

PRETEENS

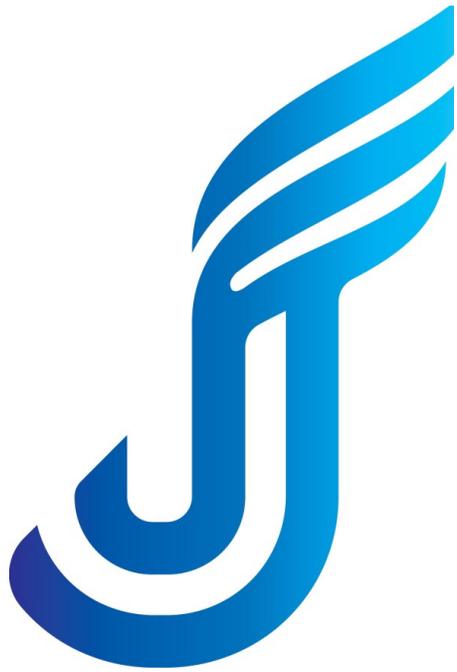
EL VIAJE HACIA MÍ



Taller de sanidad interior
para preteens



JKJ MINISTRIES



J&J MINISTRIES

Tabla de Contenido

1. Antes de Empezar
2. Primer Paso: Un Espíritu Vivo — La Luz de Dios en Ti
3. Primera Parada: Corazón Limpio
4. Segunda Parada: El Poder del Perdón
5. Tercera Parada: Cuando Me Siento Rechazado
6. Cuarta Parada: Sanando lo profundo Raíz de Amargura
7. Quinta Parada: ¿Quién Soy Yo?
8. Sexta Parada: Emociones con Propósito
9. Séptima Parada: Mi Cuerpo, Casa de Dios
10. Octava Parada: Pensamientos que Sanan
11. Novena Parada: Dios Está Conmigo
12. Décima Parada: Soy Luz
13. Mi Manual de Decisiones
14. Despedida Final

El Viaje Hacia Mí

Descubriendo quién soy con la ayuda de Dios

“En este libro hablaremos mucho de lo que sentimos, de lo que vivimos, y también de cómo Dios puede ayudarnos a sanar. Tal vez tú ya crees en Dios, o tal vez nunca has hablado con Él. No importa dónde estés, este viaje es para ti. Aquí puedes aprender, reflexionar y crecer.”

Una guía de sanidad interior para preteens
Con enseñanzas bíblicas, actividades, oraciones y reflexión.

“Nuestro deseo es que cada preadolescente que lea este libro descubra el amor de Dios, aprenda a conocerse a sí mismo, y camine con propósito. ‘El Viaje Hacia Mí’ es más que un taller; es una experiencia de sanidad, identidad y restauración. Estamos orando por cada corazón que se embarca en este recorrido. ¡Dios tiene grandes planes para ti!”

Jimmy & Johanna Villamizar

Este manual requiere tener una cuenta activa en JJ Ministries School. Para más información y cómo registrarse y tener una cuenta activa, por favor visite:

<https://jjministries.com>

©JJ Ministries 2020

Todos los derechos reservados

Antes de Empezar...

Queremos invitarte a algo diferente. No vamos a correr, no vamos a competir, no venimos a ser perfectos. Hoy vamos a hacer un viaje... pero no un viaje en carro, ni en avión, ni en tren. Vamos a hacer **un viaje hacia nosotros mismos**.

Este es un viaje para descubrir cosas de ti que quizás no te habías detenido a mirar. Cosas que a veces te hacen sentir feliz, otras veces triste, confundido o enojado, y que forman parte de tu corazón.

Cada persona tiene su propio mundo por dentro. A veces está lleno de luz, otras veces de preguntas, y eso está bien.

Hoy es tu momento para aprender a escuchar lo que sientes, a cuidar tu corazón y a recordar que, aunque a veces no lo parezca, **tu vida tiene valor y propósito**.

