v=IGOH0-Fallo>
- <https://www.youtube.com/watch?v=iKb0GTI9T7Y>
- <https://www.youtube.com/watch?v=74ZHHfQLj4o>
- <https://www.youtube.com/watch?v=NVhl0tCzFTc>
- <https://www.youtube.com/watch?v=p-LomsBQ8hA>



Programas de Adoración

Marzo 2024 – Cultivar la Bondad

marzo 1, 2024 Por Captain Rhegan Stansbury



Escritura

Jeremías 17:7, 8, “»Bendito el hombre que confía en el Señor y pone su confianza en él. Será como un árbol plantado junto al agua, que extiende sus raíces hacia la corriente; no teme que llegue el calor, y sus hojas están siempre verdes. En época de sequía no se angustia, y nunca deja de dar fruto».” (NVI).

Salmo 34:8, “Prueben y vean que el Señor es bueno; dichosos los que en él se refugian.”

Gálatas 2:20, "He sido crucificado con Cristo, y ya no vivo yo, sino que Cristo vive en mí. Lo que ahora vivo en el cuerpo, lo vivo por la fe en el Hijo de Dios, quien me amó y dio su vida por mí."

Decoraciones

Reúna libros de recetas, libros de autoayuda y portadas de revistas que prometen cambiar su vida en poco tiempo.

Actividad

Muestra el tráiler del programa "Nailed It" en Netflix <https://www.youtube.com/watch?v=pb7CBZ952zs>

Juegue su propio juego de Nailed It. Tenga una muestra (de la vida real o una fotografía) de lo que quiere que las mujeres creen. Proporcione los suministros, establezca un límite de tiempo y listo. Para grupos más grandes, puede tener equipos de 2-3 personas.

Ejemplo: Decore una magdalena de primavera o de San Patricio o una magdalena de colmena.

<https://www.aboutamom.com/st-patricks-day-rainbow-cupcakes>

<https://www.bettycrocker.com/recipes/bee-hive-cupcakes/cb66d9ec-16a3-4032-8c0a-cacb6985b550>

La bondad de Cristo en mi vida

A lo largo de los años he aprendido que mi familia y yo lo hacemos mejor cuando hay un menú que seguir. Ayuda con las compras de comestibles y responde la pregunta interminable de "Mamá, ¿qué hay para cenar?" Día a día, esta pregunta puede ser agotadora para mí. Cuando no hay un plan, es mucho más fácil llegar al drive-thru.

Mis hijas están entrando en la adolescencia y existe una nueva presión para asegurarse de que estén listas para la edad adulta. Entonces, comenzamos una nueva forma de planificar el menú. Cada persona en la casa elige una comida y es responsable de cocinar o ayudar a cocinar esa comida. Esto no solo me quita algo de presión de la planificación del menú, sino que les enseña algunas habilidades culinarias esenciales. Es increíble cuánto más dispuestos están los niños a probar las cosas que ellos mismos cocinaron. Mi hija mediana ha descubierto el placer de probar cosas nuevas, especialmente cuando tiene una receta que le dice exactamente cómo hacerlo.

A veces deseamos que hubiera una receta para la vida perfecta. Agregue un título universitario, un cónyuge y tres hijos. Un trabajo específico que paga mucho dinero. Tenga a esta persona y también a esta persona como sus amigos. Corra 5 millas cada mañana. Adquirir un perro y un gato. Conducir el coche perfecto. Le da la imagen. ¿Qué se necesita

para tener una vida perfecta? La respuesta no viene en cosas materiales o relaciones. La vida ideal proviene de conocer a Dios y vivir una vida que le agrade. El Salmo 34:8 dice: "Gustad, y ved que es bueno Jehová; bienaventurado el que en él se refugia."

Crecí yendo a la iglesia y asistiendo a una escuela cristiana. En estos espacios aprendí a ser piadoso y a cultivar la bondad de Cristo en mi vida. Memorice las Escrituras, leí la Biblia, aprendí a orar, aprendí a defender mi fe, aprendí a contarles a otros sobre el evangelio, aprendí a actuar y qué decir. Como humanos, no somos automáticamente piadosos; nuestra naturaleza pecaminosa lo impide. Tenemos que aprender y entrenar y trabajar en ello, al igual que nos preparamos para muchas cosas en la vida. ¿Por qué? Porque queremos tener éxito. De niños, podemos entrenar para varios deportes, instrumentos musicales o clases de oratoria. A medida que entramos en la edad adulta, nos preparamos para una carrera y la mayoría de nosotros continuamos formándonos y mejorando a medida que pasan los años. Si elegimos casarnos o tener hijos, nos preparamos leyendo libros y blogs y preguntando a amigos y familiares cómo se hace.

Podríamos entrenar para un maratón o incluso prepararnos para estar saludables o perder peso si somos ambiciosos. Hay miles de libros que te enseñan cómo perder peso, cómo despejarte, cómo ser un buen padre y cómo hacerte rico. ¿Cuántas veces buscamos una solución rápida? Agregue las palabras "en 30 días" al título de su libro y probablemente duplique las ventas de su libro. Recientemente leí un libro titulado "Cómo ordenar tu vida en 7 días". Claro, había un plan de 7 días, pero las expectativas eran ridículas. El autor quería que limpiara todo mi guardarropa una mañana antes del trabajo. Incluso ella admitió que hizo este plan en el lapso de 6 meses.

Lo mismo ocurre con nuestra vida espiritual. Queremos una solución rápida de Dios para todos nuestros problemas. No queremos cambiar nuestras vidas, pero queremos todos los beneficios de una vida espiritual saludable. No queremos pasar tiempo de calidad en la palabra y la oración de Dios, pero queremos que Dios haga nuestra vida perfecta. Debemos estar dispuestos a seguir el libro de instrucciones de Dios: la Biblia. Solo sus recetas de salvación y santidad crearán cambios en nuestra vida. Si no ejercitamos nuestra fe, solo engordaremos con todo el conocimiento que vamos acumulando. Las excusas son fáciles, pero el entrenamiento es necesario para nuestro crecimiento, piedad y testimonio a los demás. Gracias a Dios tenemos el ejemplo de Jesucristo y el Espíritu para guiarnos por el camino de la justicia. No hay suerte involucrada, solo dedicación y trabajo duro para cultivar la bondad de Cristo en nosotros.

Canción

"Construiré mi Vida" <https://youtu.be/Z32HiCoFzIU>.



Programas de Adoración

Abril 2024 – Profundamente Arraigada en Gozo

abril 1, 2024 Por Major Judy Tekautz



Decoraciones

Use colores primaverales y diferentes artículos con la palabra “Alegría” escrita en ellos.

Bienvenida y Oracion

Compartiendo Tiempo de Preguntas

1 ¿Qué estación le trae más alegría?

- 2 ¿Qué tipo de música mejora su estado de ánimo?
- 3 Si asociara el color con la palabra alegría, ¿cuál sería y por qué?
- 4 ¿Qué hace para traerse algo de alegría si se sientes deprimido?

