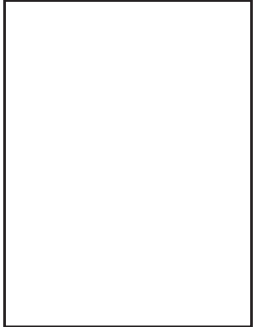


\$+. -1! \$ /
 +) !*5 + 1*
 .!(% * , !./+* (
 +* !/</ (, !#1*0 -1! /1.#! !/ >4 \$+. -18
 \$ #+ /0! (% .+ 0! 41 .7 , +*! .!*) . \$ 01
 *1!2 .!(% * +* !/1 .%/0+ \$+. 0< *! !/10 /
 +*+ !. !/</ ! 1*) !&+.) *! . 40) %8*
 !/ 1 .% ;) + 2%2% !* !/0 *1!2 2%
 !/ 1 .% 7/ .!/, 1!/0 / , !#1*0 / %) , +.0 *0! /
 %* (14! * +
 => 18, /; 1 * + !, 08 .%/0+ !/% *
 => ;) +) ! +) 1*% + +* %+/ !/% *
 => ;) + /! (+ %#+ (+/ !) 7/ !/% *
 => ;) +) ! +*! 0+ !/% *
 => 18 \$ #+ 1 * + (+! \$+ , !. !. !/% *
 => ;) +) % .7) %2% !/% *



!/! %*(1! * % . 0 *0+/
 +(! / ! *0! / +) + /!
 , +/% (! , . -1! /%# *
 .%/0+ +) + %! 0+. !
 8(+) , .0! +*! ! ! * % /
 *0!) %!/ ! ! /01 % *0! /
 : + 4 \$! / .%0+) 7/
 ! (% .+ / . .4 2% &
 0. 28/ ! 0+ + ! () 1* + , %0 * + (9 ! ! /
 &12! *%(! / , /0+. ! / ! & ; 2! *! / , . ! / 4 ! /01
 % *0! / +.) ! %+ ! /1 (% ! . 5#+) %(! / !
 %#(! /% / \$ * %) , (!) ! *0 + ! /0. 0! #% / , .
 0! *! . 1*) %*%0! .%+ &12! *%(! *"+ + ! * ! /</
 . .4 &1#; ! * ! (0! . ! .) ! &+ . ! -1% + + (! #% (
 ! / ! 0 + (! (+/ ! 4 \$ +) , !
 0% + ! * ! () . 0; * ! +/0+* 6(4 /1 ! ! / , +/
 3 * * 0% * ! * + \$+ \$%&+ / 4 2%2! *
 ! * 0(*0 ! +. #%

333 ! \$ +10 +. #



¡EN SUS MARCAS!

¡LISTOS!

Caminando hacia la madurez

Traducido por Sonia Soto

Barry St. Clair



Para información en inglés:

Escriba a Reach Out Youth
Solutions a: info@reach-out.org
Visite nuestro sitio Web:
www.reach-out.org
O llámenos desde los Estados
Unidos de A. al: 1-800-473-9456

Editorial
Mundo Hispano
7000 Alabama Street,
El Paso, Texas 79904,
EE. UU. de A.
www.editorialmh.org

¡En sus marcas! ¡Listos! © Copyright 2006, Editorial Mundo Hispano. 7000 Alabama Street, El Paso, Texas 79904, Estados Unidos de América. Traducido y publicado con permiso. Todos los derechos reservados. Prohibida su reproducción o transmisión total o parcial, por cualquier medio, sin el permiso escrito de los publicadores.

Publicado originalmente en inglés por Reach Out Youth Solutions, bajo el título *Getting Started*, © copyright 1993, 2001 por Barry St. Clair.

Las citas bíblicas han sido tomadas de la Santa Biblia: Versión Reina-Valera Actualizada. © Copyright 2006, Editorial Mundo Hispano. Usada con permiso.

Editores: Raymundo Aguilar, Hermes Soto

Primera edición: 2006

Clasificación Decimal Dewey: 248.83

Tema: Discipulado-Jóvenes

ISBN: 978-0-311-13686-5

EMH Núm. 13686

5 M 11 06

Impreso en Colombia
Printed in Colombia

Una palabra de ánimo

Ahora que has recibido a Jesús en tu vida, has entrado a una sorprendente aventura que te afectará en forma positiva, ahora y por siempre.

Al estar “¡En sus marcas!”, ¿cuál es el deseo de Dios para tu vida? El apóstol Pablo lo describe muy bien: “Por tanto, de la manera que habéis recibido a Cristo Jesús el Señor, así andad en él, firmemente arraigados y sobreedificados en él, y confirmados por la fe, así como habéis sido enseñados, abundando en acciones de gracias”. Mis oraciones están contigo ahora que buscas estar “¡En sus marcas!” en la gran aventura de conocer a Jesús.

