

1

1 de enero
de 2022

Jesús, un humano



Palabra de vida

Y el Verbo se hizo hombre y habitó entre nosotros. Y hemos contemplado su gloria, la gloria que corresponde al Hijo unigénito del Padre, lleno de gracia y de verdad.

(Juan 1:14, NTV)



Mi misión a partir de hoy es:

Reconocer que Jesús sintió las mismas emociones que yo.



Una historia para ti



Cuando Ana llegó al

templo, encontró a Josué sentado en una banca, solo y pensativo.

—Paz Josué. lo saludó y le preguntó: —¿Qué tienes?

—Paz Ana, es que hoy nos enseñaron algo en la clase de niños que me sorprendió -respondió Josué-.

— ¿Qué les enseñaron?; preguntó Ana.

—Pues, nos enseñaron que Jesús se hizo humano como nosotros. Y que, cuando estuvo así, sintió muchas cosas, como tristeza, enojo y muchas emociones más -le dijo Josué-.

—Pero cuando me enojo mi tía me dice que no debo hacerlo, porque Jesús no se enojaba, y nosotros debemos ser como Jesús -agregó Ana-.

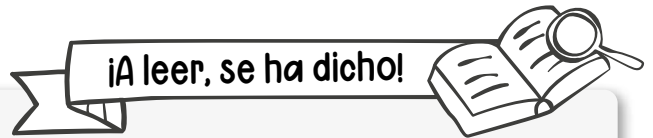
—Pero incluso nos enseñaron muchas citas bíblicas -dijo Josué-.

Ambos quedaron muy sorprendidos; porque les habían enseñado que ciertas emociones eran “malas” y que no debían sentir las o demostrarlas, y cuando se dieron cuenta de que Jesús también las tuvo se sintieron confundidos.

Muchas veces evitamos sentir o mostrar emociones que parecen que no debemos tener, pero todas las emociones son parte de nosotros, lo que aprenderemos en estas lecciones es cómo las manejó Jesús y cómo debemos hacerlo nosotros.

Platiquemos un poco

- o ¿Qué caracteriza a los seres humanos del resto de seres vivos?
- o ¿Qué son las emociones?
- o ¿Sabías que Jesús fue humano como nosotros? ¿Qué cosas habrá vivido?
- o ¿Cómo experimentas tus emociones? en casa, en la escuela y en la Iglesia.



Leer la Biblia es un deleite. No olvides hacerlo todos los días, poco a poco se volverá el hábito más especial de tu vida.

Descubre más sobre cómo Jesús experimentó esta emoción en:

Juan 1:1-5, 14

Escribe las palabras que encuentres desconocidas, o que consideres importantes, para buscar su significado. ¡Hazlo y aprende cada día más!

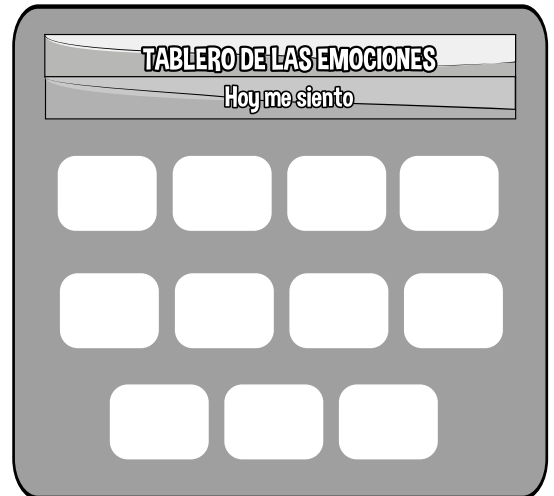


Conociendo mis emociones

En la sección recortable encontrarás 11 tarjetas que representan las emociones que estudiaremos en este trimestre. Recórtalas. En clase irás platicando un poco sobre cada una de ellas respondiendo las siguientes preguntas por cada tarjeta: (Recuerda que en todo el trimestre aprenderemos más sobre cada una).

1. ¿Qué es?
2. ¿Cómo se siente?
3. ¿La has vivido?
4. ¿Es malo sentirlo?
5. ¿Qué te provoca?
6. ¿Crees que Jesús experimentó esa emoción?

Después de haber realizado esa actividad, elabora un tablero de las emociones usando las tarjetas como en el ejemplo: En el tablero podrás ir señalando cómo te sientes cada día e identificando cada emoción que vayas aprendiendo en el trimestre. Recuerda que, así como nosotros, Jesús también experimentó esas emociones y con su ejemplo aprenderemos a dominarlas.



Esta semana
oraré por ...

- _____
- _____
- _____




PANCITO  **PARA EL ALMA**

El hijo de Dios fue como yo. ¡Un niño!


Para meditar: **Gálatas 3:26 (TLA)**

Colorea o decora esta sección para hacerla llamativa y recordarla en la semana.


 **¡Decide!**


Toma una decisión personal sobre lo que aprendiste hoy y escríbela aquí:

Recuerda entregar esta decisión a Dios en oración.