Así que respira, relájate y prepárate, porque este **viaje hacia ti** apenas está comenzando.

"Descubriendo Mi Mundo"

Antes de empezar este viaje, quiero que imagines que dentro de ti hay un mundo único. En ese mundo están tus emociones, tus pensamientos, tus sueños y todo lo que te hace ser tú.

Ahora, quiero que respondas estas preguntas. No hay respuestas correctas o equivocadas. Solo sé honesto contigo mismo.

Si mi corazón fuera un lugar, ¿cómo se vería hoy?

(Puedes escribirlo o dibujarlo. ¿Es un bosque, una ciudad, una playa, un lugar oscuro, un cielo lleno de estrellas?)

¿Qué palabra describe mejor cómo me siento en este momento?

¿Qué cosa me hace feliz sin importar qué?

¿Qué cosa me ha hecho sentir triste o confundido últimamente?

Si pudiera decirle algo a mi yo de hace un año, sería:

Si pudiera escuchar una frase que me anime hoy, me gustaría que dijera:

¿Sabías que fuiste creado con una finalidad y un propósito? Y que Dios que te creó a su imagen y semejanza tiene el poder de guiarte y orientarte siempre! Qué tal si haces esta promesa :

“Prometo cuidar mi mundo interior, aprender de mis emociones y recordar que mi historia es valiosa, incluso en los días difíciles.”

Firma aquí: _____

El Primer paso del viaje

Un Espíritu Vivo, La luz de Dios dentro de ti

Tu espíritu es una parte muy especial de ti. No se puede ver como tus ojos o tus manos, pero es la parte más profunda, la que Dios creó para conectarse contigo. Es como una chispa de luz que vive dentro de tu corazón, esperando ser encendida por el amor de Jesús.

Dios no solo te dio un cuerpo para moverte y un alma para sentir, también te dio un espíritu para hablar con Él, sentir su presencia, y entender cosas eternas.

¿Sabías que...?

Jesús dijo que, para ver el Reino de Dios, necesitamos nacer de nuevo

(Juan 3:3). Pero no significa volver a ser bebés.

Significa que cuando tú recibes a Jesús en tu corazón, Él despierta tu espíritu y lo llena de vida.

Ese es el verdadero comienzo del viaje hacia ti.

Cuando tu espíritu está vivo, puedes:

- **Escuchar la voz de Dios en tu corazón**
- **Sentir su amor, incluso cuando nadie más te lo dice**
- **Saber que nunca estás solo, porque el Espíritu Santo está contigo**
- **Ser guiado por Dios en todo momento**

Lee esto:

“Y el mismo Dios de paz te ayude a vivir completamente bien: que cuide tu espíritu, alma y cuerpo para que estén llenos de Su luz cuando Jesús vuelva.”

(1 Tesalonicenses 5:23)

“Puedes leer esta oración, repetirla si lo deseas, o simplemente pensar en estas palabras con tu propio corazón.”

Señor Jesús,

Gracias por darme un espíritu que puede conocerte.

Quiero tener un espíritu vivo, lleno de tu luz.

Despiértame por dentro y enséñame a sentir tu amor.

*Quiero caminar cada día contigo,
escucharte, seguirte y amarte más.*

Amén.

Primera Parada: Corazón Limpio

“Crea en mí, oh Dios, un corazón limpio, y renueva un espíritu fiel dentro de mí.”

(Salmo 51:10)

¿De qué se trata esta parada?

Todos hemos sentido dolor, tristeza o enojo. A veces alguien nos hiere, o nosotros herimos a otros. Cuando eso pasa, es como si nuestro corazón se ensuciara con cosas que no vienen de Dios. Pero aquí está la buena noticia: Jesús puede limpiar tu corazón. Él no solo perdona tus errores, sino que también sana las heridas que otros te han causado.