POR FAVOR NOTA QUE: Para que “¡En sus marcas! ¡Listos!” sea simple y consistente, el pronombre “él” se usa en todo el libro en vez de “ella” o “él/ella”. De ninguna manera es esta una forma de menoscabar a la mujer.

Agradecimiento especial

A Bill Jones, Keith Naylor y Chris Frear, quienes trabajaron conmigo en este proyecto.

A aquella gente especial que me permitió aprender las verdades de este libro en ellos.

A Kim Doud y Ralph Rowland que gentilmente me permitieron usar el concepto y algunos de los contenidos de su material *Plugging into God* © 1982 por la *Light and Power Co.* Usado con permiso. Todos los derechos son reservados.

¿Qué encontramos más adelante?

Sesión 1

¿Qué pasó cuando acepté a Cristo? 5

Sesión 2

¿Cómo me comunico con Dios? 10

Sesión 3

¿Cómo se lo digo a los demás? 13

Sesión 4

¿Cómo me conecto? 20

Sesión 5

¿Qué hago cuando lo echo a perder? 24

Sesión 6

¿Cómo cambiará mi vida? 27

Usos de este libro

Por ti mismo. Puedes usar este libro para tu uso personal. Si lo haces, dile por lo menos a una persona lo que descubras.

Con un compañero. Te puedes reunir con el amigo que te llevó a Cristo, y reunirse por lo menos una vez por semana para crecer juntos.

Estudio en grupo. Puedes usar este libro con un grupo. El grupo debe reunirse en seis ocasiones. Pueden reunirse más de una vez a la semana si gustan.

Sugerencias prácticas



Cómo obtener lo mejor de este libro:

- > Inicia cada sesión con una oración.
Pídele a Dios que te hable. Ora por las necesidades de los demás.



- > Usa una Biblia.
Prueba la Reina-Valera Actualizada (RVA) o la Nueva Versión Internacional (NVI).



- > Trabaja a través de las sesiones.
Busca los versículos de la Biblia.
Piensa en lo que dicen las respuestas.
Escribe las respuestas.
Anota cualquier pregunta que se te venga a la mente.
Memoriza los versículos asignados.



- > Aplica cada estudio bíblico a tu vida.
Actúa de acuerdo con lo aprendido. Obedece a Dios en tus relaciones, actitudes y acciones.
Habla sobre estos asuntos con otros creyentes que puedan animarte y aconsejarte.

¡ EN SUS MARCAS! ¡ LISTOS! SESIÓN 1

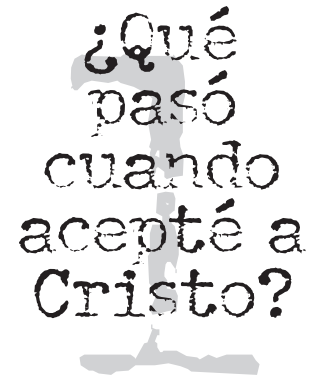
¿Con cuál persona te sientes más a gusto? ¿Por qué estás tan cerca de esa persona? Porque se sienten a gusto juntos y se conocen bien. Entre más conozcas a alguien, más a gusto te vas a sentir con él o ella. Pero tienes que encontrarte con esa persona y pasar tiempo juntos para que se puedan conocer mejor.

Cuando recibiste a Jesucristo, te encontraste con él por primera vez. Ahora tienes el privilegio de conocerlo. Entre más tiempo pases con él, de la misma manera que con cualquier otra persona, lo vas a conocer mejor y a sentirte más cómodo cerca de él. Tú quieres ir ganando confianza en tu relación con Jesús.

El primer paso para conocer mejor a Jesús es entender tu relación. Cuando contestes las preguntas que están a continuación, escribe lo que piensas que te pasó cuando aceptaste a Jesús.

¿Qué hizo Jesucristo por ti cuando lo aceptaste?

¿En qué eres diferente ahora que has recibido a Cristo?



.....
¿Cómo puedes tener confianza en que Jesús vive en tu vida?

¿Cómo te sientes en relación con esto?

Ahora veamos cómo Dios contesta estas preguntas en la Biblia. Antes de que leas las respuestas, escribe en tus propias palabras lo que has descubierto.



¿Qué hizo Jesucristo por ti cuando lo aceptaste? Lee Juan 1:12.

Cuando le pediste a Jesús que entrara a tu vida, te convertiste en hijo de Dios. Puedes experimentar una relación cercana con Dios que sólo un hijo de Dios puede tener. Pero tu relación con Dios es aun más cercana que la relación padre/hijo porque realmente vive dentro de ti. Tú tienes su constante compañía.



**¿En qué eres diferente a una persona que no ha aceptado a Cristo?
Lee 2 Corintios 5:17.**

En el momento que aceptaste a Jesucristo te convertiste totalmente en una nueva persona.

