

# DIOS

*con nosotras*

“DEN *ánimo* Y VALOR A  
SUS CORAZONES *todas las*  
QUE CONFÍAN EN EL  
*Señor*”

SALMOS 31:24 DHH



**SBG**  
SOCIEDAD BÍBLICA  
DE GUATEMALA

**Dios es nuestro refugio y  
nuestra fuerza; nuestra ayuda  
en momentos de angustia**

Salmos 46:1 DHH



**SBG**  
SOCIEDAD BÍBLICA  
DE GUATEMALA

## **DIOS CON NOSOTROS**

Sociedad Bíblica de Guatemala no solicita ninguna contribución por la entrega de este material al destinatario final. Queda prohibida la reproducción del contenido de esta porción sustrayendo o adicionando textos y/o sellos, marcas o logotipos representativos de otra empresa u organización sin la autorización expresa de los editores.

Agradecemos a todos los profesionales voluntarios que se unieron para el desarrollo de esta porción.

Los pasajes bíblicos fueron tomados de la Versión DHH® RVR® TLA®

© Sociedades Bíblicas Unidas, 1996, 1970, 1979, 1983 y 1996. Le invitamos a leer toda la Biblia y a compartirla con los demás.

### **Casa de la Biblia**

11 Calle 6-67 zona 9, Guatemala.  
PBX: 2380-8500

### **Centro de Distribución**

17 Avenida 3-17, local B, zona 3  
Plaza Atlantis, Quetzaltenango.  
Tel: 7761-4144

Primera edición, 2020

[www.sbiblica.org](http://www.sbiblica.org)

[publicaciones@sbiblica.org](mailto:publicaciones@sbiblica.org)

 Sociedad Bíblica de Guatemala

 sbiblica\_gt

© Sociedad Bíblica de Guatemala, 2020

## Misión

Somos una asociación cristiana guatemalteca de servicio, no lucrativa, dedicada a distribuir la Palabra de Dios a toda persona, para que interactúe con ella, en el idioma y formato que responda a sus propias necesidades.

## Visión

Que Guatemala sea transformada por la obediencia a la Palabra de Dios evidenciado por el amor, la paz, la justicia y la reconciliación entre personas, familias y comunidades.



Sociedad Bíblica de Guatemala es una entidad civil, cristiana, no lucrativa y apolítica; miembro de la Confraternidad de Sociedades Bíblicas Unidas, dedicada a la tarea de colocar la Palabra de Dios a disposición de todas las personas en el idioma y formato que responda a sus necesidades.

# Contenido

Introducción-----	6
¿Por qué siento miedo? -----	9
¿Por qué siento desesperanza?-----	13
¿Por qué me siento ansioso? -----	19
¿Qué hago en un mundo convulsionado y sin amor? -----	23
¿Por qué me siento desprotegido? -----	28
¿Tendré provisión para enfrentar estos tiempos de dificultad? -----	32
¿Qué debo de hacer ante un mundo que convulsiona? -----	36
¿Cómo supero esta crisis? -----	40
¡La confianza en Dios es nuestra ancla y la resiliencia nuestra herramienta! ----	45

## Introducción

Estamos en un momento histórico, hemos tenido que detener nuestra rutina, y buscar refugio ante un mal que ha venido repentinamente y ha afectado a muchos en el mundo. A través de los medios de información hemos conocido las medidas que todos debemos tomar para cuidar de la salud física, sin embargo, toda esta información, llega a ser abrumante a cierto punto.

En esta búsqueda de solución y calma, es importante que se persista, sobre todo en estar en conexión con quien da la fuerza y ayuda en los momentos de angustia. Dios, nuestro refugio, está con nosotros y su Palabra es y ha sido siempre la mejor guía ante las circunstancias que atravesamos, incluso para aquellas históricas como las que hoy vivimos.

Esta lectura nace como una respuesta ante la necesidad de un mensaje de paz, esperanza y seguridad que encontramos en la Biblia y que siempre ha estado ahí. Es en estas circunstancias en las que el mensaje de la Biblia es de primera importancia y necesidad. En especial a cada

persona que no ha podido asistir físicamente a su congregación, para que cada uno en donde se encuentre siga confiando y creyendo en la seguridad que Dios da, y que aún en el distanciamiento social, toda persona pueda seguir en comunión con la verdad a través de la lectura de la Biblia.

Seguimos creyendo que en medio de esta situación que ha generado temor e incertidumbre, Dios está con nosotros y continuamos trabajando en la visión que Guatemala sea transformada por la Palabra de Dios.