Actividad

Imagina que llevas una mochila pesada con cosas como: enojo, tristeza, miedo, vergüenza, rencor. Haz una lista en tu cuaderno: ¿qué cosas están pesando en tu corazón? Escríbelas. Luego, cierra tus ojos y ora entregándoselas a Jesús.

“Puedes leer esta oración, repetirla si lo deseas, o simplemente pensar en estas palabras con tu propio corazón.”

Jesús, hoy llego a esta primera parada del viaje hacia mí. Tú conoces lo que he vivido y lo que hay en mi corazón. Quiero que me limpies por dentro. Llévate todo lo que me pesa: el enojo, la tristeza, el miedo... Limpia mi corazón con tu amor. Hazme nuevo/a por dentro y ayúdame a seguir este viaje contigo. Amén.

Reflexión Personal

¿Qué sientes después de esta oración? ¿Qué palabra te dio Dios hoy?

Segunda Parada: El Poder del Perdón

“Soportándoos unos a otros, y perdonándoos unos a otros... así como Cristo os perdonó, así también hacedlo vosotros.” (Colosenses 3:13)

¿De qué se trata esta parada?

Guardar dolor en el corazón es como llevar una piedra pesada. El perdón no significa que lo que pasó estuvo bien, pero sí que decides soltar ese dolor y dejar que Dios lo sane. El perdón te libera a ti.

¿Qué es perdonar? Perdonar es soltar una persona que nos ha ofendido, que nos ha causado daño, es cancelar una deuda pendiente que alguien tiene con uno; es tomarla decisión de perdonar como acto voluntario y no como una emoción. Además, es renunciar a todo derecho de venganza, enojo o rabia con la otra persona y entregar lo que sucedió a Dios.

¿Qué no es perdonar? Esforzarse por olvidar lo que paso, negar la ofensa recibida, pretender que el tiempo borra lo ocurrido, ignorar lo que paso y tratar de olvidar, o simplemente disculpar al ofensor, sin perdonar genuinamente y de todo corazón.

“Mas si no perdonáis a los hombres sus ofensas, tampoco vuestro Padre os perdonara vuestras ofensas.” (Mateo 6:15 RVR60)

Las ofensas son una trampa o carnada que usa el enemigo para atar nuestra vida. En otras palabras, cada vez que alguien le ofende o le hiere, le está tendiendo una trampa o una carnada del enemigo para que se amargue y pierda su bendición.

Actividad

Busca una piedra o dibújala. Escribe en ella el nombre de la persona que necesitas perdonar o lo que te hicieron. En oración, dile a Jesús que sueltas esa piedra y la dejas a Sus pies.

“Puedes leer esta oración, repetirla si lo deseas, o simplemente pensar en estas palabras con tu propio corazón.”

*Jesus, a veces me cuesta perdonar. Hay cosas que me duelen, pero hoy decido soltar el enojo. No quiero vivir con el corazón herido. Así como tú me perdonas cada día, yo también quiero perdonar. Llévate el dolor y lléname de tu paz.
Amén.*

Reflexión Personal

¿A quién necesitas perdonar hoy? ¿Cómo crees que Jesús se siente cuando decides perdonar?

PASOS PARA PERDONAR

- Tome la decisión de perdonar con todo su corazón
- Haga una lista de personas y cosas que lo han herido
- Pida perdón a Dios por guardar falta de perdón en su corazón
- Pida a Dios le haga libre de todo resentimiento, amargura, odio, y falta de perdón

“Señor; yo perdono a (nombre de la persona) le perdono: (nombre detalladamente todas las heridas, y el dolor que le causaron, y como le hicieron sentirse)

Después de haber perdonado a cada persona, por cada recuerdo doloroso, por cada herida, entonces termine con esto: "Señor yo te entrego a todas las personas y mi derecho a buscar venganza contra ellos. Opto por no aferrarme a mi amargura ni a mi enojo. Te pido, Espíritu Santo, que sanes mis emociones. Te lo pido en el nombre de Jesús. amén!