Puedes verte, sentirte y aun actuar como antes, pero la Biblia dice que eres completamente diferente y nuevo. Tus propios deseos egoístas y actitudes han sido reemplazados por unos deseos y actitudes como los de Cristo. ¿Cuáles son algunos de los cambios que ya ves en tu vida? (Esta es una buena pregunta que debes hacerte cada semana).

¿Cómo puedes estar seguro de que Jesús está en tu vida? Lee 1 Juan 5:11-13.



Desde que aceptaste a Jesús, eres hijo de Dios y tienes vida. Puedes sentirte confiado de eso ya que Dios así lo ha prometido. Esa confianza no está en ti mismo, sino en Jesucristo.

¿Cuán importantes son tus sentimientos? Lee Juan 10:27-30.



Has comenzado la más emocionante aventura que una persona pueda experimentar —una relación personal con Jesús—. Él desea que tú lo conozcas y lo disfrutes. Te guiará, te protegerá y te ayudará a crecer en tus relaciones. Tus únicas responsabilidades son pasar tiempo con él, confiar en él y obedecerle. Puedes estar emocionado o puedes no sentir

Aviso de oración

Orar es
simplemente
hablar con Dios.
No te preocupes
por decir las
palabras
“perfectas”.
A él le interesa
más tu actitud
que tus
palabras.

.....

nada diferente. De cualquier manera, no te preocupes.

Los sentimientos son engañosos. Pueden variar de acuerdo con las circunstancias. Pero tu fe se basa en hechos. Entonces, en vez de confiar en tus sentimientos, debes confiar en los hechos de las promesas de la Biblia. No importa cómo te sientas, Cristo siempre permanece fiel a ti.

En este mismo momento, dale gracias a Dios por lo que ha hecho por ti y por tu nueva relación con él.



Resume tu oración aquí:

AVANZANDO



- > Lee todas las respuestas que has escrito hasta ahora y escribe cualquier pregunta que desees hacer.

.....

¡En sus marcas! ¡Listos!

- ➤ Enumera las tres áreas más importantes de tu vida (padres, estudios, amigos, deportes, etc.). Describe cómo tu nueva relación con Cristo hará una diferencia en cada área.

1. _____

2. _____

3. _____

***El que tiene
al Hijo tiene la
vida; el que no
tiene al Hijo
de Dios no
tiene la vida.***

**Versículo para memorizar:
1 Juan 5:12**

¿Cómo me comunico con Dios?



Escuchar a Jesús

Jesús quiere comunicarse contigo. Él envió al Espíritu Santo para que viva dentro de ti de manera que puedas escuchar lo que él tiene que decir. ¿Qué te dirá Dios a través del Espíritu Santo?

- > Juan 14:15-17 _____

- > Juan 14:26 _____

- > Juan 16:13 _____



Dios quiere que escuches de él a través de la Biblia. ¿Cuál es el valor de escuchar de Dios a través de la lectura de la Biblia? **Lee Salmo 1:1-3.**

Cuando comiences a leer la Biblia diariamente y apliques lo que te enseña, tu vida cambiará. Sigue estas simples directrices para leer la Biblia.

- > Ora y pídele al Espíritu Santo que te ayude a entender la Biblia y a aplicarla.
- > Lee un capítulo al día en una versión moderna. Comienza leyendo el libro de Marcos.
- > Escoge el que pienses que es el versículo más importante del capítulo y escríbelo en tus propias palabras.

Habla con Jesús

Puedes hablar con Jesús a cualquier hora y en cualquier lugar. Pero para tener una conversación íntima, es importante tener tiempo a solas. Puedes decirle a Jesús cómo te sientes y lo que piensas. Como de todas maneras Dios conoce lo que pasa en tu mente y en tu corazón, puedes ser completamente honesto con él.



¿Cuáles pistas para hablar con Dios puedes encontrar en los siguientes pasajes?

- > Marcos 1:35 _____
- > Juan 15:7 _____
- > Filipenses 4:6-7 _____
- > I Juan 5:14-15 _____

A medida que ores diariamente aprenderás a comunicarte con Dios. Sigue el siguiente bosquejo para ayudarte a hablar con Dios en una forma significativa.

Caminando hacia la madurez

Apunta los días que te encuentres con Dios esta semana.

- Domingo Jueves
 Lunes Viernes
 Martes Sábado
 Miércoles

Estas cosas os he escrito a vosotros que creéis en el nombre del Hijo de Dios, para que sepáis que tenéis vida eterna. Y esta es la confianza que tenemos delante de él: que si pedimos algo conforme a su voluntad, él nos oye.



Versículo para memorizar:
1 John 5:13-14

.....
Alaba. Dile a Dios una de las características de él que a ti te gusta. Lee un salmo.

Confiesa. Admite tus pecados delante de Dios. Sé honesto. Luego reclama su promesa de perdón en 1 Juan 1:9.