*“Tus enseñanzas son perfectas, tu palabra no tiene defectos. Tú proteges como un escudo a los que buscan refugio en ti.”*

**Salmos 18:30 TLA**

# DIOS

*con nosotros*

“DEN *ánimo* Y VALOR A  
SUS CORAZONES *todas las*  
QUE CONFÍAN EN EL  
*Señor*”

SALMOS 31:24 DHH



**¿Por qué siento miedo?**

*Dios te dice,  
¡No temas!*



**SBG**  
SOCIEDAD BÍBLICA  
DE GUATEMALA

## ¿Por qué siento miedo?

### **Dios te dice ¡No Temas!**

Ante las circunstancias que nos rodean es muy fácil ser presas del temor, tememos por nuestra vida y la de nuestros seres queridos. Hoy en día el acceso a la información es tan fácil que rápidamente nos rodeamos de noticias sobre las situaciones que pasan fuera de nuestra frontera pero que igualmente nos hace pensar que tanto dentro del país o fuera de él estamos cercanos a ellas. Dios a través de su Palabra en repetidas ocasiones y a pesar de las circunstancias motivaba a su pueblo a no temer, en varios versos a lo largo del contenido de la Biblia vemos como esta oración imperativa siempre en compañía de aliento se convierte en una de las principales frases.

## **El Señor es mi luz y mi salvación De David.**

<sup>1</sup> *El Señor es mi luz y mi salvación,  
¿de quién podré tener miedo?*

***El Señor defiende mi vida,  
¿a quién habré de temer?***

<sup>2</sup> *Los malvados, mis enemigos,  
se juntan para atacarme y destruirme;  
pero ellos son los que tropiezan y caen.*

<sup>3</sup> *Aunque un ejército me rodee,  
mi corazón no tendrá miedo;  
aunque se preparen para atacarme,  
yo permaneceré tranquilo.*

<sup>4</sup> *Sólo una cosa he pedido al Señor,  
sólo una cosa deseo:  
estar en el templo del Señor  
todos los días de mi vida,  
para adorarlo en su templo  
y contemplar su hermosura.*

***<sup>5</sup> Cuando lleguen los días malos,  
el Señor me dará abrigo en su templo;  
bajo su sombra me protegerá.  
¡Me pondrá a salvo sobre una roca!***

**Salmo 27 DHH**

**Lectura del día: Salmos 27**

*Te invitamos a leer el capítulo completo y a  
complementar la lectura con los  
siguientes versos.*

<sup>3</sup> *Cuando siento miedo, confío en ti, mi Dios, y te alabo por tus promesas; Confío en ti mi Dios, y ya no siento miedo. ¡Nadie podrá hacerme daño jamás!*

**Salmo 56:3 TLA**

<sup>2</sup> *Confiamos en ti, Dios nuestro, y no tenemos miedo, porque tú eres nuestro salvador, nuestro refugio y nuestra fuerza.*

**Isaías 12:2 TLA**

<sup>3</sup> *Pero yo, cuando tengo miedo, confío en ti.*

**Salmo 56:3 RVC**

---

### **Tip Manejo de la emoción del temor**

*Tu mente está activa por el tema actual, toma consciencia plena de ti mismo, inhala y exhala profundamente piensa en el ahora, escribe cuál es tu mayor temor, de esta manera le das forma y lo puedes afrontar, activa tu mente con pensamientos positivos. La lectura de la Palabra de Dios definitivamente es un buen ejercicio para activar tu mente y fortalecerla.*

---

**¿Por qué siento desesperanza?**  
*¡Dios nos da  
Esperanza!*



**SBG**  
SOCIEDAD BÍBLICA  
DE GUATEMALA

## ¿Por qué siento desesperanza?

### ¡Dios nos da Esperanza!

En momentos de dificultad es fácil sentir desesperanza, pero confiemos en su fidelidad, Dios nunca nos abandonará. Él es un Dios cercano, aunque en ocasiones pareciera que está ausente, pero en la Biblia encontramos muchas promesas de su presencia y compañía, Él dice "Nunca te dejaré... estaré contigo todos los días de tu vida hasta el fin".

*<sup>19</sup> Los más tristes recuerdos  
me llenan de amargura.*

*<sup>20</sup> Siempre los tengo presentes,  
y eso me quita el ánimo.*

*<sup>21</sup> Pero también me acuerdo  
de algo que me da esperanza:*

*<sup>22</sup> Sé que no hemos sido destruidos  
porque Dios nos tiene compasión.*

**<sup>23</sup> Sé que cada mañana se renuevan  
su gran amor y su fidelidad.**

**<sup>24</sup> Por eso digo que en él confío;  
¡Dios es todo para mí!**

***Lectura del día: Lamentaciones 3***

*Te invitamos a leer el capítulo completo y a complementar la lectura con los siguientes versos:*

Esperanza aún en medio de la enfermedad, Dios ha usado muchos medios para sanar aún sin el contacto físico de las personas.

