GRUPOS DE AMISTAD · ESTUDIO BÍBLICO DE LA SEMANA

# VIDA EN ABUNDANCIA: LEVÁNTATE Y VIVE

*Basado en el mensaje dominical (Juan 10) — Cuatro verdades para recuperar fuerza, propósito y esperanza*

**NUESTRA VISIÓN**

*Un lugar donde toda persona pueda experimentar y crecer en su relación con Jesucristo y compartir de Su amor con otros.*

**Propósitos de los Grupos de Amistad:** 1. Crecimiento espiritual. 2. Amistades redentoras.

**OBJETIVO DEL ESTUDIO:** Que cada persona reconozca lo que ha reducido su vida, reciba la identidad que Cristo le devuelve, dé un paso concreto de crecimiento y viva segura en la mano del Buen Pastor.

**Texto principal — Juan 10:9–11 (RVA-2015):** *9 Yo soy la puerta. Si alguien entra por mí será salvo; entrará, saldrá y hallará pastos. 10 El ladrón no viene sino para robar, matar y destruir. Yo he venido para que tengan vida, y para que la tengan en abundancia. 11 Yo soy el buen pastor; el buen pastor pone su vida por las ovejas.*

## PREGUNTA ROMPEHIELO

***Cuando la batería de tu teléfono baja al diez por ciento, ¿qué haces? Y en tu vida, ¿qué te pone en "modo de ahorro"?***

*(Nota para el líder: contesta tú primero, con un ejemplo real y corto. Hoy no corregimos ni aconsejamos todavía; hoy escuchamos.)*

## INTRODUCCIÓN

El domingo hablamos del "modo de ahorro": el teléfono sigue encendido, pero ya no funciona con toda su capacidad. Así vive mucha gente: trabaja, sonríe y cumple, pero por dentro lleva años con la batería en rojo. Sobrevivir no fue una vergüenza; en algunas temporadas fue una victoria. Pero Jesús no vino para dejarnos funcionando con lo mínimo. Vino para devolvernos la vida.

## 1. EL LADRÓN QUIERE REDUCIR TU VIDA

**Juan 10:10 (RVA-2015) —** *"El ladrón no viene sino para robar, matar y destruir. Yo he venido para que tengan vida, y para que la tengan en abundancia."*

Jesús presenta dos direcciones opuestas: el ladrón reduce; Cristo aumenta la vida. Antes de robarte una oportunidad, el ladrón intenta robarte el permiso de creer: "ya es tarde", "tú no puedes", "después de lo que hiciste, Dios no te va a usar". Así le pasó a Gedeón, escondido en un lagar porque el miedo había reducido su mundo (Jueces 6). Dios lo llamó valiente guerrero; él solo veía sus limitaciones.

**El ladrón quiere que midas tu futuro con la regla de tu peor temporada.**

### A. Lo que el ladrón achica, Cristo lo expone y lo recupera

Antes de robarte una oportunidad, el ladrón te roba el permiso de creer. Pero cuando Cristo nombra la mentira, esa voz pierde su poder. No todo lo que perdiste volverá, pero el ladrón no tiene derecho a llevarse también tu futuro.

**Preguntas para reflexionar y compartir**

1. *¿Qué frase me ha reducido: "ya no puedo", "no soy suficiente" o "siempre será igual"?*
2. *¿Qué decisión pequeña demostraría esta semana que el miedo ya no gobierna mi vida?*

## 2. EL PASTOR RESTAURA TU IDENTIDAD

**Juan 10:14 (RVA-2015) —** *"Yo soy el buen pastor y conozco mis ovejas, y las mías me conocen."*

Hay personas que ya no se presentan con su nombre, sino con su herida: "soy la divorciada", "soy el que falló", "soy el que perdió el negocio". Pero el Pastor no trabaja con números ni con etiquetas. Pedro negó a Jesús tres veces, y después de la resurrección Jesús fue a buscarlo, lo llamó por su nombre y le devolvió una responsabilidad: cuidar a sus ovejas (Juan 21:15–17).

Cuando sabes quién eres en Cristo, ya no gastas toda tu energía demostrando que vales. Esa energía queda libre para crecer, servir y construir. La identidad sana libera capacidad.