Da gracias. Haz una lista de varias cosas por las que estás agradecido.

Pide. Pídele a Dios lo que necesites. Él desea darte lo que necesitas.

Intercede. Ora por otras personas. Comienza con tu familia y amigos. Estas “formas de orar” te ayudarán a saber lo que Dios te está diciendo y lo que tú le estás diciendo a él.

AVANZANDO

- > Escoge un tiempo diario para leer la Biblia y para orar. Busca un tiempo en el que puedas estar a solas con Dios.

Tiempo: _____

- > Escoge un lugar en el que no te interrumpan.

Lugar: _____

¡EN SUS MARCAS! ¡LISTOS! SESIÓN 3

Algunas veces es más difícil decirle algo significativo y profundo a alguien muy cercano. Generalmente se debe a que deseas desesperadamente que esa persona entienda y temas que no lo haga. Comunicarse abierta y positivamente, especialmente con tus padres y amigos, es la mejor manera. Sin embargo, no todos los padres y amigos responderán en la misma forma.

Marca la declaración que mejor represente la respuesta de tus padres y amigos a tu nueva relación con Jesús o la que pienses que podría ser.

Padres

Amigos

“¡Estamos emocionados por ti!”.

“Es tu vida”.

“No entendemos”.

“Es la cosa más ridícula que hayamos oído”.

No importa cuál sea la respuesta de tus padres y amigos a tu decisión de seguir a Jesús, necesitas amarlos y obedecer a Jesús. Prácticamente, ¿cómo puedes hacer ambas cosas?

¿Qué les digo a mis padres?

En una escala del 1 al 10, clasifica la relación con tus padres:

Muy mala

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

Muy buena

¿Cómo se
lo digo
a los
demás?



Pese a la calidad de tu relación, tus padres son personas muy importantes en tu vida. Debido a que tu nueva relación con Jesús cambiará tu vida, tus padres deben saber que tú tienes esa relación. ¿Cuál es el mejor acercamiento para comunicar eso apropiadamente?

Reconoce la autoridad de tus padres sobre ti. ¿Cómo puedes reaccionar apropiadamente ante tus padres, aun si ellos se oponen a tu decisión de seguir a Cristo? ¿Cuáles serán los resultados?



Lee Efesios 6:1-3. _____

Comunícate con tus padres. Habla abiertamente con tus padres acerca de lo que Jesús significa para ti, pero nunca discutas o fuerces en ellos tu creencia en Jesús. ¿Cómo puedes hacer esto?



Lee Efesios 4:15. _____

Gánate la confianza de tus padres. Vive como un cristiano en el hogar, amando a tus padres y obedeciéndolos completamente. Entonces ellos confiarán en ti y verán el efecto positivo de tu relación con Jesús. ¿Cómo puedes hacer esto?



Lee Efesios 4:29-32. _____

Reconoce las necesidades de tus padres. En vez de pensar en tus propias necesidades, busca la manera de llenar las necesidades de tus padres.

Lee Filipenses 2:3-4. _____



Tus padres te estarán observando de cerca para ver si tu decisión de seguir a Jesús es solamente otra “fase” por la que estás pasando o algo real y duradero. Permíteles ver que la presencia de Cristo en tu vida es permanente. No trates de ser perfecto, solamente obedece a Jesús y sé cariñoso y honesto con tus padres.

¿Qué les digo a mis amigos?

Piensa en tus tres mejores amigos. ¿Cuál piensas que será la reacción de cada uno de ellos cuando les cuentes de tu nueva relación con Jesús?



Nombre	Reacción
_____	_____
_____	_____
_____	_____

Tus amigos probablemente tendrán una de las tres siguientes reacciones ante tu decisión de recibir a Jesucristo.



Defenderse

Los que están a la defensiva dicen algo más o menos así: “¡Ay!, Jesús puede ser bueno para ti, pero yo no soy tan malo. No necesito eso”. Los seguidores de Jesús encontraron la misma respuesta. ¿Cómo se defendió el amigo de Felipe, Natanael, cuando encontró a Jesús? *Lee Juan 1:43-49.*

¿Cómo venció Felipe la defensiva de Natanael? Felipe no trató de discutir o de forzar a Natanael a hacer nada que no quisiera hacer. Simplemente invitó a Natanael: “Ven y ve”. Jesús se hizo cargo de ahí en adelante. Tú puedes usar la misma respuesta con tus amigos que están a la defensiva. En vez de discutir, invítalos a mirar seriamente a Jesucristo.

Abandonar

Puedes esperar que algunos de tus amigos te abandonen porque piensan que te has convertido en un “chiflado fanático de Jesús”. Reaccionan de esa manera por temor, culpa, hipocresía “religiosa”, experiencias pasadas o mentes cerradas. Podrías sentirte rechazado por tus amigos. Aun Jesús fue rechazado. Cientos de años antes de que Jesús naciera, el profeta Isaías escribió sobre cómo sería tratado Jesús. ¿Qué pasó cuando lo rechazaron? *Lee Isaías 53:3-5.*



¿Cómo respondió Jesús cuando la gente lo rechazó? *Lee 1 Pedro 2:23.*



¡En sus marcas! ¡Listos!