Tercera Parada: Cuando me siento Rechazado

“Dios nos escogió en Él antes de la creación del mundo... y nos adoptó como hijos suyos por medio de Jesucristo.” (Efesios 1:4-5)

¿De qué se trata esta parada?

El rechazo puede hacernos sentir que no valemos nada. Pero Dios nunca te rechaza. Él te creó con amor, te escogió y te llama por tu nombre. Jesús también fue rechazado, y Él entiende tu dolor.

Actividad

Imagina que Dios te escribe una carta que dice:

'Hijo(a), aunque el mundo no te entienda, yo te escogí y te amo profundamente'.
Escribe en tu cuaderno cómo te hace sentir eso.

Dibuja un corazón y escribe dentro: “Soy aceptado por Dios”.

“Puedes leer esta oración, repetirla si lo deseas, o simplemente pensar en estas palabras con tu propio corazón.”

Dios, a veces me he sentido solo(a) o ignorado(a). A veces he pensado que no soy suficiente... Pero hoy escucho tu voz diciéndome que soy amado, que soy tu hijo(a) y que tú me escogiste. Gracias por aceptarme tal como soy. Llévate todo dolor de rechazo y lléname con tu amor. Amén.

Reflexión Personal

¿Alguna vez sentiste que no encajabas? ¿Cómo cambia eso al saber que Dios te escogió?

¿Como ser libres del rechazo?

Lo primero que debemos entender es que Jesucristo fue rechazado para que Fuéramos aceptados.

Jesús experimento el rechazo, la soledad, los dolores, la angustia, y las traiciones. Su mismo pueblo lo rechazo.

“A lo suyo vino, y los suyos no le recibieron.” (Juan 1:11 RVR60)

Pasos para ser libres del rechazo

- Perdona y renuncia a la falta de perdón contra todas las personas que le han rechazado.
- Renuncia a todo rechazo, rechazo así mismo, y temor al rechazo.
- Renuncia a toda maldición generacional hereditaria de rechazo.
- Renuncia a todo temor, celo, envidias, juicio, rebeldía, orgullo, luto, abandono, tristeza.
- Pídale al Señor que llene de Él, de su presencia esos vacíos que quedaron en su vida.
- Medite en las Escrituras todos los versos que hablan acerca de que usted es aceptado

ORACION

«Señor, te entrego mi corazón y te presento este sentimiento de rechazo que me hace creer que no valgo, que no soy importante para otros y que no soy digno de tu amor. Hoy confieso mi dolor y mi necesidad de sentir tu amor llena mis vacíos. Señor, decido creer que soy tu hijo y que soy aceptado como soy, que nada me separa de tu amor y que sanas el dolor porque tú moriste por mi rechazo en la cruz.

Hoy perdono a todos los que me han rechazado:

Renuncio a las mentiras que he creído y a los votos internos que he hecho.

Renuncio a creer que soy rechazado, que nadie me ama, que soy indigno y que no merezco ser amado. Renuncio también al miedo al rechazo, al temor a la gente; a creer que lo mejor es aislarme.

Declaro que tu paz y tu amor llenan mi vida y renuncio a todo complejo, soledad, frustración, inseguridad, autorechazo y menosprecio, en el nombre de Jesús.

Te doy gracias por amarme.

Cuarta Parada: Sanando lo profundo, Amargura

“Mirad bien... que no brote ninguna raíz de amargura que os perturbe.” (Hebreos 12:15)

¿De qué se trata está parada?

Es como una raíz que crece en silencio dentro del corazón cuando guardamos enojo, tristeza o dolor por mucho tiempo. La amargura puede hacernos sentir mal, alejarnos de Dios y de las personas que nos aman. Jesús quiere arrancar esa raíz y plantar alegría en su lugar. Él no quiere que vivas con un corazón lleno de cosas feas. Él vino a darte libertad.