Cante "Joy to the World" #113 *Cancionero del Ejército de Salvación*

Líder – Desarrollar raíces profundas de alegría es lo que sostendrá nuestro corazón y nuestra fe cuando enfrentemos tiempos que no son necesariamente fáciles o agradables. El gozo se basa en nuestra relación con el Señor, no en las circunstancias que enfrentamos.

En 2018, el grupo de música cristiana "For King and Country" grabó una canción llamada "Joy" Vamos a verlo. Video: <https://youtu.be/IA7n7TwPDmw> (si es difícil mostrar el video, imprima las palabras).

"Algunas personas solo se enfocan en las cosas difíciles que suceden en la vida. Fácil de hacer cuando ves las noticias. Sin embargo, con la ayuda de Jesús, ¡podemos elegir la alegría!".

Lectura Responsiva de las Escrituras – Salmo 98



Coro – "Tengo gozo, gozo, gozo, gozo, en mi corazón"

Tengo gozo, gozo, gozo, gozo.

En mi corazón (¿dónde?)

En mi corazón (¿dónde?)

En mi corazón

Tengo gozo, gozo, gozo, gozo.

En mi corazón (¿dónde?)

En mi corazón, para siempre

Tengo el amor de Jesús, el amor de Jesús...

Tengo la paz que sobrepasa el entendimiento...

Tengo el maravilloso amor de mi bendito Redentor

En lo más profundo de mi corazón...

Actividad Opcional

Pinte "gozo" en macetas pequeñas o use pegatinas. Coloque las plantas iniciales en la maceta. O haga pequeños letreros o bolsas de regalo con la palabra "gozo" en ellos. Llévelos, junto con una tarjeta, a alguien que necesite un toque de alegría.

Desarrollando Raíces de Gozo

La Palabra de Dios se refiere al gozo o al acto de regocijarse en muchas ocasiones. La palabra "gozo" en alguna variación se encuentra 244 veces en la traducción NVI. A lo largo de la Biblia, Dios nos dice que nos regocijemos, estemos alegres y cantemos alabanzas. Sin embargo, si somos honestos con nosotros mismos, hay muchas ocasiones en las que no nos "sentimos" alegres. En Santiago 1:2, se nos dice, "considerad puro gozo cuando os halléis en diversas pruebas". Cuando era nuevo en mi fe y leí esto, estoy seguro de que no estaba solo cuando respondí: "¿En serio?" ¿Qué tan realista es esperar que yo esté feliz con el juicio?

El gozo es uno de los frutos del Espíritu (Gálatas 5:22-23). El fruto crece a medida que pasamos tiempo con Dios y permitimos que Su Espíritu nos enseñe acerca de Él y Su amor y cuidado por nosotros. Las raíces de nuestra relación con Él crecen profundamente. Es por eso que Jesús nos dice en Juan 15 que debemos permanecer en Él, como la vid y las ramas. Si no lo hacemos, nuestra fe se marchitará y nuestro gozo en el Señor vendrá también. En el versículo 11 de ese capítulo, Jesús dice: "Os he dicho esto para que Mi gozo esté en vosotros y vuestro gozo sea completo".

Anteriormente, cantamos "Alegría para el mundo", tradicionalmente cantado como un villancico navideño. Originalmente no fue escrito como tal. Estaba basado en el Salmo 98, que leímos antes. Tanto el canto como el villancico nos cuentan el origen de nuestra alegría. Nos llenamos de alegría cuando reconocemos el amor y la salvación de Dios por nosotros, mostrados en y a través de la vida, muerte y resurrección de Jesús y la provisión de cuidado y protección constantes.

¿Qué podemos hacer para ayudar en el proceso de crecimiento del gozo? Pienso en otro coro de escuela dominical que solíamos cantar.

"J-O-Y, J-O-Y, esto sin duda debe significar,

Jesús primero, tú mismo último y otros en el medio"

Este coro simple nos da una base profunda sobre cómo elegir intencionalmente la alegría cada día.

- 1 Haga de su relación con Dios la prioridad de su vida. Pase tiempo leyendo y estudiando Su palabra para que puedas ver todas las razones para regocijarte en Él. Él es nuestra

alegría. Él es quien nos da alegría. Escuche canciones de alegría todos los días.

- 2 Haga algo por los demás. Es un excelente estímulo para nuestro espíritu cuando ayudamos a los demás. Mi reto es que cuando lo hagas, estés seguro de que estás compartiendo el gozo de Jesús con ellos. Tómese el tiempo para animarlos y orar con ellos. ¡Difunde la alegría!
- 3 Cuídese. Es difícil sentirse alegre o contagiar alegría a los demás si no nos cuidamos a nosotros mismos espiritual, física, emocional y mentalmente. Encuentre la ayuda que necesitas en estas áreas para tener un buen suelo para las raíces de la alegría. La dificultad en cualquier área de nuestra vida puede trabajar para sofocar estas raíces.

Entonces, amigas, incluso durante esos momentos de lucha y dolor, altibajos, cuando nuestro gozo no es perfecto, recordemos que nuestro gozo aquí es solo una muestra de lo que está por venir. A medida que crecemos en el Señor, Él nos recuerda que nuestro gozo será completo algún día. Primera de Pedro 1:8-9 dice: "Aunque no le habéis visto, le amáis; y aunque ahora no lo veáis, creéis en él y estáis llenos de un gozo inefable y glorioso, porque estáis recibiendo el resultado de vuestra fe, la salvación de vuestras almas".

El gozo no es una opción en la vida del creyente, pero la buena noticia es que Dios es quien da y hace crecer nuestro gozo. Tenemos que elegir que sea un buen suelo en el que pueda crecer.

Cierre en oración

Acerca del autor



Major Judy Tekautz

USA Central Territory



Programas de Adoración

Mayo 2024 – Profundamente Arraigada en la Gentileza

mayo 1, 2024 Por Lt. Karen Felton



Estaciones de oración

Preparación

Necesitará ocho espacios separados. Haga que funcione usando el pasillo y dividiendo las habitaciones. También utilizará un baño con espejos para una de estas actividades. Prepare las estaciones de oración antes de que lleguen las mujeres.

Invite a las mujeres a reunirse en la capilla donde las luces están bajas y se han encendido velas para ayudarlas a experimentar la tranquilidad y el descanso. Abra en oración.

Distribuya los folletos de la estación de oración e indique a las mujeres que elijan una estación con la que quieran comenzar. Pueden trabajar a través de ellos de cualquier manera que les resulte cómoda, tomándose el tiempo que quieran en cada estación. No es importante terminar todas las estaciones sino tomar tiempo para escuchar la dirección de Dios. Después del tiempo asignado, invite a cualquier persona que desee compartir durante el tiempo de oración lo que Dios ha puesto en su corazón. Antes de pedirles a las mujeres que visiten las diversas estaciones de oración, comparta lo siguiente.

Escrituras y Pensamientos

“Venid a mí todos los que estáis trabajados y cargados, y yo os haré descansar; llevad mi yugo sobre vosotros y aprended de mí, que soy manso y humilde de corazón, y hallaréis descanso para vuestras almas. Porque mi yugo es fácil y ligera mi carga” (Mateo 11:28-30). ¿Lo escuchas? Jesús te insta a entrar en Su reposo. Él está esperando que dejes tus cargas a Sus pies y permanezcas con Él. Durante esta hora, permítete dejar de compararte con los demás. Detener el auto-juicio y la crítica interior que es tan común para las mujeres. Esta noche, vamos a ser amables con nosotros mismos mientras nos apoyamos en nuestro Padre, quien nos ama con tanta tierna misericordia.