*<sup>8</sup> Respondió el centurión y dijo: Señor, no soy digno de que entres bajo mi techo; solamente di la palabra, y mi criado sanará. <sup>9</sup> Porque también yo soy hombre bajo autoridad, y tengo bajo mis órdenes soldados; y digo a éste: Ve, y va; y al otro: Ven, y viene; y a mi siervo: Haz esto, y lo hace. <sup>10</sup> Al oírlo Jesús, se maravilló, y dijo a los que le seguían: De cierto os digo, que ni aun en Israel he hallado tanta fe. <sup>11</sup> Y os digo que vendrán muchos del oriente y del occidente, y se sentarán con Abraham e Isaac y Jacob en el reino de los cielos; <sup>12</sup> mas los hijos del reino serán echados a las tinieblas de afuera; allí será el lloro y el crujiir de dientes. <sup>13</sup> Entonces Jesús dijo al centurión: Ve, y como creíste, te sea hecho. Y su criado fue sanado en aquella misma hora.*

<sup>14</sup> Y los que creían en el Señor aumentaban más, gran número así de hombres como de mujeres; <sup>15</sup> tanto que sacaban los enfermos a las calles, y los ponían en camas y lechos, para que al pasar Pedro, a lo menos su sombra cayese sobre alguno de ellos. <sup>16</sup> Y aun de las ciudades vecinas muchos venían a Jerusalén, trayendo enfermos y atormentados de espíritus inmundos; y todos eran sanados.

**Hechos 5:14-16 RVR 1960**

<sup>13</sup> Si alguno de ustedes está triste, póngase a orar. Si está alegre, alabe a Dios con cánticos. <sup>14</sup> Si alguno está enfermo, que llame a los líderes de la iglesia, para que oren por él; entonces ellos le untarán aceite[a] y le pedirán al Señor que lo sane. <sup>15</sup> Si oran con confianza, Dios les responderá y sanará al enfermo, y si ha pecado también lo perdonará. <sup>16</sup> Por eso, confiesen sus pecados unos a otros, y oren unos por otros, para que Dios los sane. La oración de una persona buena es muy poderosa, porque Dios la escucha.

**Santiago 5:13-16 TLA**



<sup>20</sup> Tú nos das tu ayuda, nos proteges como escudo. Por eso confiamos en ti. <sup>21</sup> Nuestro corazón se alegra porque en ti confiamos. <sup>22</sup> Dios nuestro, ¡que nunca nos falte tu amor, pues eso esperamos de ti!

**Salmos 33:20-22 TLA**

<sup>35</sup> ¿Quién podrá separarnos del amor de Jesucristo? Nada ni nadie. Ni los problemas, ni los sufrimientos, ni las dificultades. Tampoco podrán hacerlo el hambre ni el frío, ni los peligros ni la muerte. <sup>36</sup> Como dice la Biblia: «Por causa tuya nos matan; ¡por ti nos tratan siempre como a ovejas para el matadero!» <sup>37</sup> En medio de todos nuestros problemas, estamos seguros de que Jesucristo, quien nos amó, nos dará la victoria total. <sup>38</sup> Yo estoy seguro de que nada podrá separarnos del amor de Dios: ni la vida ni la muerte, ni los ángeles ni los espíritus, ni lo presente ni lo futuro, <sup>39</sup> ni los poderes del cielo ni los del infierno, ni nada de lo creado por Dios. ¡Nada, absolutamente nada, podrá separarnos del amor que Dios nos ha mostrado por medio de nuestro Señor Jesucristo!

**Romanos 8:35-39 TLA**

*<sup>18</sup> El Señor está cerca, para salvar a los que tienen el corazón hecho pedazos y han perdido la esperanza.*

**Salmos 34:18 DHH**

---

***Tip Manejo de la emoción de la tristeza, desesperanza y falta de ánimo:***

*La desesperanza es una respuesta de la tristeza no gestionada adecuadamente. Reconoce tus emociones y acéptalas, apóyate en tu familia y amigos manteniendo contacto por teléfono o por internet. Pueden compartir un versículo o una porción de la Biblia para reflexionar sobre ella.*

---

**¿Por qué me siento ansioso?**  
*¡Dios nos da Paz!*



**SBG**  
SOCIEDAD BÍBLICA  
DE GUATEMALA

## ¿Por qué me siento ansioso?

### ¡Dios nos da Paz!

Estos son tiempos difíciles y confusos, fácilmente podemos perder nuestra paz. La paz es un estado físico, mental, emocional y espiritual. Cuando en alguna de estas áreas tenemos conflicto las otras se ven amenazadas, recordemos que somos integrales y que, de igual forma, necesitamos una paz integral. Esta clase de paz, solamente Dios nos la puede dar y la podemos obtener a través de su palabra, buscando su presencia.

***<sup>6</sup>No se preocupen por nada. Más bien, oren y pídanle a Dios todo lo que necesiten, y sean agradecidos.*** <sup>7</sup> Así Dios les dará su paz, esa paz que la gente de este mundo no alcanza a comprender, pero que protege el corazón y el entendimiento de los que ya son de Cristo.

#### Filipenses 4:6-7 TLA

#### ***Lectura del día: Filipenses 4***

*Te invitamos a leer el capítulo completo y a complementar la lectura con los siguientes versos.*

<sup>3</sup> Tú debes confiar en Dios. Dedícate a hacer el bien, establécete en la tierra y mantente fiel a Dios. <sup>4</sup> Entrégale a Dios tu amor, y él te dará lo que más deseas. <sup>5</sup> Pon tu vida en sus manos, confía plenamente en él, y él actuará en tu favor; <sup>6</sup> así todos verán con claridad que tú eres justo y recto.<sup>7</sup> Calla en presencia de Dios, y espera paciente a que actúe; no te enojas por causa de los que prosperan ni por los que hacen planes malvados. <sup>8</sup> No des lugar al enojo ni te dejes llevar por la ira; eso es lo peor que puedes hacer. <sup>9</sup> Los malvados serán destruidos, pero los que esperan en Dios recibirán la tierra prometida.

