

safar

Gratitud

el camino del gozo y la paz

Comenzar aquí

Recuerdan algún regalo especial que hayan recibido. ¿De quién era y cuándo lo recibieron? ¿Cómo se sintieron? ¿Qué hicieron y dijeron al recibirlo?

Conversar

La gratitud es una herramienta poderosa en nuestra vida espiritual, que no siempre resulta natural. Debemos practicarla.

- ¿Por qué a veces no agradecemos?
- ¿Cuáles son los beneficios de ser agradecidos?

Piensen en siete cosas por las que están agradecidos a Dios.

Idea principal

El agradecimiento le recuerda a nuestro corazón quién es Dios, los muchos beneficios que derrama sobre nosotros y la obra que está haciendo en nuestra vida. Como resultado, tenemos una mayor experiencia del gozo y la paz de Cristo.

Leer Salmos 107:1-2

Cuando damos las gracias, ponemos de manifiesto que nuestro Dios es bueno y amoroso. Además, vemos nuestra propia vida en perspectiva. Nuestros deseos y necesidades a menudo pueden abrumarnos; el agradecimiento deliberado nos recuerda que Dios ya ha suplido nuestra mayor necesidad, y que servimos a un Padre bueno en quien podemos confiar para el resto de nuestras necesidades. Siempre que expresamos un agradecimiento genuino, nos produce gozo, sea cual sea la circunstancia.

Conversar

Leer Filipenses 4:4-7.

- ¿Por qué creen que el agradecimiento calma nuestra ansiedad y nos produce paz?
- Piensen en otras siete cosas por las que podemos estar agradecidos, esta vez focalizados en quién es Dios, no en lo que Él hace.
- ¿De qué diferentes formas podemos expresar nuestra gratitud a Dios?

Estudiar la Palabra

Hemos visto **por qué** damos gracias, y hemos considerado diferentes maneras de hacerlo. Veamos el "**cuándo**" y el "**qué**". Leer Efesios 5:20

safar

Cuándo damos gracias: _

- A lo largo del día, podemos meditar en la bondad de Dios hacia nosotros y dar gracias. La acción de gracias constante mantendrá nuestra perspectiva clara.

Por qué cosas damos gracias _

- Pablo nos enseña a dar gracias por todo. ¿Pero qué pasa con los momentos difíciles de nuestra vida? ¿Cómo podemos dar gracias incluso cuando estamos experimentando dificultades y dolor?

Leer Santiago 1:2-4

Algunas experiencias pueden ser muy dolorosas, pero incluso en ellas podemos dar gracias, porque Dios utiliza esos momentos para formarnos y perfeccionarnos.

- ¿Qué puede agradecer alguien que está pasando por dificultades financieras?
- ¿Qué puede agradecer alguien que está en medio de una relación difícil?
- ¿Por qué puede estar agradecido alguien que sufre físicamente?

Incluso las cosas difíciles de la vida redundan para nuestro bien cuando confiamos en Dios. Sí, podemos dar gracias en todo y experimentar el gozo del Señor.

Ahora a practicar juntos

- ¡Sigamos un poco más! Agreguen al menos siete cosas más por las que están agradecidos a Dios. Traten de incluir un área por la que nunca han agradecido a Dios.
- Expresen juntos su gratitud a Dios por todas las cosas que han enumerado hoy, y pídanle que les dé más gozo y que Su paz guarde el corazón de cada uno de ustedes.
- Ahora, tomen un momento para pensar el uno en el otro. ¿Por qué están agradecidos? Dediquen dos minutos a mencionar por qué están agradecidos el uno del otro.

Repasa tu práctica diaria

- Cada mañana, en el tiempo de devocional privado de cada uno, pidan al Espíritu Santo que les dé un corazón humilde y agradecido. Usen estos pasajes bíblicos para guiarlos en oración:
 - 1 Tesalonicenses 5:16-18
 - Colosenses 3:15-17
 - Efesios 5:15-21
- ¿Hay alguna situación donde les cueste ser agradecidos? Díganle a su Padre lo difícil que es para ustedes estar agradecidos. Pidan al Espíritu Santo que les dé ojos para ver que esa situación está redundando para el bien de cada uno de ustedes. Luego agradezcan a Dios por poder confiar en Él en esa situación.
- Cada día, agradezcan a Dios por al menos tres cosas.