Estación 1- Cargas – Capilla

Suministros necesarios: mochilas con libros pesados, algunas piedras lisas. Un par de rotuladores están sobre la mesa de santidad. Estas rocas representan a las mujeres dejando sus cargas.

Entrega tus cargas al SEÑOR, y Él cuidará de ti. No permitirá que los piadosos resbalen y caigan (Sal 55:22). No estamos destinados a llevar nuestras cargas por nuestra cuenta, sin embargo, las recogemos continuamente, decididos a superarlas por nuestra cuenta. O tememos agobiar a los demás. A menudo se lo damos a Dios por un tiempo, solo para retomarlo de nuevo. En la estación, intenta recoger una de las mochilas. Si puedes, camina tranquilamente por el pasillo con él. Mientras camina, observe qué tan rápido parece aumentar su peso. Ora y pregúntale a Dios qué cargas llevas que Él quiere que le des o le pidas Su ayuda.

Estación 2 – Agradecimiento

Pasillo. Use cartulinas de tamaño medio y tenga una variedad de rotuladores de colores para que las mujeres se dejen mensajes unas a otras.

“Y reine en vuestro corazón la paz de Cristo, a la cual fuisteis llamados en un solo cuerpo. Y sé agradecido”. (Colosenses 3:15). En el pasillo, encontrará los nombres de sus hermanas en Cristo. Tómese un momento para caminar por el pasillo y detenerse en cada nombre. Ofrezca

una oración intencional por cada una, y después de esa oración, por favor escriba una palabra de aliento para esa mujer en su cartulina. Al final de este tiempo, cada mujer puede llevarse a casa palabras de aliento con el conocimiento de que se ha orado por ellas intencionalmente.

Estación 3 – Valor propio

Estación Tres – baño. Haga que los versículos de las Escrituras se peguen en los espejos (las sugerencias de las Escrituras se enumeran a continuación). Invite a las mujeres a agregar sus versículos.

Eres muy hermosa, querida. No hay defecto en ti.” (Cantar de los Cantares 4:7). Este no será fácil. Tómame un tiempo y mírate en el espejo. Mire sus ojos, su nariz, sus labios, sus mejillas, la forma en que están colocadas sus orejas, qué tan alta o baja es su frente, su cabello: ¿rizado, liso, fino, grueso, cabello oscuro, canoso, ralo? Acéptalo todo. ¿Qué te dices a ti mismo de inmediato? ¿Qué mensajes sobre tu imagen te susurras? ¿Qué pasa con tu reflejo que te impide susurrar la palabra belleza cuando te ves a ti mismo? Escribe uno o dos comentarios que te digas a ti mismo en una de las notas adhesivas y pégalas en el espejo. ¿Cuándo olvidaste que eres la obra maestra de Dios? Formado y creado en el vientre de tu madre por Su diseño perfecto. Cuando te mires a ti mismo, lee el versículo de las Escrituras adjunto al espejo y ora para que Dios te ayude a restaurar tu visión para verte como Él te ve: hermoso y sin defectos. Eres su hija amada.

Estación 4 – Promesas de Dios

Una mesa con sillas. Coloque una lista de las promesas de Dios a Su pueblo que encontramos en la Biblia, junto con papeles con escrituras individuales. (Hay una lista de las promesas de Dios disponible en <https://garmentsofsplendor.com/wp-content/uploads/2019/04/100-promises-printable.pdf>).

“Bendito sea el Señor, que ha dado a su pueblo Israel, conforme a todo lo que prometió; ni una palabra ha fallado de todas sus buenas promesas que prometió por medio de Moisés su siervo” (1 Reyes 8:56). La Biblia contiene 8.810 promesas de Dios a su pueblo. Ese es un gran número. Qué Dios tan maravilloso para hacernos tantas promesas y cumplirlas todas. Se cita a un erudito de la Biblia diciendo: “la genialidad del Evangelio es que todos pueden compartir las Promesas a través de Cristo. Hijo de Dios, Jesús. En esta estación, tómame un tiempo para mirar alrededor de la mesa algunas de las promesas de Dios. Tómese el tiempo con uno de ellos que salta a la vista. Ore por ello. ¿Cómo crees que esta promesa se aplica o se aplicará a tu vida? ¿Hay algo que Él quiere que hagas? ¿Crear? ¿Confesar? Guarde el papel con el versículo para orar. Al mismo tiempo, usted está en la estación, dibuje o escriba una palabra en la cartulina para representar su respuesta a Su promesa.

Estación 5 – Acción de gracias

Prepara una mesa. No se necesitan sillas. Coloque el grano en un tazón hermoso y proporcione bolsitas de tela y corazones de papel para que las mujeres escriban por lo que están agradecidas. Pega los corazones a una pared.

Cuando los hermanos de José estaban hambrientos, fueron a Egipto a buscar grano para sus familias. Hoy nos alimentamos no solo de la comida sino también de nuestra fe en Jesucristo. Jesús nos dice en Juan 6:35 que "Yo soy el Pan de Vida. El que a mí viene, nunca tendrá hambre, y el que en mí cree, nunca tendrá sed." En esta estación, toca el grano y piensa en lo que te sostiene en tu vida. ¿Qué necesitas? ¿De quién dependes? Mientras vierte el grano en una bolsa, reflexione sobre cómo se alimenta. Lleve la bolsita con usted para recordarle el amor de Cristo.

A cambio, deja un corazón de papel con palabras para representar esos granos en tu vida por los que estás agradecido y añádelos al muro de la gratitud.

Estación 6 – Confesión

Una cruz en un rincón tranquilo.

"Si confesamos nuestros pecados, él es fiel y justo y nos perdonará nuestros pecados y nos limpiará de toda maldad" (1 Juan 1:9). Acércate a la cruz en esta estación. Tómese un tiempo para mostrar reverencia por lo que representa la cruz. El último sacrificio y muerte de Jesús en la cruz. Allí pagó el precio de todos nuestros pecados. Y lo increíble es que Él lo haría todo solo por ti. Él tomó tus pecados para que no sufieras todas las consecuencias de esos pecados. Él pagó tu precio.

¿Hay cosas a las que te aferras y debes confesarle? Nunca tengas miedo de decirle a tu Padre dónde sientes que has tropezado o te has quedado corto. Una cosa que siempre podemos preguntarnos es, ¿he amado lo suficiente? Tómame unos minutos y reza esta oración del Salmo 139:23: "Examíname, oh Dios, y conoce mi corazón; ponme a prueba y conoce mis pensamientos ansiosos. Mira si hay en mí algún camino ofensivo y guíame en el camino eterno". Después de orar, observe si hay algo que le llame la atención. Escribe una palabra para representar cada una de esas ofensas, luego pégalas en la cruz y sabe que Él ya te ha perdonado. ¡Él te ama tanto!