**Salmos 37:3-9 TLA**

<sup>8</sup> Dejemos de hacer locuras y obedezcamos a Dios. Recordemos que somos suyos, y que él nos ha prometido paz. <sup>9</sup> Dios está siempre cerca para salvar a quienes lo honran, y para que su poder nunca nos abandone.<sup>10</sup> El amor y la lealtad, la paz y la justicia, sellarán su encuentro con un beso. <sup>11</sup> La lealtad brotará de la tierra, y la justicia se asomará desde el cielo; <sup>12</sup> Dios nos dará bienestar, nuestra tierra dará buenas cosechas, <sup>13</sup> y la

*justicia, como mensajera, anunciará la llegada de Dios.*

**Salmos 85: 8-13 TLA**

*<sup>3</sup> Dios hará vivir en paz a quienes le son fieles y confían en él. <sup>4</sup> »Dios es nuestro refugio eterno; ¡confiemos siempre en él!*

**Isaias 26 :3-4 TLA**

---

**Tip Manejo de la ansiedad:**

*Establece una rutina diaria con espacio para el tiempo de ocio y ejercicio; aprovecha para hacer aquellas cosas que te gustan pero que habitualmente por falta de tiempo no puedes. Aún cuando no puedes tener tu rutina normal, siempre es bueno crear una nueva rutina, mantener horarios y actividades te ayudará a lidiar con la ansiedad.*

---

**¿Qué hago en un mundo  
convulsionado y sin amor?**

*¡Dios nos da amor y  
nos invita a compartirlo  
con otros!*



**SBG**  
SOCIEDAD BÍBLICA  
DE GUATEMALA

## ¿Qué hago en un mundo convulsionado y sin amor?

### ¡Dios nos da amor y nos invita a compartirlo con otros!

Dios nos ama y esta es una maravillosa realidad que viene desde la eternidad y hasta la eternidad durará. La esencia de Dios es amor. Cuando la Biblia define lo que Dios es, enfatiza en que es amor. Dios nos ama no por lo que somos o hacemos, Él nos ama porque quiere amarnos, su amor por cada uno no depende de nosotros, depende de Él, quien ha querido amarnos y lo hará siempre, sin condiciones, sin restricciones.

*<sup>1</sup> Tú, Dios mío, eres mi pastor;  
contigo nada me falta.*

*<sup>2</sup> Me haces descansar en verdes pastos,  
y para calmar mi sed  
me llevas a tranquilas aguas.*

**<sup>3</sup> Me das nuevas fuerzas  
y me guías por el mejor camino,  
porque así eres tú.**

*<sup>4</sup> Puedo cruzar lugares peligrosos  
y no tener miedo de nada,  
porque tú eres mi pastor*



*y siempre estás a mi lado;  
me guías por el buen camino  
y me llenas de confianza.*

*<sup>5</sup> Aunque se enojen mis enemigos,  
tú me ofreces un banquete  
y me llenas de felicidad;  
¡me das un trato especial!*

***<sup>6</sup> Estoy completamente seguro  
de que tu bondad y tu amor  
me acompañarán mientras yo viva,  
y de que para siempre  
viviré donde tú vives.***

### Salmos 23 TLA

#### **Lectura del día: Salmos 23**

*Te invitamos a leer el capítulo completo y a complementar la lectura con los siguientes versos.*

*<sup>10</sup> El amor consiste en esto: no en que nosotros hayamos amado a Dios, sino en que él nos amó a nosotros y envió a su Hijo, para que, ofreciéndose en sacrificio, nuestros pecados quedaran perdonados.*

**1 Juan 4:10 DHH**

<sup>5</sup> Dios mío, tu amor es tan grande que llega hasta el cielo; tan grande es tu bondad que llega hasta las nubes. <sup>6</sup> Tus decisiones son justas, son firmes como las montañas y profundas como el mar. ¡Hombres y animales están bajo tu cuidado! <sup>7</sup> Dios mío, ¡tu amor es incomparable! Bajo tu sombra protectora todos hallamos refugio. <sup>8</sup> Con la abundancia de tu casa nos dejas satisfechos; en tu río de bendiciones apagas nuestra sed. <sup>9</sup> Sólo en ti se encuentra la fuente de la vida, y sólo en tu presencia podemos ver la luz.

### **Salmos 36:5-9 TLA**

<sup>15</sup> Pero ¿acaso una madre olvida o deja de amar a su propio hijo?  
Pues aunque ella lo olvide,  
yo no te olvidaré.

### **Isaías 49: 15 DHH**

<sup>35</sup> ¿Quién podrá separarnos del amor de Jesucristo? Nada ni nadie. Ni los problemas, ni los sufrimientos, ni las dificultades. Tampoco podrán hacerlo el hambre ni el frío, ni los peligros ni la muerte.