**No eres el nombre que te puso tu herida; eres la persona a quien el Pastor sigue llamando.**

### A. Él te llama por tu nombre, y tu nombre despierta tu potencial

Jesús no te define por tu peor día. Cuando recibes la identidad que Él te da, dejas de gastar tus fuerzas buscando aprobación y empiezas a invertirlas en crecer, servir y construir.

**Preguntas para reflexionar y compartir**

1. *¿Qué fracaso o qué herida convertí en mi identidad?*
2. *¿Qué fortaleza puede despertar en mí ahora que no tengo que vivir buscando aprobación?*

## 3. LA PUERTA ESTÁ ABIERTA PARA UNA VIDA NUEVA

**Juan 10:9 (RVA-2015) —** *"Yo soy la puerta. Si alguien entra por mí será salvo; entrará, saldrá y hallará pastos."*

Entrar habla de seguridad; salir habla de libertad; hallar pastos habla de sustento y crecimiento. José vio cerrarse muchas puertas —sus hermanos, la casa de Potifar, la cárcel—, pero Génesis 39 repite que el SEÑOR estaba con José. En cada lugar difícil sirvió con integridad y desarrolló su capacidad. Cuando se abrió la puerta del palacio, ya estaba preparado.

El pasto no llega solo a la oveja: el Pastor la conduce y la oveja camina. Un don puede ser verdadero y todavía necesitar entrenamiento (2 Timoteo 1:6). Para unos, el siguiente pasto será terminar una clase; para otros, ordenar el horario, aprender una habilidad o reconstruir una relación. No todos darán el mismo paso, pero todos pueden dar uno.

**No esperes la puerta grande para comenzar a crecer; desarrolla hoy lo que necesitarás cuando se abra.**

### A. Seguro en Cristo, libre para crecer

En Cristo tienes un lugar seguro desde donde dar pasos valientes. Pero el pasto no llega solo: hay que caminar, aprender y practicar. La seguridad te sostiene; el crecimiento te prepara para la próxima puerta.

**Preguntas para reflexionar y compartir**

1. *¿Qué capacidad necesito desarrollar para la próxima etapa de mi vida?*
2. *¿Cuál será mi práctica concreta de veinte minutos al día esta semana?*

## 4. LA CRUZ DEMUESTRA CUÁNTO VALES

**Juan 10:11, 15 (RVA-2015) —** *11 Yo soy el buen pastor; el buen pastor pone su vida por las ovejas. 15 Como el Padre me conoce, yo también conozco al Padre y pongo mi vida por las ovejas.*

El asalariado huye cuando aparece el lobo; el Buen Pastor se entrega. Dios no esperó a que arregláramos todo: "Pero Dios demuestra su amor para con nosotros en que, siendo aún

pecadores, Cristo murió por nosotros" (Romanos 5:8). María Magdalena llegó llorando al sepulcro, y bastó que Jesús dijera su nombre para que reconociera su voz y saliera con una misión (Juan 20:16–18).

**Una historia real:** El 31 de diciembre de 1972, después del terremoto de Managua, Roberto Clemente —la estrella puertorriqueña del béisbol— se subió a un avión sobrecargado que llevaba ayuda para la gente de Nicaragua. Era la noche de Año Nuevo. El avión cayó al mar poco después de despegar de Puerto Rico, y su cuerpo nunca fue encontrado. Nadie lo obligó a subir; él subió. Si un hombre pudo arriesgarlo todo por gente que ni conocía, mira lo que hizo el Buen Pastor: nadie le quitó la vida; Él la puso por ti.

**Principio de liderazgo: quien sabe que su valor está seguro en Cristo puede servir sin manipular, decidir sin desesperación y perseverar sin vender su alma. Juan 10:28 no promete que nadie tocará nuestras circunstancias; promete que nadie podrá arrebatarnos de la mano de Cristo.**

**La cruz dice que eres amado; la resurrección dice que tu historia todavía puede levantarse.**

### A. Tu valor lo decidió la cruz; tu futuro lo sostiene su mano

Nadie puede cambiar el precio que Cristo pagó por ti. Tu valor no depende del aplauso, del dinero ni de tu peor día. Y porque nadie te arrebata de su mano, puedes levantarte y vivir con valentía.