Estación 7 – Árbol genealógico

Mesa y sillas, lápices de colores o marcadores y contornos impresos de un árbol.
https://www.printablee.com/post_tree-branches-with-printable-pattern_263061

"Pero Rut respondió: 'No me pidas que te deje o que me aparte de ti. Donde tú vayas, yo iré, y donde tú te quedes, yo me quedaré. Tu pueblo será mi pueblo, y tu Dios mi Dios. Donde tú mueras, yo moriré, y allí seré sepultado. Que el Señor me trate, aunque sea con mucha severidad, si aun la muerte nos separa a ti y a mí'" (Rut 1:16-17). En esta estación, encontrarás el contorno de un árbol. Tómese el tiempo para llenar la raíz, el tronco y las ramas con los

nombres de las personas por las que desea orar en su familia. Si se siente guiado, agregue una palabra o dos para representar por qué está orando. Aférrese a esta hoja, sáquela durante su tiempo devocional diario y continúe orando por su familia. Su familia es parte del linaje de Dios, y es muy importante que mantengamos a nuestras familias cubiertas en oración.

Estación 8 – Descanso

Bellamente ponga la mesa (con sillas), frascos de dulces y bolsitas de golosinas, páginas para colorear para adultos y crayones.

“Venid a mí todos los que estáis trabajados y cargados, y yo os haré descansar. Llevad mi yugo sobre vosotros y aprended de mí, que soy manso y humilde de corazón, y hallaréis descanso para vuestras almas. Porque mi yugo es fácil y ligera mi carga” (Mateo 11:28-30). En la vida de las mujeres ocupadas, el autocuidado no es una opción. Permítanme decirlo más fuerte para los de atrás EL CUIDADO PERSONAL NO ES UNA OPCIÓN. Es esencial aprender a descansar cuando necesitamos descansar, a alimentarnos espiritualmente, pasar tiempo con otras mujeres y practicar cualquier cuidado personal que funcione para ti. No descuides el cuidado personal ni relegues el tiempo que te sobra. Póngalo en su calendario y conviértalo en una prioridad. Solo se puede verter de una taza llena. Entonces. en esta estación, tómese un tiempo y llene su taza (literalmente). ¡Siéntese en la mesa bellamente decorada, llene su taza con las golosinas especiales y siéntese, coloree si quiere y relájese! Eres una hija amada del Rey de Reyes.

Escrituras sobre la dignidad y la belleza de la mujer

- “Soy hermosa.” Eres toda hermosa, querida mía; no hay defecto en ti. (Cantar de los Cantares 4:7)
- Está revestida de fuerza y dignidad; ella puede reírse de los días venideros. (Proverbios 31:25)
- Serás corona de esplendor en la mano del Señor, diadema real en la mano de tu Dios. Es un. 62:3
- Mi amado habló y me dijo: Levántate, amada mía, hermosa mía, ven conmigo. (Cantar de los Cantares 2:10)
- Abre su boca con sabiduría, y la enseñanza de la bondad está en su lengua. (Proverbios 31:26)
- Los que lo miran están radiantes, y sus rostros nunca serán avergonzados. (Sal. 34:5)
- Hiciste todas las delicadas partes internas de mi cuerpo y me uniste en el vientre de mi madre.
- ¡Gracias por hacerme tan maravillosamente complejo! (Sal. 139:13-16)

- Tu mano de obra es maravillosa, qué bien lo sé. (Salmo 139:13-14)
- Porque somos obra maestra de Dios... (Efesios 2:10)
- "Soy Valioso." ...Creados para buenas obras que Dios preparó de antemano para que las hagamos. (Efesios 2:10)
- ¡Bienaventurada la que ha creído que el Señor cumpliría sus promesas con ella! (Lucas 1:45)
- Dios está dentro de ella, ella no caerá; Dios la ayudará al amanecer. (Sal. 46:5)
- Y el Dios de toda gracia, que os llamó a su gloria eterna en Cristo, después de haber padecido un poco de tiempo, él mismo os restaurará y os hará fuertes, firmes y constantes. (1 Pedro 5:10)
- ¿Y quién sabe si has llegado a tu posición real para un momento como este? (Est. 4:14)
- Mas vosotros sois linaje escogido, real sacerdocio, nación santa, pueblo adquirido por Dios, para que anunciéis las virtudes de aquel que os llamó de las tinieblas a su luz admirable; (1 Pedro 2:9)
- Porque nuestra ciudadanía está en los cielos, de donde también esperamos al Salvador, el Señor Jesucristo. (Filipenses 3:20)
- Pero el Señor le dijo a Samuel: "No mires su apariencia ni lo alto de su estatura, porque lo he rechazado. Porque el Señor no ve como el hombre ve: el hombre mira la apariencia exterior, pero el Señor mira el corazón. (1 Samuel 16:7)
- Bienaventurados los limpios de corazón, porque ellos verán a Dios. (Mateo 5:8)
- Ahora sois el cuerpo de Cristo e individualmente miembros de él. (1 Corintios 12:27)
- No sois vuestros, porque fuisteis comprados por precio. (1 Corintios 6:20)

"Soy Creado como Amado, y Cristo Vive en mí."

- Ella vale mucho más que las piedras preciosas (Prov. 31:10).
- Pero por la gracia de Dios, soy lo que soy (1 Cor. 15:10).
- Mira, te he inscrito en las palmas de mis manos... (Is. 49:16).
- he sido crucificado con Cristo; ya no vivo yo, sino que Cristo vive en mí; y lo que ahora vivo en la carne, lo vivo en la fe del Hijo de Dios, el cual me amó y se entregó a sí mismo por mí (Gálatas 2:20).
- Y, "Yo seré para vosotros por Padre, y vosotros me seréis hijos e hijas, dice el Señor Todopoderoso" (2 Cor. 6:18).
- Porque en Cristo Jesús todos sois hijos (e hijas) de Dios por la fe (Gálatas 3:26).

- ...las gloriosas riquezas de este misterio, que es Cristo en vosotros, la esperanza de gloria (Col. 1:27).
- Os he llamado amigos, porque todo lo que he oído de mi Padre os lo he dado a conocer (Juan 15:15).
- Por lo tanto, mis queridos hermanos y hermanas, manténganse firmes. Que nada os mueva (1 Cor. 15:58).
- Pero a todos los que le recibieron, a los que creen en su nombre, les dio potestad de ser hechos hijos de Dios (Juan 1:12).
- Porque habéis muerto, y vuestra vida está escondida con Cristo en Dios (Col. 3:3).
- y revestirse del nuevo hombre, creado a semejanza de Dios en la justicia y santidad de la verdad (Efesios 4:24).
- Entonces, Dios creó a la humanidad a Su propia imagen... (Gén. 1:27).



Programas de Adoración

Junio 2024 – Profundamente Arraigada en el Autocontrol

junio 1, 2024 Por Major Tammy Whitney



||

En cambio, el fruto del Espíritu es amor, alegría, paz, paciencia, amabilidad, bondad, fidelidad, humildad y dominio propio. No hay ley que condene estas cosas." (Gal. 5:22-23).