Aunque tus amigos no quieran hablar de Jesús, ámalos y continúa hablando con ellos. Vive para agradar a Jesús. ¿Quién sabe? Con el tiempo ellos podrían cambiar de forma de pensar y aceptar a Jesús.

Decidir

Por cada persona que defienda su estilo de vida o te abandone, muchos otros dirán algo como: “He tenido muchos pensamientos y preguntas acerca de Jesús. ¿Podríamos hablar más sobre eso?”. Muchos de tus amigos quieren saber más sobre Dios, pero no saben cómo preguntar. Las siguientes sugerencias pueden ayudarte a saber cómo hablar con tus amigos.

Vive para agradar a Dios. El apóstol Pablo describe el conflicto entre tratar de agradar a tus amigos y agradar a Dios. *Lee Gálatas 1:10.* Explícalo en tus propias palabras.

Vive para agradar a Dios, pero sin embargo pasa tiempo con tus amigos.
¿Qué pasará si haces ambas cosas? *Lee 1 Tesalonicenses 1:5.*

Ama a tus amigos. ¿Cuánto debes amarlos? *Lee Juan 15:12.*

Confía en el Espíritu Santo para alcanzar a tus amigos. ¿Cuál será el resultado cuando lo hagas?

**Pensamiento
poderoso**

No importa
cómo
reaccionen tus
padres, Dios
puede usar su
reacción para
ayudarte a
crecer.





Lee 1 Corintios 2:4, 5.



Valientemente comunica el mensaje de Jesús a tus amigos. Aunque el Espíritu Santo convence a tus amigos de seguir a Jesús, Dios quiere usarte para presentarles el evangelio. ¿Cómo hace esto Dios? Lee Romanos 1:16.

Consejo poderoso

Verbalmente
identifícate con
Jesucristo cuando
estés con tus
amigos. Di en voz
alta: “Le
pertenezco a
Jesucristo”.



AVANZANDO

- > Escribe cómo les quieres decir a tus padres acerca de tu relación con Cristo.

- > Ora y planea un tiempo para hablar con tus padres acerca de tu decisión de seguir a Jesús. ¿Cuándo?

.....

¡En sus marcas! ¡Listos!

- > Haz una lista de las principales actitudes y acciones que deseas que Jesús cambie en tu vida de manera que puedas mostrar mejor el amor de Cristo en tu hogar.

- > Escribe el nombre de tres amigos que necesiten conocer a Cristo y lo que quieres orar por ellos cada día.

Nombre

Petición

- > Encierra en un círculo el nombre del amigo que piensas que está más listo para que le hables de Cristo. Piensa en algo especial que puedas hacer por esa persona esta semana.

Porque no me avergüenzo del evangelio; pues es poder de Dios para salvación a todo aquel que cree, al judío primero y también al griego.

**Versículo para memorizar:
Romanos 1:16**

¿Cómo me conecto?

Cuando piensas en una iglesia, ¿qué piensas? Marca una o más de las siguientes declaraciones:

- Estoy aburrido.
- Me gustaría estar jugando bola.
- Nunca he estado en una.
- Lo disfruto.
- Tengo que vestirme bien.
- Tengo muchos amigos allí.
- Lo hago por rutina.
- Voy sólo en Semana Santa y en Navidad.

¡ EN SUS MARCAS! ¡ LISTOS! SESIÓN 4

Un leño arde siempre y cuando esté en el fuego, pero si se saca del fuego humea y se extingue. Reunirse con otros creyentes nos mantiene “encendidos” por Cristo.

Todavía no he encontrado una persona que tenga una creciente relación con Jesucristo que no se haya conectado a una familia saludable de creyentes.



Es por eso que Dios diseñó la iglesia de la forma que lo hizo. Describe en una palabra una imagen de la iglesia en estos versículos.

- > Romanos 12:4-5 _____
- > Efesios 2:19-21 _____
- > Efesios 5:25-27 _____

Cuando te reúnes frecuentemente con otros creyentes en la iglesia local, la iglesia te ayuda de ciertas maneras y en otras tú ayudas a la iglesia.



Permite que otros te ayuden

Pronto descubrirás que puedes llegar a conocer mejor a Jesús aprendiendo de otros que lo conocen a él . Otros creyentes te animarán y te ayudarán a crecer espiritualmente.

¿Qué es lo que te dicen los siguientes versículos acerca de la importancia de reunirse con otros creyentes?



