

Lunes 30 de enero

## Seguir aun agotado

*... correrán, y no se cansarán; caminarán, y no se fatigarán (v. 31).*

### La escritura de hoy:

Isaías 40:28-31

«Creo que ya no puedo seguir en esto», dijo entre lágrimas mi amiga ante la abrumadora sensación de desesperanza que enfrentaba como enfermera en una crisis sanitaria global. Confesó: «Sé que Dios me ha llamado a ser enfermera, pero estoy emocionalmente exhausta». Al ver su agotamiento, respondí: «Sé que estás desesperada, pero pídele a Dios que te dé fortaleza para perseverar». Entonces, decidió orar a Dios sobre este tema específicamente; y poco después, un renovado sentido de propósito la fortaleció. No solo siguió como enfermera, sino que Dios también le dio fuerzas para ayudar a más personas en otros hospitales del país.

Como creyentes en Jesús, siempre podemos acudir a Dios por ayuda y aliento cuando nos sentimos abrumados, porque Él «no desfallece, ni se fatiga con cansancio» (Isaías 40:28). El profeta Isaías declara que nuestro Padre celestial «da esfuerzo al cansado, y multiplica las fuerzas al que no tiene ningunas» (v. 29). Él sabe que, inevitablemente, tendremos días en los que estaremos física y emocionalmente exhaustos (v. 30). Pero cuando acudimos a Dios por fortaleza — en lugar de intentar resolver solos los desafíos de la vida—, Él nos renovará y dará la solución para seguir avanzando con fe.

### Reflexiona y ora

**¿Cuándo intentaste manejar situaciones abrumadoras solo? ¿Cómo podrías buscar la ayuda de Dios?**

Martes 31 de enero

## Sustentador de bendiciones

*... acuérdate del Señor tu Dios... (v. 18).*

### La escritura de hoy:

Deuteronomio 8:10-18

El 15 de enero de 1919, un enorme tanque de melaza explotó en Londres. Una ola de 4,5 metros de más de 7.5 millones de litros de melaza corrieron por las calles a casi 50 km/h, arrastrando vagones, edificios, personas y animales. La melaza puede parecer inocua, pero ese día fue mortal: 21 personas murieron y más de 150 resultaron heridas.

A veces, aun las cosas buenas pueden turbarnos inesperadamente. Antes de que los israelitas entraran en la tierra que Dios les había prometido, Moisés le advirtió al pueblo que no se atribuyera las cosas buenas que había recibido: «no suceda que comas y te sacies, y edifiques buenas casas en que habites, y tus vacas y tus ovejas se aumenten, y la plata y el oro se te multipliquen, [...] y se enorgullezca tu corazón, y te olvides del Señor tu Dios», sino que «[se acordara] del Señor [su] Dios, porque él [le] da el poder para hacer las riquezas» (Deuteronomio 8:12-14, 17-18).

Todas las cosas buenas —incluso la salud física y los talentos que necesitamos para ganarnos la vida— son bendiciones de nuestro Dios amoroso. Aunque hayamos trabajado duro, Él es quien nos sostiene. ¡Que recibamos sus bendiciones con brazos abiertos y lo alabemos agradecidos por su bondad para con nosotros!

De: [James Banks](#)

### Reflexiona y ora

**¿Por cuáles bondades de Dios estás agradecido hoy? ¿A quién podrías ayudar con una bendición que has recibido?**

Miércoles 1 de febrero

## Bendición en las lágrimas

*Bienaventurados los que lloran, porque ellos recibirán consolación (v. 4).*

**La escritura de hoy:**

**Mateo 5:1-12**

Recibí un email de un joven que explicaba que su padre (de tan solo 63 años) estaba muy grave en el hospital y su vida pendía de un hilo. Aunque no nos conocíamos, el trabajo de su papá y mi trabajo compartían muchas intersecciones. El hijo, en un intento de animar a su padre, me pidió que le enviara un mensaje de video para alentarle. Profundamente conmovido, grabé un breve mensaje y una oración pidiendo sanidad. Me dijeron que el hombre miró el video y levantó el pulgar con entusiasmo. Tristemente, un par de días después, el hombre falleció. Había sostenido la mano de su esposa mientras daba su último aliento.

