

Programa para Sociedad de Jóvenes

Fecha sugerida: Sábado 09 de Septiembre	Hora de inicio: 4:00 pm	Tema: Fuera de Control
---	-----------------------------------	----------------------------------

ORDEN DEL PROGRAMA

- ☐ Himno para iniciar
- ☐ Texto o lectura bíblica
- ☐ Oración
- ☐ Bienvenida
- ☐ Lectura Matutina para Jóvenes
- ☐ Historia de los himnos /Tips de Salud
- ☐ Desarrollo del Tema
- ☐ Dinámica bíblica/ejercicio/actividad
- ☐ Oración final

A continuación, el desarrollo del programa:

- ☐ **Himno para iniciar**
De la mano de Dios (adjunto en el pack)
- ☐ **Texto Bíblico:** 1 Pedro 5:7
Pongan todas sus preocupaciones y ansiedades en las manos de Dios, porque él cuida de ustedes. NTV
- ☐ **Oración:**
Nuestras oraciones serán especialmente por aquellas personas que sufren ansiedades, oraremos porque sea el Espíritu Santo quien tome posesión de nuestra naturaleza caída y transforme nuestro ser de manera que sea Jesús quien habite en nosotros.

□ Bienvenida

□ **Lectura Matutina Jóvenes:** Sábado 09 de Septiembre de 2023

AGENDA DISPONIBLE

Entonces Jesús les dijo: Mi tiempo aún no ha llegado, pero vuestro tiempo siempre está preparado. Juan 7:6.

Vivimos en la tiranía del tiempo. No hay horas suficientes en el día como para realizar todo lo que tenemos programado. Los horarios de la escuela y del trabajo, los horarios de las actividades extracurriculares, los horarios de comidas, los horarios comerciales y eclesiásticos. ¿Qué nos pasa? Vivimos atados a un pequeño dictador al que le gusta residir en nuestra muñeca izquierda. Además, con la incorporación de la tecnología, nuestro teléfono móvil nos envía notificaciones cada dos por tres; una voz del despertador nos recuerda que ya está bien de dormir; y los aparatos domotizados empiezan a funcionar, sin considerar nuestro estado de ánimo, porque estaban programados para esa hora. El conejito blanco de Alicia en el país de las maravillas era un ser tranquilo a nuestro lado.

Entre todo este frenesí, tenemos tendencia a realizar lo urgente en lugar de lo importante. Por eso, cada vez más, se habla de momentos de calidad con la familia. Saber apartar tiempo para aquellos que queremos. Y veo que esta es una lucha que, gracias a Dios, algunas personas están venciendo. Lo mismo sucede con la vida espiritual. Muchas personas dejan para el final del día su momento de encuentro con el Señor. Pero al final de ese día ya no son personas, porque el tiempo las ha explotado. Se rinden de sueño y tal encuentro no se realiza. Lo peor es que las inunda la culpa, tienen más ansiedad y el tiempo las aflige más. ¿Cómo liberarnos de esta esclavitud? Les propongo una rebelión siguiendo el mensaje de Jesús.

En Juan 7:6 Cristo indica a sus discípulos que no era el momento oportuno para ir a una fiesta, pero que ellos tenían la agenda libre. El calendario de Jesús estaba marcado de momentos oportunos (acuérdate de la profecía de Daniel) y relacionados con nuestra salvación. Había planificado con su Padre de forma meticulosa nuestra redención y cumplió meticulosamente sus tiempos. Nosotros, sin embargo, tenemos la agenda abierta porque todo momento es bueno para realizar el único evento que merece la pena: encontrarnos con Dios. Ese es el

secreto de nuestra libertad con relación al tiempo.

Satanás sabe que no necesitas un espacio, ni un rito ni ninguna condición social para encontrarte con Dios, porque nos ha dado todo el tiempo. ¿Qué hace? Nos lo llena de actividades secundarias para que no tengamos esa oportunidad. Decidamos romper esa tiranía, y en cualquier momento disfrutemos con ese encuentro. Al principio será puntual, pero luego se convertirá en constante. Entonces viviremos comprendiendo el momento oportuno de cada cosa.

Palpitando la Eternidad | Víctor Armenteros

☐ **Historia de los himnos cristianos/Tips de salud:**

Historia del Himno No. 211 – Fija tus ojos en Cristo

Helen Howarth Lemmel nació el 14 de Noviembre de 1864, en Wardle, Inglaterra. Hija de un pastor Metodista Wesleyano llegó a los estados unidos a los doce años de edad. Se sabe que era talentosa en el canto y la música en general, y el algún punto de su vida viajó a Alemania donde estudió canto por cuatro años. Enseñó canto en el instituto Moody y visitó varias iglesias como solista.