Este programa de adoración tiene la intención de proporcionar un espacio para la oración contemplativa y la meditación. La decoración debe ser simple y sin distracciones. El video del comienzo puede parecer una elección bastante extraña para comenzar una reunión enfocada en la oración contemplativa y la meditación. Aún así, tiene la intención de captar la atención

de las mujeres después de un tiempo de compañerismo y saludo. A medida que avanza la reunión, es posible que desee reducir un poco la velocidad, hablar un poco más bajo y atenuar las luces. Una vela encendida en el centro de la habitación puede servir como recordatorio de la presencia del Espíritu Santo.

Auto-Control

Hace unos años, aparecieron videos en Internet con el #kidscandychallenge. La idea es que los padres pongan una golosina frente a sus hijos pequeños con las instrucciones de que no pueden comer la golosina hasta que el padre regrese y les diga que está bien. El padre sale de la habitación y se produce una lucha.

Observe durante unos minutos para ver cómo lo manejan los niños.

<https://www.youtube.com/watch?v=BQvUsqB-6eU>

¿El autocontrol no es cosa fácil! Pablo dice en Romanos 7:15-20, "No entiendo lo que hago. Porque lo que quiero hacer, no lo hago, pero lo que odio, lo hago. Y si hago lo que no quiero hacer, acepto que la ley es buena. Tal como están las cosas, ya no soy yo quien lo hace, sino que es el pecado el que vive en mí. Porque sé que el bien mismo no habita en mí, es decir, en mi naturaleza pecaminosa. Porque tengo el deseo de hacer el bien, pero no puedo llevarlo a cabo. Porque no hago el bien que quiero hacer, sino el mal que no quiero hacer, esto lo sigo haciendo. Ahora bien, si hago lo que no quiero hacer, ya no soy yo quien lo hace, sino que es el pecado que vive en mí el que lo hace". La voluntad de Pablo no fue suficiente para vencer la tentación y el pecado en su vida. Creo que si examinamos nuestras propias vidas, podemos estar de acuerdo con Paul.

¿Entonces, qué vamos a hacer? Podemos dejar que el Espíritu Santo nos ayude. Gálatas 5:7 dice: "Mas el fruto del Espíritu es amor, gozo, paz, paciencia, benignidad, bondad, fe, mansedumbre y templanza. Contra tales cosas no hay ley. Los que son de Cristo Jesús han crucificado la carne con sus pasiones y deseos. Puesto que vivimos por el Espíritu, mantengámonos en sintonía con el Espíritu".

Esta es una gran noticia. Cuando falla nuestra voluntad, si hemos permitido que el Espíritu Santo resida en nuestras vidas y obre en nosotros ya través de nosotros, el dominio propio es uno de los frutos de esa asociación. Entramos en esa asociación al elegir diariamente interactuar con el Espíritu Santo y asociarnos intencionalmente con Él con el objetivo final de la transformación. Puede parecer un montón de palabras y un concepto abrumador, pero como dice el viejo refrán... ¿cómo te comes un elefante? Un bocado a la vez.

Elegir practicar varias disciplinas espirituales puede ayudarlo a estar atento al mover del Espíritu Santo y su espíritu. Las disciplinas espirituales son aquellas prácticas diarias que ponemos en práctica que nos llevan a un lugar donde podemos trabajar con el Espíritu Santo con el objetivo de la transformación.

Hay muchas disciplinas espirituales diferentes. Si estás interesado en explorar más sobre las disciplinas espirituales. Recomiendo leer "Celebration of Disciplines" de Richard Foster y "Spiritual Disciplines Handbook: Practices that Transform Us" de Adele Ahlberg Calhoun.

Hoy veremos un par de disciplinas espirituales diferentes que pueden llevarnos al fruto espiritual del dominio propio; la oración del examen y la creación de una Regla de Vida.

Oración de Examen

La Oración de Examen es un tiempo de oración contemplativa en el que usted y el Espíritu Santo repasan juntos vuestro día. San Ignacio estableció esta práctica de oración. Esto no tiene que ser un proceso complicado o incluso llevar mucho tiempo.

El Centro de Retiro Urbano Soul Care describe estos pasos para practicar la Oración de Examen.

- 1 Tomar conciencia de la presencia de Dios. Repasar los acontecimientos del día. Incluso si su día parece estar borroso, un revoltijo, un lío, pídale al Señor que le brinde claridad y comprensión.
- 2 Revise el día con gratitud. La gratitud es el fundamento de nuestra relación con Dios. Camine a través de su día y observe las alegrías y delicias. Concéntrese en los regalos del día. Mire el trabajo que hizo y las personas con las que interactuó. ¿Qué recibió de estas personas? ¿Qué les dio? Preste atención a las cosas pequeñas: la comida que comió, las vistas que vio y otros placeres aparentemente pequeños. Dios está en los detalles.
- 3 Preste atención a sus emociones. Una de las grandes intuiciones de San Ignacio fue que detectamos la presencia de lo Divino en los movimientos de nuestras emociones. Reflexione sobre los sentimientos que experimentaste durante el día. ¿Aburrimiento? ¿Elación? ¿Resentimiento? ¿Compasión? ¿Enojo? ¿Confianza? ¿Qué está diciendo Dios a través de estos sentimientos?
- 4 Es posible que se le muestren y recuerde algunas formas en las que se quedó corto. Tome nota de estos tiempos pero busque profundamente otras implicaciones. ¿Quizás un sentimiento de frustración significa que Dios quiere que usted considere una nueva dirección en alguna área de su trabajo? ¿Está preocupado por un amigo? Tal vez debería acercarse de alguna manera.
- 5 Elija una característica del día y ore al respecto. Pídale al Señor que le dirija a algo durante el día que sea particularmente importante. Puede implicar un sentimiento, positivo o negativo. Puede ser un encuentro significativo con otra persona o un momento vívido de placer o paz. O puede ser algo que parece relativamente insignificante. Mírelo. Ore al respecto. Permita que la oración surja espontáneamente de su corazón, ya sea intercesión, alabanza, arrepentimiento o gratitud.
- 6 Mire hacia el mañana. Pídale a Dios que le dé una luz para los desafíos del mañana. Preste atención a los sentimientos que surgen a medida que examina lo que se avecina.

¿Tiene dudas? ¿Alegre? ¿Aprensivo? ¿Lleno de anticipación encantada? Permita que estos sentimientos se conviertan en oración. Busque la guía del Señor. Pide ayuda y comprensión. Ore por esperanza.

Eso puede ser mucho para recordar, pero hay diferentes aplicaciones de oración disponibles que lo guiarán a través de una Oración de Examen.

<https://www.experiencesoulcare.com/2020/5-pasos-del-examen/>

Pray as You Go es una aplicación gratuita con varias oraciones, incluida la Oración de Examen. <https://pray-as-you-go.org/retreat/examen-prayer-review-your-day>

En este punto, usted mismo puede guiarlas a través de la Oración de Examen o usar una aplicación para realizar este ejercicio.

Regla de Vida

Una Regla de Vida es cómo queremos ordenar nuestra vida para presentarnos a Dios y estar abiertos a la transformación del Espíritu Santo. Su Regla de Vida debe funcionar en conjunto con sus ritmos naturales de vida. Esta no es una revisión completa de su vida y horario.