Se me rompió el corazón. Semejante amor, semejante devastación. Sin embargo, es sorprendente escuchar que Jesús insiste en que precisamente los que lloran son los bienaventurados (Mateo 5:4). No está diciendo que el sufrimiento y la pena sean algo bueno, sino que la misericordia y la bondad de Dios se derraman sobre aquellos que más las necesitan. Aquellos que están abrumados por el dolor de la muerte o incluso su propia pecaminosidad son los que más necesitan el consuelo de Dios; y Jesús nos promete que «recibirán consolación» (v. 4).

Dios se acerca a nosotros, sus hijos amados (v. 9). Nos bendice en medio de nuestras lágrimas.

De: [Winn Collier](#)

**Reflexiona y ora**

**¿En qué situaciones encuentras dolor en tu historia y en las de los demás?  
¿Cómo altera la promesa de Jesús tu visión de este dolor?**

Jueves 2 de febrero

## Como nuestro gran Maestro

*El discípulo no es superior a su maestro; mas todo el que fuere perfeccionado, será como su maestro (v. 40).*

### La escritura de hoy:

Lucas 6:37-42

En un video viral, una estudiante de karate de tres años imitaba a su instructor. Con pasión y convicción, la pequeña repetía con su líder el credo del estudiante. Después, imitaba todo lo que su maestro decía y hacía... ¡y le salía bastante bien! Una vez, Jesús declaró: «El discípulo no es superior a su maestro; mas todo el que fuere perfeccionado, será como su maestro» (Lucas 6:40). Les dijo a sus discípulos que para imitarlo, debían ser generosos y llenos de amor, y no juzgar (vv. 37-38), y discernir a quién seguirían: «¿Acaso puede un ciego guiar a otro ciego? ¿No caerán ambos en el hoyo?» (v. 39). Esta norma descalificaba a los fariseos, que eran ciegos guías de ciegos y llevaban a la gente al desastre (Mateo 15:14). Los discípulos debían entender la importancia de seguir a su Maestro; su objetivo era parecerse más a Jesús. Era importante que prestaran mucha atención a la instrucción de Cristo sobre la generosidad y el amor, y la pusieran en práctica.

Como creyentes que se esfuerzan por imitar hoy a Jesús, entreguemos nuestras vidas al Maestro por excelencia, para que podamos parecernos a Él en conocimiento, sabiduría y conducta. Solo Él puede ayudarnos a reflejar su carácter generoso y su amor.

### Reflexiona y ora

**¿Qué partes de la vida de Jesús quieres imitar estos días? ¿Cuándo te cuesta más imitar a Cristo, el Maestro por excelencia?**

Viernes 3 de febrero

## Somos extranjeros

*Como a un natural de vosotros tendréis al extranjero que more entre vosotros... (v. 34).*

### La escritura de hoy:

Levítico 19:32-37

Todo parecía drásticamente distinto en su nuevo país, y se preguntaban cómo se adaptarían alguna vez. Personas de una iglesia cercana se les acercaron a ayudarlos. Patri llevó a la pareja a un mercado local para mostrarles qué había disponible y cómo comprar. Mientras caminaban, sus ojos se abrieron grandes y sonrieron al ver su fruta favorita de su tierra natal: la granada. Compraron una para cada hijo y le regalaron una a Patri, agradecidos. Esa fruta y los nuevos amigos brindaron un gran consuelo en medio de una tierra extraña.

A través de Moisés, Dios dio una lista de leyes para su pueblo, que incluía un mandamiento de tratar a los extranjeros que vivían entre ellos «como a un natural de vosotros» (Levítico 19:34). «Lo amarás como a ti mismo», les mandó. Jesús dijo que este era el segundo gran mandamiento, después de amar a Dios (Mateo 22:39). Porque incluso Dios «guarda a los extranjeros» (Salmo 146:9).