 **En la semana ...**

- Disfruta tu *Pancito para el alma*.
- No olvides poner en práctica tu decisión y repasar lo aprendido.
- Pregunta a tu familia: ¿qué emociones experimentan? ¿cómo podemos identificarlas y trabajarlas en familia? Y juntos aprendan cada día.
- En tu oración a Dios, dale gracias por su hijo Jesús y pídele que este trimestre te permita aprender más de Él.



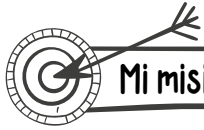
 **¡Recuerda!**

A la edad que tengamos, siempre experimentamos sentimientos y emociones diversas, incluso en un mismo día podemos vivir varias de ellas. Todo eso nos debe recordar que somos humanos, creados por un Dios de amor. No olvides que Jesús fue humano, también experimentó emociones como tú y te enseña cómo vivirlas. ¡Amén!

La tristeza

2

8 de enero
de 2022



Mi misión para esta semana es:

Aceptar que puedo sentirme triste y no tratar de evitarlo.



Palabra de vida

Jesús lloró.
(Juan 11:35)



Una historia para ti



Ese sábado, Ulises ayudaba a bajar a Josué del transporte público para entrar al templo. Josué lo notó callado, así que le preguntó: - ¿Qué tienes Ulises?

Ulises dejó que su mamá entrara al templo para responderle - estoy triste, Josué.

—¿Cuál es la razón?

—Fíjate que murió mi perro, él tenía conmigo 16 años, lo tuve desde cachorro, lo extraño y por eso estoy así. Pero una persona me dijo que no debo estar triste porque Dios está con nosotros, y que eso debe ponerme feliz - respondió Ulises.

—La otra vez, en la clase de niños, nos enseñaron que un hombre llamado Lázaro, que era amigo de Jesús, murió. ¿Sabes qué hizo Jesús? lloró por él, porque le dolió la muerte de su amigo. Así que yo creo que si te sientes triste debes estar triste, decirle a tú mamá cómo te sientes y ella te entenderá. Si evitas estar triste, ese sentimiento nunca saldrá de ti. Así que es mejor sentirse así el tiempo que sea necesario y verás que después estarás mejor - concluyó Josué.

-Tienes razón. Muchas gracias, Josué.



Platiquemos un poco

- o ¿Qué es la tristeza?
- o Busca palabras opuestas a la tristeza y tómalas como el alivio de esta emoción.
- o ¿Cuándo es más probable sentirse triste?
- o ¿Qué haces cuándo tú y alguien más está triste?
- o ¿Es malo sentirse triste?



Leer la Biblia es un deleite. No olvides hacerlo todos los días, poco a poco se volverá el hábito más especial de tu vida.

Descubre más sobre cómo Jesús experimentó esta emoción en:

Juan 11:28-37

Escribe las palabras que encuentres desconocidas, o que consideres importantes, para buscar su significado. ¡Hazlo y aprende cada día más!



Frasco para la tristeza

Consigue un pequeño frasco o bote con tapa y decóralo como mejor puedas. En la sección recortable encontrarás una lista de citas bíblicas. Recórtalas y mételas en el frasco que llamarás: «frasco para la tristeza».

Cada que te sientas triste, abre el «frasco para la tristeza», saca un papelito al azar y busca la cita en tu Biblia. Lee la Palabra. Será una hermosa forma de escuchar a Dios y cambiar tu tristeza en alegría.

RETO: Elabora otro «frasco para la tristeza» y compártelo con quién consideres lo necesite y explícale en qué consiste. Será un hermoso regalo.



Esta semana
oraré por ...


- _____
- _____
- _____

PANCITO  **PARA EL ALMA**

Amo y valoro a mi mamá, tal como Jesús lo hacía.


Para meditar: **Mateo 13:55**

Colorea o decora esta sección para hacerla llamativa y recordarla en la semana.


 **¡Decide!**

TOMA UNA DECISIÓN PERSONAL SOBRE LO QUE APRENDISTE HOY Y ESCRÍBELA AQUÍ:

RECUERDA ENTREGAR ESTA DECISIÓN A DIOS EN ORACIÓN.

 **En la semana ...**

- Disfruta tu *Pancito para el alma*.
- No olvides repasar lo aprendido y poner en práctica tu decisión.
- Usa tu «frasco para la tristeza» y acepta el reto de hacer uno más y compartirlo.
- Platica a tu familia lo que aprendiste.




¡Recuerda!

No podemos evitar sentir tristeza en algún momento, lo importante será recuperar la alegría. Cuando te sientas triste, recuerda que Jesús también se sintió así, incluso lloró. En la Biblia encontrarás siempre una palabra de aliento para cuando experimentes esta emoción. ¡Amén!

LECCIÓN 2. FRASCO DE LA TRIZTEZA

Deuteronomio 31:8

Salmos 37:23-24

Isaías 41:10

Salmos 40:1-3

2 Corintios 1:3-4

1 Pedro 5:6-7

Santiago 5:13-14

Salmos 55:22

Salmos 42:11

Romanos 8:38-39