

### ✓ Paso 1: Descubre la verdad

>> Ve el video de la lección en línea (al enlace de arriba) y toma apuntes para prepararte para una conversación de grupo.

Solo podemos crecer si aprendemos a enfrentar el "estrés futuro" o la ansiedad que proviene de lo que temes que podría ocurrir algún día con la ayuda de Dios.

Jesús lo llamó " \_\_\_\_\_ " por el mañana. (Mateo 6:25-27)

Estamos enfocados en las cosas \_\_\_\_\_ cuando nos estresamos por el futuro. (Mt. 6:22-23)

El "estrés futuro" viene de nuestra propia \_\_\_\_\_ e \_\_\_\_\_. (1 Jn 4:17-19)

Los 3 pasos de Jesús para lidiar con el estrés futuro: (Mateo 6:33)

**Consejo para el grupo:** <sup>1</sup> Invita a alguien para que <sup>2</sup> guíe el Paso 1 resumiendo los puntos de conversación y añadiendo <sup>3</sup> sus pensamientos y preguntas personales.

### ✓ Paso 2: Coméntalo

>> Usa estas preguntas para que tu grupo converse.

1. **Preparación:** Ver el video juntos o invita a alguien para **resumir el tema**.
2. Haz una lista de tu preocupaciones más apremiantes sobre el futuro. ¿Hay un mismo tema en estas preocupaciones?
3. Lee [Mateo 6:25-27](#). De acuerdo con Jesús, ¿Por qué es una pérdida de nuestro tiempo el preocuparse por el futuro?
4. ¿Cuál es la raíz de la causa de nuestro estrés por el futuro?
5. ¿Cómo es que preocuparse por el futuro nos impide que dependamos de Dios?
6. Nombra los tres pasos para tratar con el estrés futuro. ¿Cuál paso es más difícil para ti? ¿Por qué?

**Consejo:** Trata de añadir algunas preguntas propias.

### ✓ Paso 3: Vívelo

>> Haz esto para aplicar la verdad que has hablado.

- ❑ Escribe una **medida de acción personal** basada en lo que has aprendido hoy.

**Consejo:** Dar seguimiento a esto en la próxima reunión.

Toma la serie [Fundamentos](#) para aprender las tres verdades básicas de la fe cristiana.