<sup>37</sup> En medio de todos nuestros problemas, estamos seguros de que Jesucristo, quien nos amó, nos dará la victoria total. <sup>38</sup> Yo estoy seguro de que nada podrá separarnos del amor de Dios: ni la vida ni la muerte, ni los ángeles ni los espíritus, ni

*lo presente ni lo futuro, <sup>39</sup> ni los poderes del cielo ni los del infierno, ni nada de lo creado por Dios. ¡Nada, absolutamente nada, podrá separarnos del amor que Dios nos ha mostrado por medio de nuestro Señor Jesucristo!*

**Romanos 8:35, 37-39 TLA**

*<sup>9</sup> Yo los amo a ustedes como el Padre me ama a mí; permanezcan, pues, en el amor que les tengo. <sup>10</sup> Si obedecen mis mandamientos, permanecerán en mi amor, así como yo obedezco los mandamientos de mi Padre y permanezco en su amor.*

*<sup>11</sup> »Les hablo así para que se alegren conmigo y su alegría sea completa. <sup>12</sup> Mi mandamiento es este: Que se amen unos a otros como yo los he amado a ustedes.*

**Juan 15: 9-12 DHH**

---

**Tip Manejo de las emociones contrarias al amor:**

*Es normal sentir distanciamiento emocional además del físico en estos momentos, una manera de animarnos es recordar que el distanciamiento físico es una acción colectiva para protegernos, estás teniendo un gesto maravilloso de amor al quedarte en casa. Además, quedarse en casa también es una buena oportunidad para compartir del amor de Dios con tu familia.*

---

**¿Por qué me siento desprotegido?**  
*Dios nos da protección  
y seguridad*



**SBG**  
SOCIEDAD BÍBLICA  
DE GUATEMALA

## ¿Por qué me siento desprotegido?

### Dios nos da protección y seguridad

En estos tiempos de pandemia, la inseguridad y la ansiedad por el peligro son los sentimientos más comunes. Su palabra nos provee de la seguridad que tanto anhelamos. Dios está al control aun en estas circunstancias tan inestables e inseguras. Dios nunca pierde el control, no alcanzamos a comprender todos sus propósitos y planes, pero el hecho que no lo comprendamos no significa que Él haya perdido el control. Sigue siendo Soberano, Todopoderoso, sigue siendo el Rey del universo y en sus manos de gracia y amor estamos. No hay otro lugar más seguro para nuestras vidas que estar en Él.

*<sup>1</sup> Vivamos bajo el cuidado  
del Dios altísimo;  
pasemos la noche bajo la protección  
del Dios todopoderoso.*

***<sup>2</sup> Él es nuestro refugio,  
el Dios que nos da fuerzas,  
¡el Dios en quien confiamos!***

**Lectura del día: Salmos 91**

*Te invitamos a leer el capítulo completo y a complementar la lectura con los siguientes versos.*

*<sup>30</sup>Tus enseñanzas son perfectas, tu palabra no tiene defectos. Tú proteges como un escudo a los que buscan refugio en ti. <sup>31</sup> Dios de Israel, sólo tú eres Dios, ¡sólo tú puedes protegernos! <sup>32</sup> ¡Sólo tú me llenas de valor y me guías por el buen camino! <sup>33</sup> ¡Tú me das fuerzas para correr con la velocidad de un venado! Cuando ando por las altas montañas, tú no me dejas caer. <sup>34</sup> Tú me enseñas a enfrentarme a mis enemigos; tú me das valor para vencerlos.*

**Salmo 18:30-34 TLA**

*<sup>6</sup> Por eso los que te amamos oramos a ti en momentos de angustia. Cuando vengan los problemas, no nos podrán alcanzar.*

*<sup>7</sup> Tú eres mi refugio;*

*tú me libras del peligro,  
por eso, con voz fuerte,  
canto y festejo mi liberación.*

**Salmo 32: 6-7 TLA**

---

***Tip Manejo del sentimiento del abandono:***

*No estás solo, es necesario contar con una red de apoyo, no pierdas la conexión. Mantente en contacto con familia y amigos usando los medios de comunicación a tu alcance verifica cómo están los demás y pide ayuda cuando lo necesites. Como tema de conversación te sugerimos ¿cómo te afecta esta experiencia?, ¿Qué te resulta más difícil?, ¿Puedo hacer algo para ayudarte?*

---

**¿Tendré provisión para enfrentar  
estos tiempos de dificultad?**  
*¡Dios nos da provisión!*



**SBG**  
SOCIEDAD BÍBLICA  
DE GUATEMALA



## ¿Tendré provisión para enfrentar estos tiempos de dificultad?

### ¡Dios nos da provisión!

La confianza en la provisión de Dios no debemos interpretarla como riquezas y mucha prosperidad. Lo que la Biblia ofrece es que al pueblo de Dios no le hará falta el pan de cada día. La Biblia se refiere a pan como al alimento básico y los recursos elementales para la supervivencia humana. Dios nos proveerá lo esencial para nuestra supervivencia y todo lo demás será como una añadidura especial en la gracia de Dios.