- > Eclesiastés 4:9-10 _____

- > I Tesalonicenses 5:11 _____

- > Hebreos 10:24-25 _____

**Pensamiento
poderoso**

Cuando haces amistad con otros cristianos, al principio te sientes incómodo. Pero ellos pueden fortalecer tu fe y ayudarte a crecer.

Involúcrate en una iglesia que:

- Exprese abiertamente el deseo de conocer a Cristo.
- Te enseñe cómo seguir a Jesús.
- Tenga un fuerte ministerio juvenil.
- Tenga interés personal en tu vida espiritual.

Piensa en una forma en la que la iglesia pueda ayudarte.





Tú ayudas a otros

Los creyentes están involucrados en la vida de los demás. Tú tienes el especial privilegio de ayudar a otros.



Lee Romanos 12:9-16 y escribe todas las maneras en las que los cristianos se relacionan “unos con otros”.

¿Qué tienes que dar que ayude a la iglesia?

Ayudar a los incrédulos es una parte de lo que la iglesia hace también. Es probablemente como tú te convertiste en creyente. Alguien te alcanzó.

Los cristianos han encontrado la clave de la vida: conocer a Jesucristo. Otra gente anda buscando el significado de la vida. Así, los creyentes les hablan a otros acerca de Jesús.



¿Qué te dicen los siguientes versículos acerca de cómo ayudar a otros a conocer a Cristo?

.....

¡En sus marcas! ¡Listos!

- > Mateo 4:19 _____
- > Mateo 9:36-38 _____
- > Juan 1:25-42 _____

Expresarles las buenas nuevas de Jesucristo a otros es un increíble privilegio. Les puedes decir cómo Cristo te ha cambiado la vida y cómo ellos pueden llegar a conocerlo a él también.



AVANZANDO

- > ¿A cuál grupo de creyentes te gustaría unirte? _____
- > Pídele a alguien de ese grupo que te lleve a su grupo esta semana. ¿Quién? _____
- > Determina de qué manera ese grupo puede ayudarte. _____
- > Decide de qué manera tú puedes ayudarle a alguien en ese grupo. _____
- > Invita a un amigo que no conozca a Cristo a ir contigo. ¿Quién? _____

**Considerémonos
los unos a los
otros para
estimularnos al
amor y a las
buenas obras.
No dejemos de
congregarnos,
como algunos
tienen por
costumbre;
más bien
exhortémonos,
y con mayor
razón cuando
veis que el día
se acerca.**

**Versículos para memorizar:
Hebreos 10:24-25**

¿Qué
hago
cuando
lo
echo a
perder?

.....

¡ EN SUS MARCAS! ¡ LISTOS! SESIÓN 5

Ahora que ya conoces a Jesucristo, ¿qué pasa cuando pierdes el control, le pegas a tu hermanito, le gritas a tu mamá o inclusive algo peor? ¿Se dará Jesús por vencido contigo? ¿Qué piensas? _____



Veamos qué pasa cuando lo echas a perder (cometes lo que la Biblia llama “pecado”). Pecar es como decirle a Dios: “Voy a manejar esta situación a mi manera”. Esa es tu tendencia natural. De acuerdo con **Romanos 3:10-11**, ¿cómo ha afectado tu vida la actitud de pecado? _____



Ahora que eres un hijo de Dios, el pecado puede romper tu compañerismo con Dios, pero no tu relación. Tu relación con él nunca puede romperse. ¿Qué dice **1 Juan 1:5-7** acerca del rompimiento de la relación con Dios?

Si tomas el carro de tu papá cuando él te ha dicho que no lo hagas, y lo manejas y pegas en un poste, eso causa tensión con tu papá. Todavía tienes una relación con tu papá (todavía eres su hijo o hija), pero tu compañerismo está temporalmente roto. Cualquier pecado crea tensión en tu compañerismo con Dios.

¿Cómo me confieso?

Todos nosotros pecamos antes de convertirnos en seguidores de Jesús. Y todos nosotros pecamos también después de convertirnos en creyentes. La diferencia es que ahora nuestros pecados son lavados debido a la muerte de Jesús en la cruz. ¿Qué puedes hacer para restaurar tu compañerismo con Dios después de tu pecado?



Lee 1 Juan 1:9.



¿Qué piensas que significa “confesarse”?

Confesión significa estar de acuerdo con Dios en que estás equivocado y que honestamente deseas cambiar. Estás de acuerdo con Dios en que: “Lo estoy haciendo a mi manera” en esa área en particular de tu vida; entonces le dices a Jesús: “Deseo cambiar y hacerlo a tu manera”.



Para confesarte:

- > Concuerta con Dios en que estás equivocado.
- > Agrádecele a Dios que Jesús haya muerto por tus pecados en la cruz.
- > Pídele a Jesús que tome esa área pecaminosa de tu vida y la cambie.
- > Da pasos para corregir tu actitud o acción pecadora.

Decir las palabras no significa que te hayas confesado. Debes tener un deseo honesto de volverte de ese pecado.

