

365 amigos

Devoción Matutina 2026

Prólogo

En la búsqueda diaria de un propósito y un significado más profundo, 365 amigos nace de un anhelo compartido: encontrar un espacio para la reflexión y la conexión con la Palabra de Dios. Este devocional matutino no es un simple compendio de textos, sino un encuentro personal con 365 mentes y corazones dedicados a la fe. Cada meditación es el fruto de un pensamiento cristiano, cuidadosamente expresado por alguien que ha caminado y camina en la misma jornada de vida. Su propósito es ser una guía, un compañero fiel en tu camino espiritual, ofreciendo una perspectiva fresca cada día del año. Te invitamos a meditar, a reflexionar y a encontrar en cada palabra un eco de la verdad que transforma. Que este libro sea para ti, más que una lectura, una conversación íntima con Dios a través de las reflexiones de amigos que, sin conocerte, te abren su corazón en fe.

Índice

- Mayo 1 : El Síndrome de Eutico - Parte 1
- Mayo 2 : El Síndrome de Eutico - Parte 2
- Mayo 3 : Sueño roto vs esperanza cumplida.
- Mayo 4 : De la Grana a la Nieve: Una Historia de Transformación
- Mayo 5 : Dios tiene el control
- Mayo 6 : ¿Buscas el éxito?
- Mayo 7 : El Mesías no reconocido
- Mayo 8 : Reposo Divino
- Mayo 9 : La bendición de soltar
- Mayo 10 : El llamado de Dios en medio del dolor
- Mayo 11 : Entre la Sanidad y la Oscuridad. Parte 1
- Mayo 12 : Entre la Sanidad y la Oscuridad. Parte 2
- Mayo 13 : El tiempo de Dios
- Mayo 14 : Aprender a amar como Dios
- Mayo 15 : Nuestra redención muy cerca está!
- Mayo 16 : ¡Dios siempre cumple!
- Mayo 17 : Crecer en la fe a través de la dependencia diaria
- Mayo 18 : Amigos por siempre
- Mayo 19 : La fe crece cuando obedecemos aunque no entendamos
- Mayo 20 : Oración constante: el oxígeno de la fe

Mayo 21 : Firme en la fe, esperando al Señor

Mayo 22 : Cuando Dios es el centro. El amor vence todo.

Mayo 23 : La prueba fortalece una fe auténtica

Mayo 24 : Alimentar la mente con la Palabra fortalece la fe

Mayo 25 : Una canasta misionera, un mensaje de esperanza

Mayo 26 : ¡Pereza OUT, Dios IN!

Mayo 27 : Siete balas fallidas

Mayo 28 : La mayor barrabasada de la historia (y seguimos repitiéndola)

Mayo 29 : Dios cuida de ti

Mayo 30 : Servir a otros fortalece nuestra confianza en Dios

Mayo 31 : Bástate mi Gracia

El Síndrome de Eutico - Parte 1

Viernes, 1 de Mayo de 2026

Y un joven llamado Eutico, que estaba sentado en la ventana, rendido de un sueño profundo, por cuanto Pablo disertaba largamente, vencido del sueño cayó del tercer piso abajo, y fue levantado muerto.

Hechos 20:9

Cuando hablamos del síndrome de Eutico, no nos referimos a una enfermedad médica, sino a una condición espiritual que toma su nombre de un personaje bíblico. Su origen se encuentra en el relato de Hechos 20:7-12, donde se menciona a un joven llamado Eutico.

El nombre Eutico proviene del griego Eutychos y significa «afortunado» o «bienaventurado». Esto ya nos dice mucho, porque Eutico no era alguien alejado de la fe; al contrario, se encontraba en el lugar correcto, escuchando a un gran maestro en un momento espiritualmente privilegiado. Sin embargo, aun con todo eso a su favor, terminó cayendo.

Por eso, cuando hablamos del síndrome de Eutico, hacemos referencia a esa paradoja espiritual: personas que tienen acceso a la Palabra, a la comunidad y a la presencia de Dios, pero que, poco a poco, se van adormeciendo por dentro.

Este síndrome no habla de rebeldía abierta, sino de desgaste interno. No describe a alguien que se aparta de la fe, sino a alguien que permanece cerca, pero ya no está completamente despierto. Es el peligro de acostumbrarse a lo sagrado, de estar presente sin estar atento, de escuchar sin dejarse transformar.

En la segunda parte, veremos con claridad los tres síntomas principales de este síndrome: señales prácticas que nos ayudan a identificar si estamos viviendo sentados en la ventana y no plenamente despiertos en nuestra fe.

Porque reconocer el cansancio, la distracción o la tibieza no es un fracaso espiritual, sino el primer paso para bajar de la ventana y volver a vivir la fe con intención y profundidad.

Autor: Katherine Ruiz - Ecuador

El Síndrome de Eutico - Parte 2

Sábado, 2 de Mayo de 2026

Entonces descendió Pablo y se echó sobre él, y abrazándolo, dijo: No os alarméis, pues está vivo.

Hechos 20:10

En Hechos leemos que Eutico estaba sentado en una ventana escuchando a Pablo, pero el sueño lo venció y cayó. Esto no es solo un accidente físico; es una imagen espiritual que nos muestra un síndrome que muchos cristianos pueden experimentar hoy.