*<sup>9</sup> Ustedes deben orar así:  
"Padre nuestro  
que estás en el cielo:  
Que todos reconozcan  
que tú eres el verdadero Dios.*

*<sup>10</sup> Ven y sé nuestro único rey.  
Que todos los que viven  
en la tierra te obedezcan,  
como te obedecen  
los que están en el cielo.*

**<sup>11</sup> Danos la comida que necesitamos hoy.**

*12 Perdonamos el mal que hacemos,  
así como nosotros perdonamos  
a los que nos hacen mal.*

*13 Y cuando vengan las pruebas,  
no permitas que ellas nos aparten de ti,  
y líbranos del poder del diablo.”*

**Mateo 6:9-13 TLA**

**Lectura del día: Mateo 6**

*Te invitamos a leer el capítulo completo y a  
complementar la lectura con los siguientes  
versos.*

*8-10 Dios bendice a los que en él confían. Ustedes,  
pueblo de Dios, vengan y prueben su bondad;  
verán que a quienes lo adoran nunca les falta  
nada. Los ricos pasarán hambre, pero a los que  
confían en Dios nunca les faltará nada bueno.*

**Salmos 34: 8-10 TLA**

*25 Ni antes cuando era joven, ni ahora que ya soy  
viejo, he visto jamás gente honrada viviendo en la  
miseria, ni tampoco que sus hijos anden pidiendo  
pan.*

**Salmos 37:25 TLA**

<sup>7</sup> *»Pero bendito el hombre que confía en mí, que soy el Señor, y que en mí pone su confianza. <sup>8</sup> Ese hombre es como un árbol plantado junto a los arroyos; echa sus raíces junto a las corrientes, y no se da cuenta cuando llega el calor; sus hojas siempre están verdes, y en los años de sequía no se marchita ni deja de dar fruto.»*

**Jeremías 17:7-8 RVC**

<sup>15</sup> *Bendeciré ricamente los alimentos de esta ciudad, y con abundante pan calmaré el hambre de sus pobres.*

**Salmos 132:15 TLA**

---

**Tip Manejo de la preocupación:**

*Dedica un sólo momento del día para informarte sobre lo que sucede, evita la sobre información y la que recibes debes asegurarte de que sea de fuentes confiables para no aumentar la sensación de riesgo y nerviosismo innecesario.*

---

**¿Qué debo de hacer ante un  
mundo que convulsiona?**  
*¡Dios nos da sabiduría!*



**SBG**  
SOCIEDAD BÍBLICA  
DE GUATEMALA

## **¿Qué debo de hacer ante un mundo que convulsiona?**

### **¡Dios nos da sabiduría y nos insta a obedecer a nuestros gobernantes quienes han sido puestos por Él!**

En el contexto de esta emergencia sanitaria debemos con urgencia, acatar todas las recomendaciones que las autoridades oficiales están haciendo. No se trata de ninguna persecución religiosa, política, ideológica o étnica. Todos debemos obedecer. La Biblia nos llama a obedecer a nuestros gobernantes. Incluso, el apóstol Pablo insiste en que todas las autoridades han sido puestas y delegadas por Dios y que quien se opone a ellas, se está oponiendo a lo establecido por Dios. No es miedo a los hombres, mucho menos falta de fe; lo que estamos haciendo al someternos a estas recomendaciones es mostrarnos como personas sabias, que actúan con prudencia frente a esta situación.

Luego de sanar a algunas personas, Jesús les pidió que fueran a mostrarse al Sacerdote, porque era el Sacerdote quien debía dictaminar y reconocer la total sanidad

y salud de la persona (Levítico 14:2). Al hacer esto, Jesús reconoce la autoridad de los Sacerdotes y se somete a ellos. (Marcos 1:44; Lucas 17:14)

***<sup>1</sup>Sólo Dios puede darle autoridad a una persona, y es él quien les ha dado poder a los gobernantes que tenemos. Por lo tanto, debemos obedecer a las autoridades del gobierno.*** <sup>2</sup> *Quien no obedece a los gobernantes, se está oponiendo a lo que Dios ordena. Y quien se oponga será castigado.*

### Romanos 13:1-2 TLA

#### **Lectura del día: Romanos 13**

*Te invitamos a leer el capítulo completo y a complementar la lectura con los siguientes versos.*

<sup>13</sup> *Por causa del Señor, muéstrense respetuosos de toda institución humana, se trate del rey, porque es el que gobierna, <sup>14</sup> o de sus gobernadores, porque el rey los ha enviado para castigar a los*

*malhechores y para elogiar a los que hacen el bien.*

**1 Pedro 2:13-14 RVC**

*<sup>16</sup> El sabio conoce el miedo y se cuida del peligro, pero el tonto es atrevido y se pasa de confiado.*

