

# GUÍA DE RESPUESTA AL SERMÓN

## “DESCANSO PARA TU ALMA”

### ESCRITURA PRINCIPAL

MATEO 12:1-8

### PUNTOS CLAVES

- No hay descanso verdadero sin conocer a Jesús. La única manera de obtener descanso para el alma es conocerle y permanecer en Él.
- Al descansar proclamamos que Dios está en control.
- Cuando proclamamos a Cristo como Señor de nuestras vidas también lo proclamamos como Señor de todo nuestro tiempo.
- El trabajo nos da el sustento, pero el descanso también nos dignifica.
- El descanso nos llena, nos nutre, nos anima y nos edifica.
- Al descansar podemos conectarnos mejor con Dios.
- El descanso nos hace confiar en otros y no solo en nosotros mismos.

### VERSÍCULO A MEMORIZAR

*Pídele a Dios que escriba esta palabra en tu corazón esta semana:*

*“Así que todavía hay un descanso especial en espera para el pueblo de Dios. Pues todos los que han entrado en el descanso de Dios han descansado de su trabajo, tal como Dios descansó del suyo después de crear el mundo”.*  
*Hebreos 4:9-10 (NTV)*

**PREGUNTAS PARA REFLEXIONAR** *Tómate el tiempo para reflexionar y responder a estas preguntas por tu cuenta en la presencia del Espíritu Santo, o con amigos o familiares de confianza:*

1: ¿De qué necesitas descansar hoy? ¿Necesitas descansar físicamente, emocionalmente o espiritualmente?

2: ¿Alguna vez te has sentido en sintonía con Dios? ¿Qué es lo que más recuerdas de ese tiempo? ¿Qué crees que contribuyó a que tuvieras esa cercanía con Dios?

3: ¿Qué rutinas en tu vida te animan a descansar en Cristo? ¿Qué rutinas en tu vida te impiden descansar en Cristo?

4: ¿Cómo está tu relación con Dios? ¿Necesitas tomar más tiempo en oración? ¿Necesitas detenerte, apreciar y ver la obra de Dios en tu vida?

## ORACIÓN

Señor, confesamos que estamos cansados y quizás nos sentimos desesperados por un descanso, pero muchas veces creemos la mentira de que no tenemos tiempo para descansar. Enséñanos Señor, a ver que es saludable el descanso. Danos la valentía para construir rutinas en nuestras vidas que nos ayuden a descansar en ti, y danos la fuerza para romper con rutinas en nuestras vidas que nos impiden descansar en ti.