

Experimenta hoy la paz de Dios para tu mente, enfocándote en su Palabra. “*Tú guardarás en completa paz a aquel cuyo pensamiento en ti persevera; porque en ti ha confiado*”.

Renueva tu mente y transforma tus pensamientos con la meditación en la Palabra de Dios.

NOTAS DEL MENSAJE

Predicador: _____

Texto: _____

Título: _____

No os conforméis a este siglo, sino transformaos por medio de la renovación de vuestro entendimiento, para que comprobéis cuál sea la buena voluntad de Dios, agradable y perfecta.

Romanos 12:2

La oración y la vida santa son una misma cosa. Ninguna de las dos puede sobrevivir sola. Por medio de la oración, la piedad y la santidad son refinadas y perfeccionadas.
E.M. Bounds.

COMUNICADOS

- ¿Necesitas respuestas a tus oraciones? ¡Oremos juntos los Miércoles a las 19:30, glorificaremos a Dios con ello, y Dios contestará!
- Invita a un amigo para el grupo de jóvenes los Viernes.
- Damos gracias a Dios por el muy buen culto de bautismos.

PRÓXIMAMENTE

CUMPLEAÑOS & ANIVERSARIOS

SERVICIOS PARA LA PRÓXIMA SEMANA

Guardería

Mañana: Maria José **Tarde:** Isabel

Música Especial: Hermanas de la Iglesia

Escuela Dominical (todo Marzo): Debi

Clase de niños miercoles (todo Marzo): Sara

EFESIOS 5

Sed, pues, imitadores de Dios como hijos amados. **2 Y andad en amor, como también Cristo nos amó, y se entregó a sí mismo por nosotros, ofrenda y sacrificio a Dios en olor fragante.** **3 Pero fornicación y toda inmundicia, o avaricia, ni aun se nombre entre vosotros, como conviene a santos;** **4 ni palabras deshonestas, ni necesidades, ni truhanerías, que no convienen, sino antes bien acciones de gracias.** **5 Porque sabéis esto, que ningún fornicario, o inmundo, o avaro, que es idólatra, tiene herencia en el reino de Cristo y de Dios.** **6 Nadie os engañe con palabras vanas, porque por estas cosas viene la ira de Dios sobre los hijos de desobediencia.** **7** No seáis, pues, partícipes con ellos. **8** Porque en otro tiempo erais tinieblas, mas ahora sois luz en el Señor; andad como hijos de luz **9** (porque el fruto del Espíritu es en toda bondad, justicia y verdad), **10** comprobando lo que es agradable al Señor. **11** Y no participéis en las obras infructuosas de las tinieblas, sino más bien reprendedlas; **12** porque vergonzoso es aun hablar de lo que ellos hacen en secreto. **13** Mas todas las cosas, cuando son puestas en evidencia por la luz, son hechas manifiestas; porque la luz es lo que manifiesta todo. **14** Por lo cual dice: Despiértate, tú que duermes, Y levántate de los muertos, Y te alumbrará Cristo. **15** Mirad, pues, con diligencia cómo andéis, no como necios sino como sabios, **16** aprovechando bien el tiempo, porque los días son malos. **17** Por tanto, no seáis insensatos, sino entendidos de cuál sea la voluntad del Señor. **18** No os embriaguéis

con vino, en lo cual hay disolución; antes bien sed llenos del Espíritu, **19** hablando entre vosotros con salmos, con himnos y cánticos espirituales, cantando y alabando al Señor en vuestros corazones; **20** dando siempre gracias por todo al Dios y Padre, en el nombre de nuestro Señor Jesucristo. **21** Someteos unos a otros en el temor de Dios. **22** Las casadas estén sujetas a sus propios maridos, como al Señor; **23** porque el marido es cabeza de la mujer, así como Cristo es cabeza de la iglesia, la cual es su cuerpo, y él es su Salvador. **24** Así que, como la iglesia está sujeta a Cristo, así también las casadas lo estén a sus maridos en todo. **25** Maridos, amad a vuestras mujeres, así como Cristo amó a la iglesia, y se entregó a sí mismo por ella, **26** para santificarla, habiéndola purificado en el lavamiento del agua por la palabra, **27** a fin de presentársela a sí mismo, una iglesia gloriosa, que no tuviese mancha ni arruga ni cosa semejante, sino que fuese santa y sin mancha. **28** Así también los maridos deben amar a sus mujeres como a sus mismos cuerpos. El que ama a su mujer, a sí mismo se ama. **29** Porque nadie aborreció jamás a su propia carne, sino que la sustenta y la cuida, como también Cristo a la iglesia, **30** porque somos miembros de su cuerpo, de su carne y de sus huesos. **31** Por esto dejará el hombre a su padre y a su madre, y se unirá a su mujer, y los dos serán una sola carne. **32** Grande es este misterio; mas yo digo esto respecto de Cristo y de la iglesia. **33** Por lo demás, cada uno de vosotros ame también a su mujer como a sí mismo; y la mujer respete a su marido.

Transformando Nuestros Pensamientos

Por el Dr. Paul Chappell

“No os conforméis a este siglo, sino transformaos por medio de la renovación de vuestro entendimiento, para que comprobéis cuál sea la buena voluntad de Dios, agradable y perfecta”. (Romanos 12:2)

Nuestras mentes se llenan constantemente con pensamientos, y estos pensamientos crean varios tipos de respuestas emocionales y físicas. Un doctor compartió conmigo una vez lo siguiente:

Las personas que he encontrado más enfermas son las que estaban enfermas, no sólo de sus cuerpos, sino también de sus emociones; eran las que albergaban a largo plazo el resentimiento, la amargura, la ira y el odio incluso en contra de otra persona, en contra de Dios, o contra sí mismos ... He encontrado que los niveles de estrés cambian drásticamente cuando un paciente cambia sus percepciones.

Los estudios demuestran que cambiar la forma de pensar es la mejor cura para el estrés. Y la mejor manera de cambiar la forma de pensar es en la meditación de la Palabra de Dios. La Biblia va a cambiar nuestro enfoque de adentro hacia afuera y nos ayudará a evitar el tipo de pensamiento que nos hace sentir estresado y abrumado.

Cuando nos sentimos agobiados con las preocupaciones de la vida, Cristo nos invita a confiarle nuestras preocupaciones: *“echando toda vuestra ansiedad sobre él, porque él tiene cuidado de vosotros”* (1 Pedro 5:7)

Permítele a Dios que comience a transformar y renovar tu mente hoy pasando tiempo en Su Palabra. Lee a diario y medita en sus verdades durante el día. Permíte a Dios que transforme y renueve tu mente, que cambie tus pensamientos de negativo a positivo, que te anime con sus promesas y que alivie tus ansiedades.