**Proverbios 14:16 TLA**

---

**Tip Manejo de la prudencia:**

*Es importante seguir las recomendaciones y medidas de prevención necesarias que han determinado las autoridades gubernamentales y de salud para protección. Recordando que la prevención es responsabilidad de todos, por ello es importante lavarse las manos constantemente; al toser o estornudar, cubrirse la boca y la nariz; evita tocarte el rostro y evita el contacto cercano con cualquier persona con gripe, sigue siempre las medidas de salud.*

---

**¿Cómo supero esta crisis?**  
*¡Dios es compasivo y empático con nuestra aflicción!*



**SBG**  
SOCIEDAD BÍBLICA  
DE GUATEMALA



## ¿Cómo supero esta crisis?

**¡Dios es compasivo y empático con nuestra aflicción y nos invita a serlo también con nuestro prójimo!**

**Compasión:** Es la capacidad de sentir dolor y lástima por el mal ajeno.

**Empatía:** Es reconocer igual que nuestro prójimo, nuestros semejantes; es la capacidad de percibir y entender los sentimientos y situaciones de los demás.

El mundo violento y materialista en el que vivimos nos ha ido apagando la capacidad de sentir compasión y empatía. Tristemente, nuestra sociedad ha ido alejándose de la conmiseración. La compasión y la empatía nos mueven en favor de los necesitados, no se deben merecer, solo se siente y nos mueve a acciones desinteresadas en pro de los que están en situaciones menos favorables que la nuestra. Aunque la palabra “empatía” no aparece en nuestra Biblia el concepto está ampliamente descrito en ella.

<sup>1</sup> Cuando Jesús vio a tanta gente, subió a una montaña y se sentó. Los discípulos se le acercaron, <sup>2</sup> y él comenzó a enseñarles:

<sup>3</sup> «Dios bendice a los que confían totalmente en él, pues ellos forman parte de su reino.

<sup>4</sup> Dios bendice a los que sufren, pues él los consolará.

<sup>5</sup> Dios bendice a los humildes, pues ellos recibirán la tierra prometida.

<sup>6</sup> Dios bendice a los que desean la justicia, pues él les cumplirá su deseo.

**<sup>7</sup> Dios bendice a los que son compasivos, pues él será compasivo con ellos.**

<sup>8</sup> Dios bendice a los que tienen un corazón puro, pues ellos verán a Dios.

<sup>9</sup> Dios bendice a los que trabajan para que haya paz en el mundo, pues ellos serán llamados hijos de Dios.

<sup>10</sup> Dios bendice a los que son maltratados por practicar la justicia, pues ellos forman parte de su reino.

**Mateo 5: 1-10 TLA**

**Lectura del día: Mateo 5**

*Te invitamos a leer el capítulo completo y a complementar la lectura con los siguientes versos.*

<sup>14</sup> *»Si ustedes perdonan a otros el mal que les han hecho, Dios, su Padre que está en el cielo, los perdonará a ustedes.*

**Mateo 6:14 TLA**

<sup>2</sup> *Si son muy duros para juzgar a otras personas, Dios será igualmente duro con ustedes. Él los tratará como ustedes traten a los demás.*

**Mateo 7:2 TLA**

<sup>31</sup> *Dejen de estar tristes y enojados. No griten ni insulten a los demás. Dejen de hacer el mal.* <sup>32</sup> *Por el contrario, sean buenos y compasivos los unos con los otros, y perdónense, así como Dios los perdonó a ustedes por medio de Cristo.*

**Efesios 4:31-32 TLA**

*13 Sean tolerantes los unos con los otros, y si alguien tiene alguna queja contra otro, perdónense, así como el Señor los ha perdonado a ustedes. 14 Y sobre todo, ámense unos a otros, porque el amor es el mejor lazo de unión.*

**Colosenses 3:13-14 TLA**

---

**Tip ¿Cómo practicamos la compasión y la empatía?**

*En momentos de crisis resulta casi inevitable no pensar en nosotros mismos y en nuestra familia; el miedo y la incertidumbre producen eso, por tal razón es importante no actuar impulsivamente es necesario detenerse y pensar en cómo nuestras acciones afectarán positiva o negativamente a los demás. Recuerda siempre hay oportunidad para practicar la compasión seguramente a tu alrededor hay personas que necesitan de alimentos o de palabras de aliento. Las peores situaciones pueden sacar lo mejor de nosotros si lo permitimos, siempre guiándonos por la prudencia.*

---

*¡La confianza en Dios  
es nuestra ancla  
y la resiliencia  
nuestra herramienta!*



**SBG**  
SOCIEDAD BÍBLICA  
DE GUATEMALA

## **¡La confianza en Dios es nuestra ancla y la resiliencia nuestra herramienta!**

La resiliencia es esa virtud que nos mantiene de pie aún en medio de las adversidades, es esa extraordinaria fortaleza y decisión que nos permite seguir adelante después de haber experimentado mucho dolor y sufrimiento, en ocasiones sintiéndolos aún. Como las palmeras azotadas por el viento que se doblan hasta parecer que se romperán, sin embargo, al disminuir la fuerza que las golpean, pueden volver a enderezarse y quién no las haya visto podría pensar que nunca han pasado por tormentas. Resiliencia es una actitud, es casi una decisión que nos lleva más allá de las circunstancias actuales y nos permite concentrarnos en la solución de los problemas y no tanto en lamentarnos o maldecir nuestras adversidades.