Actividad

Dibuja una raíz en tu cuaderno. Encima de la raíz, dibuja una flor.

En la raíz escribe lo que has guardado y que te hace daño (enojo, tristeza, celos...).

Luego, en la flor, escribe lo que quieres que Dios plante en ti: amor, alegría, perdón, paz...

Pídele a Dios que arranque esa raíz de ti y plante algo nuevo.

“Puedes leer esta oración, repetirla si lo deseas, o simplemente pensar en estas palabras con tu propio corazón.”

Señor Jesús,

A veces he guardado cosas en mi corazón que me hacen daño.

No quiero vivir con raíces de amargura.

Te pido que arranques de mí todo lo malo,

y plantes alegría, perdón y amor.

Ayúdame a cuidar mi corazón cada día.

Haz que mi vida florezca para ti.

Amén.

Reflexión Personal

¿Hay algo que necesitas sacar de tu corazón hoy?

¿Qué quieres que Dios plante nuevo en ti?

Quinta Parada: ¿Quién Soy Yo?

“Mas a todos los que le recibieron... les dio potestad de ser hechos hijos de Dios.” (Juan 1:12)

¿De qué se trata esta parada?

A veces creemos que somos lo que otros dicen: “Eres muy callado”, “Nunca haces nada bien”, “Eres raro”. Pero nada de eso define quién eres. Tu verdadera identidad está en lo que Dios dice de ti. Y esto es lo que Él dice: eres su hijo/a, eres amado/a, único/a, valioso/a, y creado/a con un propósito.

Actividad

Haz una tarjeta (puede ser una hoja doblada) que diga:
“Yo Soy...” Dentro de la tarjeta, escribe las palabras que Dios dice sobre ti.

Aquí tienes algunas:

- Hijo(a) de Dios
- Perdonado(a)
- Valiente
- Hermoso(a)
- Escogido(a)
- Inteligente
- Amado(a)

Decóralo y guárdalo como un recordatorio de quién eres en Jesús.

“Puedes leer esta oración, repetirla si lo deseas, o simplemente pensar en estas palabras con tu propio corazón.”

*Papá Dios, Gracias por amarme tal como soy.
Gracias porque tú me creaste con amor y propósito.
Hoy decido creer lo que tú dices de mí, y no lo que otros digan.
Yo soy tu hijo/a, soy amado/a, valioso/a, perdonado/a.
Enséñame a caminar con identidad firme en ti.
Amén.*

Reflexión Personal

¿Qué mentira sobre ti necesitas dejar atrás hoy?

¿Cuál de las palabras que Dios dice sobre ti quieres recordar siempre?

Sexta Parada: Emociones con Propósito

*“Como ciudad derribada y sin muro es el hombre cuyo espíritu no tiene rienda.”
(Proverbios 25:28)*

“Mejor es el que tarda en airarse que el fuerte; y el que domina su Espíritu, que el que toma una ciudad” (Proverbios 16:32)

¿De qué se trata esta parada?

Las emociones son regalos de Dios. Nos ayudan a expresar lo que sentimos: alegría, tristeza, ira, miedo. Pero cuando las emociones nos controlan, pueden hacer que digamos o hagamos cosas que no agradan a Dios. La buena noticia es que Dios quiere enseñarte a manejar tus emociones. No se trata de no sentir, sino de aprender a responder con sabiduría.

Actividad

Dibuja un semáforo con tres colores:

- Rojo: STOP – cuando la emoción es muy fuerte, paro y oro.
- Amarillo: PIENSA – ¿Por qué me siento así? ¿Qué haría Jesús?
- Verde: ACTÚA – Hablo con respeto, oro, perdono, respiro, abrazo...

Colócalo en un lugar visible para recordarte que Dios te dio emociones con propósito, y también el dominio propio.

“Puedes leer esta oración, repetirla si lo deseas, o simplemente pensar en estas palabras con tu propio corazón.”

Espíritu Santo,

Gracias por darme emociones.