En 1918 le dieron un tratado escrito por Lilius Trotter. El tratado llevaba el título Focused (enfocado), y tenía una parte de texto que decía “Así que, puesto los ojos en Él, mira plenamente su rostro y verás que las cosas terrenales extrañamente perderán su valor.” Muy probablemente este texto fue inspirado en Hebreos 12:2. Estas palabras surtieron un gran impacto en la mente de Helen.

De repente, como si se me hubiese ordenado detenerme y escuchar, me quedé quieta, mientras cantaba en mi mente y espíritu el coro, sin un momento consciente para agregar una palabra a otra para hacer un verso, o una nota a otra para hacer una melodía. Los versos fueron escritos la misma semana, siguiendo el método normal de composición, pero esto no quita que fueron dictados por el Espíritu Santo.

Helen Lemmel

Ese mismo año, 1918, el himno “Turn your eyes upon Jesus” (Fija tus ojos en Cristo) fue publicado por primera vez en forma de panfleto en Inglaterra donde rápidamente ganó popularidad. Tardó un poco más en llegar a los Estados Unidos, y no fue sino hasta 1924 que fue publicado en una colección titulada Gospel Truth in Song. Después de esto se ha publicado

en la mayoría de himnarios. Otro nombre con el que se conoce este himno es «The heavenly vision» (La visión celestial).

Dos de las versiones más conocidas de este himno en español fueron hechas por Carlos A. Steger y C. P. Denyer. Si bien ellos tradujeron el coro y las tres estrofas, es muy común especialmente en las personas de avanzada edad, cantar únicamente el coro, pues ignoran por completo la existencia de las estrofas.

Una confusión muy común al cantar este himno suele darse en el coro. Muchos creen que la frase segunda línea hace referencia a nuestros ojos por lo que cantan “tan llenos de gracia y amor”. Sin embargo, allí hace referencia es a Cristo; es él quien está lleno de gracia y amor, no nuestros ojos, por lo cual esta frase debe ir en singular: “tan lleno de gracia y amor”.

(Cantar con la congregación el himno)

☐ **Tema para Reflexionar:** Fuera de control

DESARROLLO DEL PROGRAMA

MANOS A LA OBRA

Alabanza: Entonen con la congregación el himno adjunto al pack, para hacer más dinámico el programa, en este momento puedes presentar la historia del himno cristiano sugerido en el programa y enseguida entonarlo.

Testimonio: Presenta el video adjunto al pack para introducir el tema.

Oración intercesora: Prepara una caja pequeña y colócala en la entrada de la iglesia, reparte un pequeño papel para que los miembros escriban sus ansiedades y durante el programa vayan depositándolas. Al finalizar el programa, únanse en oración y presénteles al Señor todas las ansiedades depositadas en la caja, procedan a quemarlas como símbolo de descarga.

Mensaje: Ante un mundo que nos rodea de situaciones angustiantes, estamos propensos a generar sentimientos negativos que finalmente tensiona nuestra vida. ¿Podemos controlar nuestras frustraciones y ansiedades? Como cristianos, ¿cómo manejamos el deseo exasperante de controlar todo lo que hacemos?

TESTIMONIO

Momento de presentar el video: Ansiedad, exceso de futuro

MENSAJE

En principio, la ansiedad es una reacción natural frente a una situación de angustia o temor. En proporciones normales, nos ayuda a mantener el foco (como en vísperas de una prueba) y nos impulsa (como cuando necesitamos realizar algo importante). Forma parte de nosotros querer mantener el control sobre las situaciones; para eso planificamos, nos informamos y empleamos esfuerzos.

Sin embargo, algunas personas tienen esa necesidad de dominio exacerbada, lo que puede configurarse en un trastorno de ansiedad. Los ansiosos no se relajan después de hacer todo lo que estaba a su alcance para direccionar los acontecimientos. Viven en una constante tensión, que desencadena en innumerables problemas, incluso los ataques compulsivos.

Una cosa lleva a la otra

El ansioso, naturalmente, intenta aliviar su tensión buscando algún placer o confort, ya sea en la comida, en las compras, en los juegos, en el sexo, en el uso de sustancias o en actividades específicas. Cuando eso sucede repetida y descontroladamente, se caracteriza una compulsión. Cosas simples, como un dulce, puede transformarse en un trastorno cuando no hay un límite. En la tentativa de solucionar un malestar, se generan otros mucho más grandes. A pesar de proporcionar el alivio que se buscaba, ese nuevo hábito trae muchos perjuicios, que hacen que el individuo se sienta frustrado e infeliz. Termina por sentirse ansioso por controlar ese comportamiento, y nuevamente necesita recurrir a la misma conducta para aliviar la tensión. Es un círculo vicioso.