*<sup>6</sup> Por eso, aun cuando por algún tiempo tengan que pasar por muchos problemas y dificultades, ¡alégrense!* <sup>7</sup> **La confianza que ustedes tienen en Dios es como el oro: así como la calidad del oro se pone a prueba con el fuego, la confianza que ustedes tienen en Dios se pone a prueba con los problemas. Si ustedes pasan**

***la prueba, su confianza será más valiosa que el oro, pues el oro se puede destruir. Así, cuando Jesucristo aparezca, hablará bien de la confianza que ustedes tienen en Dios, porque una confianza que ha pasado por tantas pruebas merece ser alabada.***

**1 Pedro 1:6-7 TLA**

**Lectura del día: 1 Pedro 1**

*Te invitamos a leer el capítulo completo y a complementar la lectura con los siguientes versos.*

*<sup>4</sup> Entonces David y la gente que con él estaba alzaron su voz y lloraron, hasta que les faltaron las fuerzas para llorar. <sup>6</sup> Y David se angustió mucho, porque el pueblo hablaba de apedrearlo, pues todo el pueblo estaba en amargura de alma, cada uno por sus hijos y por sus hijas; mas David se fortaleció en Jehová su Dios.*

**1 Samuel 30:4,6 RVR 1960**

<sup>2</sup> *Hermanos en Cristo, ustedes deben sentirse muy felices cuando pasen por toda clase de dificultades.*

<sup>3</sup> *Así, cuando su confianza en Dios sea puesta a prueba, ustedes aprenderán a soportar con más fuerza las dificultades.* <sup>4</sup> *Por lo tanto, deben resistir la prueba hasta el final, para que sean mejores y puedan obedecer lo que se les ordene.*

### **Santiago 1:2-4 TLA**

<sup>39</sup> *Pero ahora yo les digo: “No traten de vengarse de quien les hace daño. Si alguien les da una bofetada en la mejilla derecha, pídanle que les pegue también en la izquierda.*

### **Mateo 5:39 TLA**

<sup>19</sup> *Queridos hermanos, no busquen la venganza, sino dejen que Dios se encargue de castigar a los malvados. Pues en la Biblia Dios dice: «A mí me toca vengarme. Yo le daré a cada cual su merecido.»* <sup>20</sup> *Y también dice: «Si tu enemigo tiene hambre, dale de comer; si tiene sed, dale de beber. Así harás que le arda la cara de vergüenza.»*

### **Romanos 12:19-20 TLA**



<sup>18</sup> No te vengarás, ni guardarás rencor a los hijos de tu pueblo, sino amarás a tu prójimo como a ti mismo.

**Levítico 19:18 RVR 1960**

<sup>44</sup> Pero yo os digo: Amad a vuestros enemigos, bendecid a los que os maldicen, haced bien a los que os aborrecen, y orad por los que os ultrajan y os persiguen; <sup>45</sup> para que seáis hijos de vuestro Padre que está en los cielos, que hace salir su sol sobre malos y buenos, y que hace llover sobre justos e injustos.

**Mateo 5:44-45 RVR 1960**

<sup>17</sup> No paguéis a nadie mal por mal; procurad lo bueno delante de todos los hombres.

**Romanos 12:17 RVR 1960**

<sup>16</sup> Estad siempre gozosos. <sup>17</sup> Orad sin cesar. <sup>18</sup> Dad gracias en todo, porque esta es la voluntad de Dios para con vosotros en Cristo Jesús.

**1 Tesalonicenses 5:16-18 RVR 1960**

*17 Aunque no den higos las higueras, ni den uvas las viñas ni aceitunas los olivos; aunque no haya en nuestros campos nada que cosechar; aunque no tengamos vacas ni ovejas, 18 siempre te alabaré con alegría porque tú eres mi salvador. 19 Dios mío, tú me das nuevas fuerzas; me das la rapidez de un venado, y me pones en lugares altos.*

**Habacuc 3:17-19 TLA**

---

**Tip Cómo trabajamos en la resiliencia:**

*Recuerda qué herramientas te fueron útiles para afrontar circunstancias difíciles en el pasado y ponlas en práctica, mantén una actitud optimista y objetiva, ¡tú eres fuerte y capaz! ¡Si lograste salir de las situaciones anteriores podrás de esta! ¡Dios con nosotros!*

---



# **SBG**

**SOCIEDAD BÍBLICA  
DE GUATEMALA**

### **Casa de la Biblia**

11 Calle 6-67 zona 9, Guatemala.  
PBX: 2380-8500

### **Centro de Distribución**

17 Avenida 3-17, local B, zona 3  
Plaza Atlantis, Quetzaltenango.  
Tel: 7761-4144

[www.sbiblica.org](http://www.sbiblica.org)



Sociedad Bíblica de Guatemala



sbiblica\_gt