Además de obedecer a Dios al ayudar a nuevos amigos a adaptarse a la vida en nuestro país, recordemos que nosotros también somos en un sentido muy real «peregrinos sobre la tierra» (Hebreos 11:13). Así creceremos en nuestra expectativa de la nueva tierra celestial que vendrá.

De: [Anne Cetas](#)

### Reflexiona y ora

**¿A quién podría querer Dios que cuides? ¿De qué maneras te ha permitido que muestres su amor a otros?**

Sábado 4 de febrero

## ¿Cómo te llamas?

*... No me llaméis Noemí, sino llamadme Mara; porque en grande amargura me ha puesto el Todopoderoso (v. 20).*

### La escritura de hoy:

Rut 1:3-8, 15-21

Joana se volvió a casar tras la muerte de su primer esposo. Los hijos de su nuevo marido nunca la aceptaron, y ahora que él también murió, la detestan por quedarse en la casa de su infancia. Dicen que les está robando su herencia. Lógicamente, Joana está desanimada y amargada.

El esposo de Noemí mudó a su familia a Moab, donde él y sus dos hijos murieron. Años más tarde, Noemí volvió a Belén con las manos vacías, excepto por su nuera, Rut. El pueblo estaba conmovido, y preguntó: «¿No es esta Noemí?» (Rut 1:19). Ella pidió que no usaran ese nombre, que significa «placentera». En cambio, debían llamarla «Mara», que significa «amarga», porque «me fui llena, pero el Señor me ha vuelto con las manos vacías» (vv. 20-21).

¿Es posible que te llares Amargo? Los amigos, la familia o una salud deteriorada te han desilusionado. Merecías algo mejor. Pero no lo obtuviste. Ahora, te sientes amargado.

Noemí volvió a Belén amargada, pero volvió. Tú también puedes volver a casa. Ven a Jesús, el descendiente de Rut, nacido en Belén. Descansa en su amor.

Con el tiempo, Dios reemplazó la amargura de Noemí con la plenitud gozosa de su plan perfecto (4:13-22). También puede reemplazar tu amargura. Vuelve a casa con Él.

### Reflexiona y ora

**¿Qué nombre te describe? ¿Qué implica que vivas haciéndole honor al nombre que describe lo que eres en Jesús?**

Domingo 5 de febrero

## Si solo pudiera imaginar

*... y el polvo vuelva a la tierra, como era, y el espíritu vuelva a Dios que lo dio (Eclesiastés 12:7).*

**La escritura de hoy:**

**2 Corintios 5:1-10**

Me senté en la iglesia detrás de una mujer, cuando el grupo de alabanza empezó a tocar una canción llamada «Si solo pudiera imaginar». Adoramos allí, y cuando más tarde me contó sus luchas con la salud, decidimos orar juntas durante sus próximos tratamientos para el cáncer.

Unos meses más tarde, Luisa me dijo que tenía miedo de morir. Oré por ella ahí en el hospital y luego entoné nuestra canción en voz baja. Si solo pudiera imaginar lo que habrá sido para Luisa adorar a Jesús cara a cara apenas unos días después.

El apóstol Pablo ofreció una seguridad reconfortante para sus lectores que se enfrentaban a la muerte (2 Corintios 5:1). El sufrimiento experimentado de este lado de la eternidad puede causar gemidos, pero nuestra esperanza sigue anclada en nuestra morada celestial con Jesús (vv. 2-4). Aunque Dios nos diseñó para que anheláramos vivir para siempre con Él (vv. 5-6), sus promesas tienen que afectar nuestra manera de vivir para Él ahora (vv. 7-10).

Mientras vivimos para agradar a Jesús a la espera de su regreso o de que nos llame a casa, podemos regocijarnos en la paz de su presencia constante. ¿Qué experimentaremos cuando dejemos nuestro cuerpo terrenal y nos unamos a Jesús en la eternidad? ¡Si solo pudiera imaginar!

De: [Xochitl Dixon](#)

**Reflexiona y ora**

**¿Cuándo has estado preocupado o desanimado ante la posibilidad de la muerte o al perder a un ser querido? ¿Cómo te anima la promesa de Dios de vida eterna?**