Pensamiento poderoso

Los cristianos no son perfectos, solamente perdonados.



¿Qué hace Dios?

¿Qué hace Dios cuando confiesas tus pecados?



Lee 1 Juan 1:9.

Él hace dos cosas:

- Dios te perdona cada vez.
- Dios olvida tu pecado para siempre.

Cuando confiesas tus pecados, Dios limpia la pizarra y restaura tu compañerismo con él. No importa cuán grandes o pequeños sean tus pecados. Cuando tú te confiesas, Dios perdona y olvida. ¿Por qué? Lee 1 Pedro 2:24.



**Si confesamos
nuestros pecados,
él es fiel y justo
para perdonar
nuestros pecados
y limpiarnos de
toda maldad.**



Te preguntarán: “¿Pero qué si yo no me siento perdonado?”. Ten en cuenta que confías en Dios por fe, no por sentimientos. El perdón actúa de la misma manera. Dios no quiere que te sientas culpable. Si has confesado tus pecados, puedes estar seguro de que Dios te ha perdonado. Reclama la promesa en 1 Juan 1:9 y continúa creciendo.

AVANZANDO

- > ¿Cuáles pecados en tu vida necesitas confesarle a Dios en este momento? En una hoja de papel enuméralos todos, no importa si son muchos. Confíésale a Dios esos pecados uno por uno. Dale gracias a Dios por haber muerto en la cruz por tus pecados. Reclama su promesa de que él te limpiará y te perdonará (1 Jn. 1:9). Pídele a Dios que tome cada una de esas áreas de tu vida y que las cambie.
- > Echa a la basura la hoja de papel como símbolo de la limpieza y el perdón de Dios.

**Versículo para memorizar:
1 Juan 1:9**

¡ EN SUS MARCAS! ¡ LISTOS! SESIÓN 6

Alguien ha dicho: “¡La única constante en la vida es el cambio!”. Posiblemente a estas alturas te estés preguntando: “¿Cómo el conocer a Jesús cambiará mi vida?”. Expresa cómo te sientes en relación a tu cambio de vida. ¿Cómo ha cambiado ya? ¿Qué necesita cambiar todavía?

Dios continuará mostrándote las respuestas a estas preguntas a medida que pases tiempo con él. Él puede ver tu vida como un todo. Debido a eso, los cambios que él haga siempre serán para tu provecho. De acuerdo con **Juan 10:10**, ¿por qué es eso verdad?

Al revés

Frecuentemente la gente juzga a los demás por su apariencia externa —como se miran o actúan—. Pero cuando una persona acepta a Jesucristo, los cambios comienzan en el interior, no en el exterior.

¿Cómo
cambiará
mi vida?



.....

Tú eres una nueva persona interiormente, aunque te ves, y quizá te sientes, igual. Cuando te convertiste en un seguidor de Jesús, Dios no te dio una lista de reglas y regulaciones — qué hacer y qué no hacer—. Muchos piensan que el cristianismo implica seguir una larga lista de reglas. Pero las reglas sólo afectan tu aspecto exterior.



En lugar de reglas, Dios te dio al Espíritu Santo. ¿Dónde vive el Espíritu Santo?
Lee 1 Corintios 6:19.



Ahora tienes al Espíritu de Jesucristo —el Espíritu Santo— viviendo en ti. El Espíritu Santo es la fuente de poder que te cambiará de adentro hacia fuera. Tienes la fuerza interior para vivir de la manera en que Dios quiere que vivas. ¿Cómo te cambia el Espíritu Santo?
Lee Romanos 8:9-11.

La respiración espiritual

Físicamente, tienes que respirar para permanecer vivo y saludable. Cuando respiras, exhalas monóxido de carbono e inhalas oxígeno dador de vida. Espiritualmente, lo mismo es verdad. Cuando respiras espiritualmente, confiesas tu pecado y permites que el Espíritu Santo llene y controle tu vida.



Cambios

Podrías pensar: “Nunca podré cambiar algunas cosas en mí. Las he estado haciendo por mucho tiempo”. Tienes toda la razón. Con tu propio poder, nunca las podrás cambiar.

¡En sus marcas! ¡Listos!

Pero ya no estás limitado a tu propio poder. Si le pides al Espíritu Santo que trabaje en ti, te ayudará a hacer esos cambios tan difíciles. Mira la promesa de Dios para ti en **Mateo 19:26**.
¿Qué significa para ti esa promesa?



Cuando el Espíritu Santo vive dentro de ti, tu vida anterior es reemplazada. Ya no tendrás que vivir como el “viejo tú”.

