



Cuando todo es demasiado

DE UN VISTAZO



Texto bíblico 1 Reyes 19,1-8



Tema El agotamiento y el cuidado de Dios



Mensaje Dios cuida del cuerpo y del alma, y pedir ayuda es de valientes



8 minutos



Objeto: un trozo de pan y una botella de agua



Preparación: 5 min



dentro o fuera

♥ **Hazlo personal:** cuenta en dos frases una experiencia propia sobre el tema «El agotamiento y el cuidado de Dios». Las historias reales son las que más se recuerdan.



Cómo se desarrolla

1 min

Inicio

Pon el pan y el agua en el centro. Pregunta: ¿Qué necesitas cuando estás completamente agotado?

2 min

Texto bíblico

Lee 1 Reyes 19,1-8. Después de la gran victoria en el Carmelo, Elías es amenazado y huye al desierto. Está al límite, se sienta bajo un arbusto y le dice a Dios: «Ya basta». Luego se duerme. Un ángel lo despierta, le trae pan y agua y le dice: «Levántate y come, porque el camino es demasiado largo para ti».

3 min

Reflexión

Incluso un gran profeta puede estar agotado y desanimado. Dios no lo regaña ni le da un sermón. Primero le da sueño, comida y bebida, y solo después sigue el camino. A veces lo más espiritual que puedes hacer es descansar y dejarte ayudar.

2 min

Diálogo

¿Qué te «recarga» cuando estás vacío?



Cuando todo es demasiado

Oración para leer en voz alta

Padre que estás en el cielo, a veces todo es demasiado para mí. Gracias porque entonces no me dejas solo. Dame descanso, fuerza y personas que me ayuden. Amén.

Para seguir pensando

- ¿En qué notas que todo se te está haciendo demasiado?
- Si te sientes así durante mucho tiempo, habla con alguien de confianza: tus padres, un dirigente u otra persona de confianza. Pedir ayuda no es señal de debilidad.

Para los dirigentes

- No pongas a nadie en evidencia: haz preguntas abiertas, nadie tiene que responder.
- Pide a uno de los jóvenes que lea el texto bíblico.
- Anímales a decir la oración ellos mismos: el texto escrito da seguridad.

 **Sección:** Historias bíblicas conocidas. Encontrarás reuniones de grupo a juego y más devocionales en scouts-cloud.com.