Ayúdame a no esconderlas ni dejar que me controlen.

Enséñame a sentir lo que tú sientes.

Enséñame a tener dominio propio.

Que mi corazón esté lleno de tu paz, y que mis emociones glorifiquen tu nombre.

Amén.

Reflexión Personal

¿Qué emoción te cuesta más controlar?

¿Qué puedes hacer la próxima vez que la sientas?

Séptima Parada: Mi Cuerpo, Casa de Dios

“¿No sabéis que sois templo de Dios, y que el Espíritu de Dios mora en vosotros?” (1 Corintios 3:16)

¿De qué se trata está parada?

Tu cuerpo es especial para Dios, ¿sabías porque?

Dios vive en ti por medio del Espíritu Santo. Eso significa que cuidar tu cuerpo es una forma de honrar a Dios. Tu cuerpo no es un error ni algo sin valor. Es una creación perfecta del Creador. Él quiere que lo cuides bien: comiendo alimentos que te nutran, durmiendo lo suficiente, haciendo ejercicio, alejándote de lo que te daña y diciendo cosas buenas sobre ti mismo.

Actividad

Haz un cartel que diga:

“Soy templo de Dios, y me cuido con...”

Completa con dibujos o palabras:

- amor
- descanso
- ejercicio
- buena comida
- palabras bonitas
- oración y adoración

Colócalo en tu cuarto para recordarte que tu cuerpo es valioso para Dios.

“Puedes leer esta oración, repetirla si lo deseas, o simplemente pensar en estas palabras con tu propio corazón.”

Dios Padre,

Gracias por mi cuerpo.

*A veces no me he cuidado como debería,
pero hoy entiendo que mi cuerpo es tu templo.*

*Ayúdame a amarme como tú me amas,
a cuidarme, a alimentarme saludablemente, a hablar con respeto sobre mí mismo
y a vivir con gratitud.*

Gracias por habitar en mí.

Amén.

Reflexión Personal

¿Qué hábitos puedes mejorar para cuidar tu cuerpo?

¿Cómo puedes honrar a Dios con tu cuerpo esta semana?

Octava Parada: Pensamientos que Sanan

“No se amolden al mundo actual, sino sean transformados mediante la renovación de su mente.” (Romanos 12:2)

¿De qué se trata está parada?

Lo que piensas afecta cómo te sientes y cómo actúas. Si piensas cosas tristes o negativas todo el tiempo, es como si llenaras tu mente de nubes grises. Pero si piensas en lo que Dios dice de ti, es como si entraras en un lugar lleno de luz. Dios quiere ayudarte a cambiar tu manera de pensar. Él quiere enseñarte a pensar en cosas buenas, verdaderas y llenas de esperanza.

Actividad

Dibuja una tabla con dos columnas:

- En una escribe pensamientos tristes o negativos que a veces tienes.
- En la otra, escribe lo que Dios dice en Su Palabra.

Por ejemplo:

- “Nadie me quiere” → “Dios me ama con amor eterno” (Jeremías 31:3)
- “No puedo” → “Todo lo puedo en Cristo” (Filipenses 4:13)

“Puedes leer esta oración, repetirla si lo deseas, o simplemente pensar en estas palabras con tu propio corazón.”

Señor Jesús,

A veces tengo pensamientos que me entristecen o me hacen sentir mal.

Hoy te pido que limpies mi mente y la llenes de tu verdad.

Enséñame a pensar lo que tú piensas,

a recordar tus promesas y a hablar con fe.

Renueva mi mente con tu Palabra.

Amén.

Reflexión Personal

¿Cuál es un pensamiento que necesitas cambiar hoy?

¿Qué verdad de Dios te da paz?

Novena Parada: Dios Está Conmigo

*“No temas, porque yo estoy contigo; no desmayes, porque yo soy tu Dios.”
(Isaías 41:10)*

¿De qué se trata esta parada?