El formato de su Regla de Vida puede ser el que usted quiera que sea. El sitio web <https://ruleoflife.com/myrule/> es un recurso fantástico para crear su Regla de vida. Hay dos hojas de trabajo que puede imprimir para comenzar a elaborar su Regla de vida personal. Una vez que haya hecho eso, puede ponerlo en un formato que le sirva mejor. Puede ser un documento con viñetas, escrito en forma narrativa o algo más visual. El sitio web Rule of Life tiene muchos ejemplos. Recuerde, su Regla de Vida es simplemente SU Regla de Vida. A medida que crezca y cambie, no tenga miedo de actualizarla.

Oración cierre: Padre, Hijo y Espíritu Santo, el clamor de nuestros corazones debe ser transformado en la plenitud de quien Tú nos has creado para ser. Reconocemos que el autocontrol es necesario para la transformación. Pero al igual que Pablo, luchamos, queremos hacer lo que es correcto y bueno y, sin embargo, nos encontramos siendo presa de la tentación y el pecado. El Espíritu Santo viene y se hace presente en nuestras vidas. Damos la bienvenida a Tu presencia y transformación que resultará en el fruto espiritual del autocontrol, creando más espacio para el cambio. Ayúdanos a seguir buscándote y profundizar. Gracias porque en Tu bondadosa gracia, no nos dejas luchar solos. Tú te entregas a nosotros. Tu amor es profundo, amplio y transformador. Nos rendimos a Tu amor. Amén.

Acerca del autor

Major Tammy Whitney



USA Central Territory



Programas de Adoración

Julio 2024 – Profundamente Arraigada en Misión

julio 1, 2024 Por Viki Payton



Escritura: Jeremiah 17:7, 8.

“Bendito el hombre que confía en el Señor y pone su confianza en él. Será como un árbol plantado junto al agua, que extiende sus raíces hacia la corriente, no teme que llegue el calor, y sus hojas están siempre verdes. En época de sequía no se angustia, y nunca deja de dar fruto” (NVI).

Según esta escritura, existe una relación directa entre estar profundamente arraigado y dar fruto. Exploraremos la idea de estar “profundamente arraigados en... la misión”. Una misión

es un “objetivo, ambición o llamado fuertemente sentido”. Como cristianos profundamente arraigados en Cristo, nuestro llamado y misión es conocerlo y darlo a conocer. Nuestras raíces provienen de conocer a Cristo. Nuestro fruto viene de darlo a conocer a los demás.

Vida Personal

Dado que no podemos dar fruto sin estar profundamente arraigados, primero debemos abrazar nuestra misión personal: conocer a Cristo plenamente. Nos encontraremos en un lugar diferente en nuestro viaje para conocer a Cristo. Independientemente de dónde estemos, todos tenemos áreas en las que necesitamos crecer. Como seres humanos defectuosos, ninguno de nosotros lo tiene todo resuelto. Siempre habrá cosas nuevas que aprender acerca de Dios y nuevas áreas de nuestra vida a las que rendirnos.

Nuestra misión, nuestro llamado a conocerlo, significa que debemos comprometernos a crecer en nuestra comprensión y amor por Jesús. Consideremos cómo podemos comprometernos individualmente a conocer más a Dios.

Aplicar: Tome de 5 a 10 minutos para permitir que las mujeres reflexionen sobre cómo pueden profundizar su relación con Jesús. Bríndeles sugerencias y suministros como papel, diarios y devocionales que puedan usar. Las sugerencias podrían incluir: reunirse con un mentor espiritual, usar un nuevo libro devocional, unirse a un Estudio Bíblico en un grupo pequeño o asistir a una clase de Escuela Dominical.

Comunidad

Desde el principio, nuestra misión como pueblo de Dios fue darlo a conocer a los demás. Pida a diferentes mujeres del grupo que se preparen para leer los siguientes pasajes de las Escrituras:

- Génesis 18:17, 18
- 1 Crónicas 16:24
- Salmo 67
- Isaías 6:8
- Isaías 42:5–8
- Mateo 28:16–20
- Hechos 1:8
- Apocalipsis 5:9–10

A lo largo del Antiguo y Nuevo Testamento, Dios siempre dio a su pueblo la misión de darlo a conocer a los demás: a sus vecinos, aliados y enemigos. Lo mismo es cierto para nosotros.

Cuando estamos profundamente arraigados en Cristo, no podemos evitar compartirlo con los que nos rodean y con el mundo.

Aplicar: ¿Cómo podemos darlo a conocer en los grupos y comunidades de las que formamos parte? En grupos de 3 a 4 personas, tómese el tiempo para pensar en formas en las que puede compartir a Cristo con los demás. Como líder, tome unos momentos con cada grupo y ayúdelos a pensar en formas grandes y pequeñas en las que pueden dar a conocer a Dios a los demás. La planificación de eventos de evangelización es parte de esta lista, pero también lo es reconocer a Dios como el creador cuando ves una hermosa puesta de sol o una flor intrincada. Hay tantas maneras de compartir nuestra fe con otros personalmente.

Mundo

Dios nos invita a conocerlo, a darlo a conocer a las personas con las que interactuamos regularmente, pero no termina ahí. También nos permite ser parte de darlo a conocer en todo el mundo. Podemos ser parte de darlo a conocer mundialmente sin salir de casa.

Como parte del Ejército de Salvación, tenemos la oportunidad de donar a World Services Self-Denial, que ayuda a financiar el trabajo internacional del Ejército de Salvación. Participar en ofrendas y eventos para recaudar fondos para los Servicios Mundiales nos permite ser parte activa de compartir a Cristo con los demás. A medida que el Ejército de Salvación continúa compartiendo el amor de Dios con personas en más de 130 países, caminamos junto a ellos no solo con nuestro apoyo financiero sino también con nuestras oraciones.

Aplicar: Tómese el tiempo para guiar a las mujeres en la planificación de una recaudación de fondos de los Servicios Mundiales. Proporcionar bancos de monedas, lo que les permite compartir financieramente. Luego facilite un tiempo de oración por las ubicaciones de sus Socios en la Misión, el personal en el extranjero de su territorio y los cristianos perseguidos en todo el mundo.

Hemos considerado lo que significa estar profundamente arraigado en una misión. Antes de que terminemos hoy, quiero que se tomen los próximos minutos para pensar en cómo cumplirán su misión de "conocerlo y darlo a conocer". Comprometerse a conocer a Jesús más profundamente. Comprométete con una nueva forma de darlo a conocer en tu comunidad. Y comprométete a ser parte de darlo a conocer en todo el mundo. ¿Cómo fortalecerás tus raíces y darás fruto?

Para cerrar su tiempo de adoración: (elija un video de una canción de adoración y déles tiempo para reflexionar y comprometerse a estar profundamente arraigados en la misión).

Ideas Adicionales para el Programa

Para despertar sus sentidos: (Úselo como introducción o como final del tiempo de adoración de la noche)

Gusto y olfato: proporcione un refrigerio relacionado con frutas o que celebre las raíces culinarias de otra cultura. Invite a las mujeres a traer un refrigerio de la herencia cultural de su familia para compartir con el grupo.