**Preguntas para reflexionar y compartir**

1. *¿En qué cosa frágil he colocado mi valor: el aplauso, el dinero, una relación?*
2. *Si de verdad creo que estoy en su mano, ¿qué paso valiente puedo dar ahora?*

### CONCLUSIÓN

Tal vez sobrevivir fue tu gran victoria de ayer. Pero hoy Jesús te llama a algo más. El ladrón quiso reducir tus sueños; el Pastor todavía pronuncia tu nombre. La vergüenza quiso encerrarte; Cristo abrió la puerta. No tienes que resolver toda tu vida esta semana: responde a la voz correcta y da el siguiente paso.

**VERSÍCULO PARA MEMORIZAR:** *"El ladrón no viene sino para robar, matar y destruir. Yo he venido para que tengan vida, y para que la tengan en abundancia." (Juan 10:10, RVA-2015)*

**TAREA DE LA SEMANA:** Escribe una frase que te ha reducido y, debajo, una verdad bíblica. Léela cada mañana durante siete días. Escoge también una capacidad y practícala veinte minutos al día.

**Frase para repetir: "Estoy en su mano. Escucho su voz. Doy el siguiente paso."**

### ACTIVIDAD DEL GRUPO (10 minutos) — "Etiqueta vieja, nombre nuevo"

Cada persona escribe en un papelito, sin firmarlo, una etiqueta que ha cargado. Se doblan y se ponen en el centro. De pie en círculo, cada quien dice: "Mi nombre es _____. En Cristo soy conocido, amado y llamado a desarrollar _____" (una fortaleza concreta). Para cerrar, repitan juntos Juan 10:10 tres veces —leyendo, a la mitad y de memoria— y cada quien rompe su papel.

**DESAFÍO DE LA SEMANA:** Practica veinte minutos diarios la capacidad que escogiste y cuéntale tu próximo paso a una persona sabia y confiable. El viernes usa una fortaleza para servir a alguien sin esperar reconocimiento.

**ORACIÓN FINAL:** *"Buen Pastor, gracias porque nos conoces por nombre. Sana lo que el dolor redujo en nosotros y danos discernimiento para rechazar las voces que achican la vida. Despierta los dones que pusiste en cada uno y enséñanos a desarrollarlos con disciplina y humildad. Guárdanos en tu mano. En el nombre de Jesús, amén."*

**INVITA:** ¿Conoces a alguien que vive con la batería en rojo? Invítalo esta semana. Aquí hay lugar para comenzar de nuevo.

### PLAN DEVOCIONAL DE LA SEMANA

**Lunes · Juan 10:1–10 —** *Reconozco qué voces han reducido mi vida.*

**Martes · Juan 21:15–17 —** *Jesús restaura a Pedro y le devuelve su llamado.*

**Miércoles · Génesis 39 —** *Dios está conmigo aun en la temporada escondida.*

**Jueves · Juan 10:11–18 —** *Nadie le quitó la vida: Él la puso por mí.*

**Viernes · Juan 10:27–29 —** *Nadie me arrebata de su mano.*

### MI COMPROMISO DE LA SEMANA

La frase que hoy dejo de repetir:

_____

La capacidad que voy a practicar veinte minutos al día (cuándo y dónde):

**PARA EL LÍDER:** Esta lección toca pérdida, cansancio y fracaso. Si alguien menciona depresión, un duelo profundo o días en que no quiere seguir, no lo resuelvas en el grupo: escucha, ora, y búscalo después en privado para acompañarlo y conectarlo con ayuda profesional. Vida abundante no quiere decir vida sin problemas: no prometas dinero, salud perfecta ni soluciones rápidas.

### NOTAS DEL GRUPO

_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____

*Con fe en Dios, las cosas son mejores.*

**FN**

**Iglesia Esmirna**
533 W Vernon Ave. Los Angeles, CA 90037 | (323) 841.3341
**Franklin Nunez, MASL**
*Life & Leadership Coach (Entrenador de Vida) · Director de Grupos de Amistad y Desarrollo de Liderazgo*
Phone: (626) 636.8655 · franklin.nunez111@gmail.com

*Recursos gratuitos de liderazgo, fe y crecimiento personal:*
**www.franklinnunezleadership.com**