A veces sentimos que nadie nos entiende, que no le importamos a nadie o que estamos enfrentando cosas demasiado grandes para nosotros. Pero aquí está la verdad: ¡Dios está contigo todo el tiempo! Él no solo está cuando oras. Está contigo cuando estás triste, en la escuela, en casa, cuando tienes miedo... ¡Él nunca te deja! Dios es tu Padre, tu amigo fiel y tu compañero de viaje.

Actividad

Dibuja un caminito en tu cuaderno. En una parte, dibuja tus pies. En la otra, dibuja huellas junto a las tuyas. Escribe en las huellas de al lado:

- “Dios camina conmigo”
- “Nunca estoy solo”
- “Dios me acompaña en cada paso”

Puedes añadir también momentos en los que sentiste Su presencia o en los que te gustaría recordarlo.

“Puedes leer esta oración, repetirla si lo deseas, o simplemente pensar en estas palabras con tu propio corazón.”

*Señor,
Gracias por estar conmigo siempre.
Cuando tengo miedo, tú me das paz.
Cuando me siento solo, tú me abrazas.
Gracias por ser mi guía, mi amigo y mi Padre.
Camina conmigo todos los días de mi vida. Te lo pido en el nombre de Jesús.
Amén.*

Reflexión Personal

- ¿Cuándo fue la última vez que te sentiste solo?
- ¿Cómo te ayuda saber que Dios está contigo incluso en el silencio?

Décima Parada: Soy Luz

“Vosotros sois la luz del mundo... Alumbre vuestra luz delante de los hombres, para que vean vuestras buenas obras y glorifiquen a vuestro Padre.”

(Mateo 5:14,16)

¿De qué se trata está parada?

Después de caminar por todas estas paradas: sanaste heridas, aprendiste a perdonar, descubriste quién eres en Dios, aprendiste a cuidar tu mente, cuerpo y emociones. ¡Ahora estás listo para brillar con la luz de Jesús! No se trata de ser perfecto, sino de vivir con propósito y mostrar el amor de Dios a los demás con tus palabras, acciones, amistad, oración y alegría. Tú eres una luz donde vayas.

Actividad

Haz una lista de formas en las que puedes brillar esta semana:

- Ser amable con alguien que está solo
- Orar por un amigo
- Perdonar a alguien
- Ayudar en casa sin que te lo pidan
- Hablar de Jesús con amor

Al final, escribe: “Jesús, quiero brillar para ti.” Y firma tu nombre como compromiso personal.

“Puedes leer esta oración, repetirla si lo deseas, o simplemente pensar en estas palabras con tu propio corazón.”

Jesús, Gracias por acompañarme en este viaje.

Me has sanado, enseñado y transformado.

Ahora quiero ser luz para otros.

Quiero mostrar tu amor en mi familia, en mi escuela y en cada lugar.

Enséñame a brillar para ti cada día.

Amén.

Reflexión Final

¿Qué fue lo que más te enseñó este viaje?

¿A quién te gustaría compartirle lo que aprendiste?

Mi Manual de Decisiones

Esta última parada es muy especial es como una brújula para tu vida. Aquí aprenderás cómo cuidarte en un mundo donde muchas cosas intentan confundirte o alejarte de lo que Dios quiere para ti. Dios te ama y quiere lo mejor para ti. Por eso, Él también te enseña a proteger tu mente, tu cuerpo, tus emociones y tu corazón.

El bullying no define quién eres

Si alguien te ha hecho daño con palabras, burlas o golpes, eso no cambia quién eres. Tú vales mucho. Eres amado por Dios, fuerte y valiente. No guardes silencio: habla con alguien de confianza. Y si ves que otro sufre bullying, no te quedes callado. Sé luz y defiende con amor. Jesús te ve y Él siempre está contigo.