Cuando no se trata, la ansiedad también puede generar otros disturbios, como el trastorno obsesivocompulsivo (TOC), síndrome de pánico y fobias. Alguien que abusa del alcohol o de las drogas pronto percibe que algo no está bien; sin embargo, otros comportamientos, por ser aparentemente inofensivos, pueden abrazarse con entusiasmo, y muchas veces la persona tarda en percibir que hay algo malo consigo misma. Entre estos, están las personas con manía de limpieza, las que exageran con la actividad física y los workaholics (adictos con el trabajo). Pero tarde o temprano, el aspecto nocivo de la compulsión y los daños a la vida de la persona pasan a ser evidentes.

Soy compulsivo. ¿Y ahora?

- Conócete

Identifica tu ansiedad, su origen y cómo afecta tu vida en diversos aspectos. Reconoce, también, el comportamiento (compulsión) que está quitando tu foco de la realidad.

- Cuestionate

Frente a un acto compulsivo, pregúntate: ¿qué estoy buscando con este comportamiento?
¿Supliré lo que, de hecho, me está faltando?

- Enfréntalo

No ignores la realidad. Si el origen de tu ansiedad es algo que puedes controlar, trabaja en pro de una solución definitiva.

- Sé amable contigo mismo

Especialmente si lo que despierta tu ansiedad es algo que está más allá de tu control, aprende a descansar y a no culparte por la situación o por no conseguir dominarla.

- Ten fe y sométete al Espíritu Santo

La única potestad que tiene el ser humano es la elección. Para vencer cualquier mal recuerda que únicamente es Dios el que te provee la fuerza para enfrentar los desafíos, así que debes elegir someterte al Señor y echar tu ansiedad sobre Él. Ora constantemente y escucha la voz del Señor mediante Su Palabra. Es Él quien te puede librar de todas tus ansiedades

ESPÍRITU DE PROFECÍA

“Las penas, la ansiedad, el descontento, el remordimiento, el sentimiento de culpabilidad y la desconfianza, menoscaban las fuerzas vitales, y llevan al decaimiento y a la muerte.” —El Ministerio de Curación, 185.

“Este sentimiento de culpabilidad debe dejarse al pie de la cruz del Calvario. Este sentimiento de pecaminosidad ha envenenado las fuentes de la vida y de la felicidad verdadera. Ahora Jesús dice: “Colóquenlo todo sobre mí; yo llevaré el pecado de ustedes; les daré paz; no sigan destruyendo su respeto propio, porque yo los he comprado al precio de mi propia sangre.” Me pertenecen; yo fortaleceré su voluntad debilitada y eliminaré el remordimiento que sienten por su pecado.” — Exaltad a Jesús, 250

“Ahora vuelvan con corazón agradecido, temblando de inseguridad, pero aférrense de la esperanza que les ha sido propuesta. Dios acepta el corazón quebrantado y contrito. Les ofrece un perdón gratuito. Les ofrece adoptarlos en el seno de su familia, y fortalecer su debilidad por medio de su gracia; luego el amado Jesús los guiará paso a paso si tan sólo desean colocar su mano en la suya y permitirle que él los guíe.” — Exaltad a Jesús, 250

☐ **Ejercicio/Ejercicio/Actividad:**

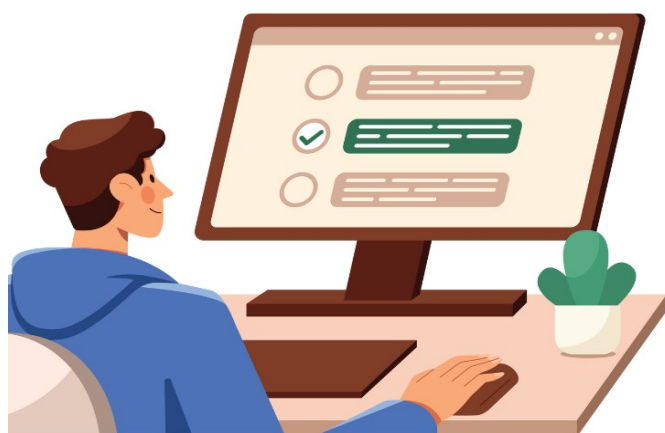
Dinámica: Cartas de apoyo

Pide a los miembros de tu congregación que escriban cartas de apoyo y aliento a otros participantes, incluyendo promesas bíblicas. Luego, distribuye las cartas de manera aleatoria para que cada miembro reciba palabras de aliento de otro miembro de la congregación. Será una manera de animarse unos a otros.

☐ **Himno, Oración Final y despedida del Sábado**



¿TIENES MÁS IDEAS PARA LA SOCIEDAD DE JÓVENES?



PROGRAMAS <

JUEGOS <

TEMAS <

EJERCICIOS BÍBLICOS <



¡SÉ PARTE DE NUESTRO EQUIPO!

Contáctanos!



contacto@recursos-biblicos.com



recursos-biblicos.com