Lee **Colosenses 3:1-17** y responde las siguientes preguntas:



¿Qué hace posible que tu vida cambie? (v. 1)

¿Qué tienes que hacer para ayudar a que tu vida cambie? (v. 2)

¿Qué tienes que hacer con tu antigua vida? (v. 5)

¿Qué cosas necesitas hacer a un lado? (vv. 5-9)

¿De qué cosas necesitas “vestirte”? (vv. 12-17)



Pensamiento poderoso



.....

Lee Gálatas 5:22, 23, después haz una lista de las cualidades de Jesús que el Espíritu Santo ha puesto dentro de ti. Mientras las enumeras, agradécele a Dios por poseer cada una de ellas.



AVANZANDO

- > Identifica un área específica en tu vida que deseas que Cristo cambie.

- > Específicamente, ¿que necesitas “quitarte” en esa área esta semana? ¿Qué necesitas “ponerte”?

- > ¿De dónde viene el poder para “quitarte” y “ponerte”? _____

- > Durante la próxima semana, empieza a practicar la respiración espiritual en esa área específica de problema en tu vida. Confiesa cada vez que peques y deja que el Espíritu Santo tome control de ese problema. Sé sensible a cooperar con el Espíritu Santo cada vez que ese problema venga a tu mente. Anota cualquier cambio que experimentes esta semana, aun los pequeños.

Versículo para memorizar:
Efesios 5:18

Cómo ayudar a un amigo a estar ¡En sus marcas!

Sigue estos pasos para estar ¡En sus marcas! con un amigo.

- Dile que quieres ayudarlo a crecer en su nueva relación con Jesús. Lean juntos Colosenses 2:6, 7. Usa la ilustración de un jardín. “Supón que acabas de plantar un jardín. ¿Qué pasaría si nunca lo regaras, lo desyerbaras o lo fertilizaras? Lo mismo se aplica a tu relación con Cristo”. Pregúntale si quiere que se reúnan una vez a la semana durante las siguientes seis semanas para estudiar “¡En sus marcas! ¡Listos!”. Dile que trabajarán juntos, pero que a él le tocará hacer su parte.
- Muéstrale el libro “¡En sus marcas! ¡Listos!”. Pasa a ver los seis aspectos cubiertos en este libro. Dile que eso es lo que estudiarán. Pónganse de acuerdo en una hora y un lugar para reunirse. No olvides llamarlo previamente para recordarle.

Hablen de las sesiones

Para usar “¡En sus marcas! ¡Listos!” en forma más efectiva, un creyente nuevo necesita decirle lo que ha aprendido a un creyente más maduro. ¡Ese eres tú! Hablar acerca de los versículos bíblicos y las respuestas ayudará a un amigo a crecer espiritualmente. Estas directrices te ayudarán en la tarea de que el nuevo creyente empiece:

Dile qué. Dile la meta de la sesión y lo que deberá saber cuando la complete.

Dile por qué. Basa tu presentación en las Escrituras y/o tu experiencia con Cristo.

Muéstrale cómo. Usa ilustraciones prácticas y herramientas para explicarle los conceptos del libro. Por ejemplo, muéstrale lo que haces cuando lees la Biblia y oras.

Haz que esté ¡en sus marcas! Haz las lecciones con él. Reúnanse para hacer las lecciones juntos. Asegúrate de que cada uno haya hecho la lección por separado primeramente antes de reunirse a discutirla.

Haz que se mantenga en el camino. No supongas que si tu amigo hace una lección, las hará todas; que cuando hace algo exitoso una vez lo continuará haciendo. Mantente animándolo.

Transmítelo. Ayúdalo a transmitir lo que está descubriendo acerca de Jesucristo, primero hablándole a otros de Jesús, y luego ayudando a otros nuevos creyentes a crecer. ¡Esto es producir fruto a través de su vida!

Sigue el formato

Sigue este formato para que obtengas el máximo de la discusión.

- > Pasen unos pocos minutos poniéndose al día en la vida personal de cada uno.
- > Estudien la lección y contesten cada pregunta. Busquen cada versículo bíblico y hablen acerca de él.
- > Discute ampliamente la sección Avanzando. Ayuda a tu amigo a ser específico en su aplicación.
- > Pasa a estudiar el versículo para memorizar. Usa estas instrucciones para ayudarlo a aprenderlo:
 - Menciona el tema y la cita al principio y al final del versículo.
 - Aprende una oración a la vez y repítela hasta que la memorices; luego di la siguiente oración.
 - Revisa el versículo cada día de la semana.
 - Oren el uno por el otro. Pídele que te diga sus necesidades, y luego comparte las tuyas.

Orar por tu amigo

- > Ora para que Dios lo proteja de Satanás y del mundo.
- > Ora para que crezca y llegue a ser un cristiano maduro.
- > Ora para que entienda cada lección y obedezca a Dios completamente y lo aplique a su vida.
- > Ora por sus necesidades específicas.

**Pensamiento
poderoso**

La manera en la
que más puedes
ayudar a tu amigo
recién convertido
a Cristo es
¡ORANDO!