Di NO a las drogas

Dios te dio un cuerpo maravilloso y sano. Las drogas solo destruyen tu cuerpo y tu mente. Si alguien te ofrece algo que sabes que no está bien, recuerda que tienes el poder de decir NO. No necesitas nada de eso para sentirte feliz. Jesús te llena de alegría verdadera. Decir no es un acto de valentía, y Dios está orgulloso de ti cuando tomas buenas decisiones.

Cuidado con lo que ves y escuchas

Lo que entra por tus ojos y oídos puede sembrar cosas en tu corazón. Si ves cosas violentas, oscuras o tristes, eso puede afectar tus pensamientos. Si escuchas música con mensajes feos, eso también puede herirte. Llena tu mente de cosas buenas, verdaderas, y puras. Es mejor apagar algo que contamina, que alejarte de Dios sin darte cuenta.

*“Sobre toda cosa guardada, guarda tu corazón; porque de él mana la vida.”
(Proverbios 4:23)*

Elige amistades que te acerquen a Dios

Las personas con las que pasas tiempo pueden ayudarte a crecer... o hacerte daño. Rodéate de amigos que te respeten, que te animen, que te acerquen a Jesús. Y tú también sé un buen amigo. Pide a Dios sabiduría para tomar decisiones y para que siempre puedas decir: “Esto no me conviene, yo quiero agradar a Dios”.

¿Quieres invitar a Jesús a tu corazón?

*Señor Jesús,
Hoy reconozco que te necesito.
Creo que moriste en la cruz por mí y resucitaste.
Te pido que entres en mi corazón,
que me limpies de mis pecados y me des una vida nueva.
Te recibo como mi Señor y Salvador.
Gracias por amarme.
Desde hoy, yo soy tuyo y tú eres mi Dios.
Amén.*

Esta es la mejor decisión que puedes tomar en tu vida.

La Biblia dice:

“Si confiesas con tu boca que Jesús es el Señor, y crees en tu corazón que Dios lo levantó de los muertos, serás salvo.” (Romanos 10:9)

¡Has llegado al final...pero también a un nuevo comienzo!

Este viaje hacia ti mismo ha sido muy especial. Has explorado tu corazón, tus pensamientos, tus emociones y tus sueños. Has descubierto que no estás solo, que Dios te ama profundamente, y que tienes un propósito único en este mundo.

Recuerda siempre esto:

Tu historia importa.

Tus emociones tienen valor.

Tu vida tiene dirección.

Dios camina contigo cada día.

A partir de hoy, este libro ya no es solo una guía...
Guárdalo cerca, vuelve a leerlo cuando lo necesites, y compártelo con otros.

Y nunca olvides:

Dios no ha terminado contigo. ¡Apenas está comenzando tu gran aventura!
Eres amado, escogido por Papa Dios, el Te cuida y esta a tu lado!

Búscalos, Ora, lee y cumple su Palabra.

Naciste con un propósito!

“Porque yo se los planes que tengo para ustedes” afirma el Señor, “Planes de bienestar y no de calamidad, a fin de darles un future y una Esperanza”

EL VIAJE HACIA MÍ: PRETEENS

En JJM Ministries, creemos que cada niño y niña es una historia en formación, una creación preciosa con un propósito divino.

Este manual nace del anhelo de acompañar a los preadolescentes en su proceso de autoconocimiento, sanidad emocional y crecimiento espiritual.

NUESTRA HISTORIA

Como ministerio, hemos caminado junto a muchas familias, escuchando sus luchas, celebrando sus avances y sembrando esperanza.

Este material fue creado con amor, oración y profunda convicción de que Dios quiere sanar, restaurar y fortalecer los corazones jóvenes desde temprana edad.

Cada parada en este viaje es una invitación a mirar hacia adentro, soltar cargas, abrazar la verdad de Dios y descubrir la belleza que ya habita en cada uno.

¡Este es solo el comienzo!



Este manual requiere tener una cuenta activa en JJ Ministries School.

<https://jjministries.com>



J&J
MINISTRIES