Vista y sonido: prepare una presentación de diapositivas de imágenes de todo el mundo. Incluya muchos países y culturas diferentes, incluido el nuestro. O busque y muestre videos de eventos del Ejército de Salvación en todo el mundo. La mayoría de los territorios tienen páginas de Facebook que publican fotos y videos de sus eventos especiales. Mostrar cómo se adora a Dios en todo el mundo.

Toque: traiga un globo a la reunión. Permita que las mujeres exploren el planeta, viendo dónde se encuentran los diferentes países. Imprime algunos mapas del mundo con los países marcados. Pídale que jueguen un juego (en equipos) para ver quién puede encontrar países en el mapa.



Programas de Adoración

Agosto 2024 – Profundamente arraigada en la amabilidad

agosto 1, 2024 Por Major AmyJo Ferguson



Llamado a la adoración

<https://www.randomactsofkindness.org/kindness-videos/18-the-science-of-kindness>

Canto, "10,000 Reasons" Hallelujah Choruses 23-246. <https://samusicindex.com/brass/10-000-reasons-bless-the-lord/10194>

Escritura

Lectura



Líder: The Message Bible describe el quinto Fruto del Espíritu como “un sentido de compasión en el corazón”. Se le conoce comúnmente como amabilidad.

Respuesta: Mas el fruto del Espíritu es amor, gozo, paz, paciencia, benignidad, bondad, fe, mansedumbre, templanza; Contra tales cosas no hay ley. (Gálatas 5:22-23 LBLA)

Líder: La amabilidad se cita a menudo como uno de los rasgos de personalidad que distingue a los creyentes de los no creyentes.

Respuesta: No dejéis que salga de vuestra boca ninguna palabra malsana, sino sólo lo que sea útil para edificar a otros según sus necesidades, lo que puede beneficiar a los que escuchan. (Efesios 4:29)

Líder: No contristéis al Espíritu Santo de Dios, con quien fuisteis sellados para el día de la redención. Deshágase de toda amargura, ira e ira, peleas y calumnias, junto con toda forma de malicia.

Respuesta: Sed bondadosos y compasivos unos con otros, perdonándoos unos a otros, así como Dios os perdonó a vosotros en Cristo. (Efesios 4: 29-32 NVI)

Líder: No es casualidad que el Apóstol Pablo comience su famosa definición de amor señalando que está relacionado con la bondad y lo opuesto a la envidia.

Respuesta: El amor es paciente, el amor es amable. No tiene envidia, no se jacta, no es orgulloso. (1 Corintios 13:4 NVI)

Líder: Por supuesto, el mayor ejemplo de bondad es el Hijo de Dios sin pecado, Jesucristo, quien, movido por su gran compasión, vino a la tierra y nos proporcionó un camino de salvación.

Respuesta: Y Dios nos resucitó con Cristo y nos hizo sentar con él en los lugares celestiales en Cristo Jesús, para mostrar en los siglos venideros las incomparables riquezas de su gracia, expresada en su bondad para con nosotros en Cristo Jesús (Ef. 2:6-7, NVI).

Canto # 618, *Cancionero del Ejercito de Salvación*, “O To Be Like Thee”

Proyecto Tazas de Amabilidad

Compre tazas de cerámica sencillas, que suelen estar disponibles en las tiendas de dólar. Use marcadores permanentes (la marca Sharpie® funciona bien) e invite a las mujeres a escribir

frases de “bondad” en las tazas.

Ejemplos de refranes:

- Eres amado. (Juan 3:16)
- Eres una edición limitada. (Salmo 119:73)
- Eres único. (Salmo 139:14)
- Dios está contigo. (Isaías 41:10)
- Eres la obra maestra de Dios. (Efesios 2: 10)
- No temas. Dios está contigo. (Josué 1:9)
- Sonrisa. (1 Pedro 1:8)
- Todavía darás fruto en tu vejez. (Salmo 92: 14)
- Todo estará bien. (Romanos 8:28)
- Haz lo siguiente correcto. (Gálatas 6:9)

Una vez que las tazas estén decoradas, hornéalas a 350 grados durante 20 minutos para fijar el marcador. Enfriar completamente.

Llene las tazas con dulces, un paquete de chocolate caliente o cualquier otro pequeño regalo y entréguelos a las personas de la comunidad, a las personas en un albergue o a las mujeres que no pudieron asistir a la reunión ese día.

Canto, “Mighty to Save,” #26-272, *Hallelujah Choruses* <https://samusicindex.com/brass?series=Hallelujah+Choruses&title=Mighty+to+Save>

Negatividad

Los científicos hablan sobre el sesgo de negatividad. Los seres humanos están naturalmente inclinados hacia la negatividad. Los primeros humanos estaban mejor servidos como mecanismo de supervivencia al sospechar de situaciones peligrosas. Si nuestros primeros ancestros se perdieron algo peligroso como un enemigo en el campamento o un león en la hierba, es posible que no hayan sobrevivido para vivir otro día.

Por otro lado, si nuestros antepasados se perdieron algo bueno como una hermosa puesta de sol, al menos vivirían para ver otra hermosa puesta de sol. Este sesgo de negatividad incluso está conectado a nuestro lenguaje. Tenemos una palabra para lo malo, pero es más difícil expresar lo bueno. Por ejemplo, lo contrario de “mentir” es “decir la verdad” y lo contrario de “robar” es “dejar el objeto donde pertenece”. (¡Eso es un bocado!) La tecnología solo ha magnificado nuestro sesgo de negatividad. Sabemos que los algoritmos que impulsan

las redes sociales hacen que los sentimientos negativos generen más participación y se propaguen más rápido que los sentimientos positivos.

Auténticamente, es difícil ser amable. La bondad no es nuestra inclinación natural. La amabilidad requiere más tiempo y energía. Se aplasta rápidamente. Incluso en las redes sociales, nuestras palabras y acciones amables reciben menos atención, menos me gusta, menos acciones y vistas. Luchar con la bondad es natural.

Quizás esta sea parte de la razón por la que Jesús vino a la tierra y caminó entre nosotros: para demostrar bondad genuina, para enseñarnos cómo es vivir en contra de la negatividad generalizada en nuestro mundo. Romanos 12:21 nos instruye: "No te dejes vencer por el mal, sino vence el mal con el bien". Jesús fue tan lejos como para sugerir que cuando nos dan una bofetada en la cara, literalmente "ponemos la otra mejilla" (Mateo 5:39). Una y otra vez en los evangelios, leemos acerca de Jesús mostrando bondad a aquellos en el mundo que lo habían dejado de lado. Cuando otros trataron de silenciar a Bartimeo, Jesús le ofreció plenitud y sanidad (Marcos 10:46-52). Cuando los discípulos rechazaron a los niños, Jesús les dio la bienvenida (Marcos 10: 13-16). El ejemplo de bondad de Cristo se transmitió a la iglesia primitiva. Pablo instó a los creyentes de Galacia: "Así que, según tengamos oportunidad, hagamos bien a todos, y mayormente a los de la familia de los creyentes" (Gálatas 6:10). En un mundo cruel, la Biblia desafía a los creyentes a que se caractericen por la bondad.

Desafortunadamente, mostrar bondad no es fácil. Se necesita esfuerzo para ser amable. La idea misma detrás de la bondad es permitir que la compasión en nuestros corazones se exprese en nuestras acciones. No es suficiente simplemente sentir por otro; debemos actuar sobre esos sentimientos. Cada vez que Jesús alimentó a las multitudes, la Biblia registra que "tuvo compasión de ellos". (Marcos 6:34; Marcos 8:2; Mateo 14:14). Jesús puso Su compasión en acción.

El desafío para nosotros es muy similar. Debemos empujar contra la negatividad y actuar con amabilidad en los suaves empujones que el Espíritu Santo ha puesto en nuestros corazones. Debemos detenernos y actuar cuando tengamos la tentación de alejarnos de los necesitados y lastimados. Cuando tengamos la tentación de difundir más negatividad, debemos empujar contra la oscuridad con bondad. Con cada tipo de acto, no solo emulamos a nuestro Salvador, sino que contagiamos alegría y amor a un mundo que lo necesita.

Durante la próxima semana, desafíese a si mismo a actuar con amabilidad al menos una vez al día. Para ayudarnos, dedicaremos unos minutos a hacer una lluvia de ideas sobre formas de ser amables esta semana. (A continuación hay algunas ideas para que su grupo comience.)

- Hornee galletas para su equipo de trabajo
- Pague la comida del auto detrás de usted en un restaurante de comida rápida o cafetería.
- Escriba una nota de aliento
- Recoja la basura de su barrio

- Invite a un amigo a una comida
- Publique un verso edificante todos los días en las redes sociales
- Ofrezca a alguien un cumplido todos los días
- Ofrezca cuidado de niños gratis por una noche

Canto "Living Hope" # 27/288, *Hallelujah Choruses*, <https://samusicindex.com/brass?series=Hallelujah+Choruses&title=living+Hope>

Bendicion

Colossians 3:12-14 (MSG) *"Por lo tanto, como escogidos de Dios, santos y amados, revístanse de afecto entrañable y de bondad, humildad, amabilidad y paciencia, 13 de modo que se toleren unos a otros y se perdonen si alguno tiene queja contra otro. Así como el Señor los perdonó, perdonen también ustedes. 14 Por encima de todo, vístanse de amor, que es el vínculo perfecto."*

Acerca del autor



Major AmyJo Ferguson

The Central Territory



Programas de Adoración

Septiembre 2024 – Profundamente Arraigada en el Espíritu Santo

septiembre 1, 2024 Por Major Joyce Gauthier



Escritura: “Si el Espíritu nos da vida, andemos guiados por el Espíritu.” (Gal. 5:25).

Abra con el canto “Holy Spirit You Are Welcome Here.” Un video con las palabras se puede encontrar en: <https://www.youtube.com/watch?v=3zARVp3420I>

Oración de Apertura

Centro de Adoración

Para ilustrar el Espíritu Santo, coloque sobre una mesa una lámpara de aceite encendida rodeada de palomas blancas, símbolos de llamas de fuego, agua y viento.

Búsqueda bíblica sobre el Espíritu Santo

Asegúrese de que todos tengan una Biblia. Para comenzar, los participantes levantan la Biblia en el aire. Una vez que se da ese versículo de las Escrituras, lo buscan, levantan la mano y luego leen la porción en voz alta. El primero en encontrar la Escritura recibe un caramelo.

Versículos Bíblicos

- Lucas 4:1 Jesús guiado por el Espíritu Santo
- Hechos 1:8 Recibe poder
- Romanos 15:13 Esperanza por el poder del Espíritu Santo
- Lucas 12:11,12 El Espíritu Santo os enseñará
- Juan 14:26 El Espíritu Santo os enseñará
- Hechos 15:8,9 Espíritu Santo para todos
- 1 Tesalonicenses 4:7,8 Llamados a vivir la vida santa
- Tito 3:4-6 Renovación por el Espíritu Santo
- 1 Tes 1:6 Nos da alegría
- II Corintios 13:14 Comunión del Espíritu Santo
- Hechos 7:32 Dado por Dios a los que le obedecen
- Gálatas 5:25 Vive por el Espíritu

Sopa de Letras

Cree una sopa de letras usando las palabras: Alegría, Dios. Dado, Compañerismo, Enseñar, Lleno, Fuego, Paloma. Apartar, Don, Espíritu Santo, Recibir, Hablar, Bautizar, Poder, Viento – <https://thewordsearch.com/maker/>

Lecciones de objetos

Hay varias lecciones prácticas sobre el Espíritu Santo que se encuentran en YouTube.

Vivir en el Espíritu

Gálatas 5:25 “Si vivimos por el Espíritu, mantengámonos también en sintonía con el Espíritu”.

Para entender esta porción de la Escritura, necesitamos leer la carta completa de Pablo a la gente de Galacia. Pablo inició la iglesia en Galacia en su primer viaje misionero. Al completar este viaje, se le informó que la gente de Galacia había sido influenciada por otros líderes judíos que les enseñaron a los gálatas que, siendo gentiles, debían obedecer todas las leyes judías. Leyes que ni siquiera los judíos podían seguir completamente. Esto confundió a los gálatas y los alejó de creer que la gracia de Dios los salvó. Pablo les recuerda: “Cristo verdaderamente nos ha hecho libres. Ahora asegúrense de permanecer libres y de no volver a ser atados a la esclavitud de la ley” (Gálatas 5:1 NTV).

Pablo estaba angustiado porque esto había sucedido. Les instó a “dejar que el Espíritu Santo guíe vuestras vidas. Entonces no estarás haciendo lo que tu naturaleza pecaminosa anhela” (Gálatas 5:16 NTV). Continúa diciéndoles las consecuencias de vivir en una naturaleza pecaminosa y las bendiciones del fruto del Espíritu Santo.

Pablo explica además: “Aquellos que pertenecen a Cristo Jesús han clavado las pasiones y los deseos de su naturaleza pecaminosa en Su cruz y los crucificaron allí. Puesto que vivimos por el Espíritu, sigamos la guía del Espíritu en cada aspecto de nuestra vida” (Gálatas 5:24, 25 NTV). El Espíritu Santo es el Espíritu de Dios que mora en nosotros después de que nos hemos arrepentido de nuestros pecados y aceptado a Cristo como nuestro Salvador. Sin embargo, no recibimos todo el poder del Espíritu Santo hasta que decidimos entregarnos por completo a Dios y seguir Su plan para nuestras vidas. Cuando hacemos esto, Él nos guía para mantener a Cristo como el centro de nuestras vidas.

En las porciones de las Escrituras que leímos anteriormente, encontramos algunos beneficios de vivir al paso del Espíritu Santo. Dios nos da el poder de ser sus testigos. Él nos enseña qué hacer y nos da alegría y esperanza. Oro para queelijamos seguir a Cristo y ser llenos del Espíritu Santo.

Bendición

1 Th. 5:23-24 “Que Dios mismo, el Dios de paz, los santifique por completo, y conserve todo su ser —espíritu, alma y cuerpo— irreprochable para la venida de nuestro Señor Jesucristo. 24 El que los llama es fiel, y así lo hará.”

Acerca del autor

Major Joyce Gauthier



Central Territory