El síndrome de Eutico presenta, al menos, tres síntomas claros:

1. Presencia sin atención espiritual.

Eutico estaba en la reunión, escuchando la predicación, pero su interior no estaba completamente despierto. Esto nos sucede cuando oímos la Palabra sin permitir que nos confronte, cuando asistimos por costumbre y no por hambre espiritual. No es que Dios no hable; es que el corazón está distraído. La mente está ocupada, el alma saturada y la Palabra deja de ser alimento para convertirse en ruido de fondo.

2. Permanecer en la ventana: una fe dividida.

La ventana es un lugar peligroso porque no es firme ni seguro. Eutico no estaba fuera, pero tampoco estaba completamente dentro. Queremos a Dios, pero sin renunciar a ciertas comodidades, hábitos o decisiones que sabemos que no edifican. Es una vida cristiana negociada, sin un compromiso profundo.

3. Cansancio del alma no atendido.

El texto dice que el sueño lo venció. Eutico no cayó por rebeldía; cayó por agotamiento. Muchos cristianos hoy no están en pecado, sino cansados: cansados de luchar, de esperar, de servir sin ser fortalecidos en lo secreto. Cuando el alma no descansa en Dios, el cuerpo sigue, pero el espíritu se debilita.

Hoy el llamado es claro: Despierta. Baja de la ventana. Atiende tu alma. Porque Dios no solo quiere que estés en el lugar correcto, quiere que estés vivo.

Autor: Katherine Ruiz - Ecuador

Sueño roto vs esperanza cumplida.

Domingo, 3 de Mayo de 2026

Si Jehová no edificare la casa, en vano trabajan los que la edifican; si Jehová no guardare la ciudad, en vano vigila el centinela.

Salmo 127:1

El Titanic fue llamado el "barco insumergible" ?un símbolo de la grandeza humana, la tecnología y la confianza en el hombre. Se construyó con los mejores materiales de su época, contaba con un equipo experto y prometía llevar a sus pasajeros hacia un futuro brillante. Pero cuando se enfrentó a un iceberg, se hundió rápidamente, demostrando que ninguna obra humana es realmente invulnerable.

En contraste, el arca de Noé fue construida por un solo hombre, siguiendo las instrucciones de Dios, en medio de un mundo que se burlaba de él. Parecía extraño e innecesario para muchos, pero fue diseñada no por la sabiduría humana, sino por el plan divino. Cuando llegó el diluvio que cubrió toda la tierra, el arca resistió y protegió a quienes habían puesto su fe en Dios.

Hoy en día, muchos confiamos en nuestras propias capacidades, en las estructuras que hemos construido ?nuestras carreras, riquezas, ideologías? como si fueran nuestros propios "Titanics" insumergibles. Pero cuando llegan los "icebergs" de la vida ?enfermedades, pérdidas, crisis? nos damos cuenta de que no podemos depender de ellas.

El arca de Dios representa lo que Él nos ofrece: seguridad en su plan, protección en medio de la tormenta y esperanza para el futuro. La pregunta es: ¿confiamos en nuestras propias construcciones, o nos subimos al arca que Dios ha preparado para nosotros?

No construyamos nuestras vidas como un Titanic que cree ser insumergible. Confitemos en el arca de Dios que fue hecha para resistir cualquier tormenta.

Autor: Christian Zambrano Funes - Ecuador

De la Grana a la Nieve: Una Historia de Transformación

Lunes, 4 de Mayo de 2026

Venid luego, dice Jehová, y estemos a cuenta: si vuestros pecados fueren como la grana, como la nieve serán emblanquecidos; si fueren rojos como el carmesí, vendrán a ser como blanca lana.

Isaías 1:18

La travesía académica está llena de desafíos. Hoy quiero compartir cómo Dios escribió una historia de provisión en medio de mis limitaciones. Por circunstancias diversas, inicié con estudios técnicos. Aunque no era mi sueño inicial, se convirtió en mi realidad disponible; allí aprendí que Dios no necesita condiciones perfectas, sino corazones dispuestos. Las restricciones económicas estuvieron presentes cada semestre, pero la respuesta llegaba de formas inesperadas: becas por mérito académico, trabajos que se ajustaban milagrosamente a mi horario y personas que aparecían justo a tiempo.

Mi formación académica progresó hasta alcanzar el grado de doctora. Dios me enseñó que Él no solo abre puertas; a veces, construye puertas donde solo había paredes. Dios provió cada semestre. La aparente incertidumbre desarrolló mi fe de una manera que no habría logrado si todo hubiera llegado de golpe. Cada provisión a tiempo decía: «Confía en mí para el siguiente paso».

Hoy solo siento gratitud, porque mis limitaciones fueron el contexto donde Dios se reveló como aquel Dios que provee. Isaías 1:18 habla del carácter transformador de Dios. Él emblanqueció mi «grana» de limitaciones en «nieve» de suficiencia.

Si hoy te encuentras en tu «grana» de limitaciones, recuerda: Dios se especializa en transformaciones completas. Empieza donde estás, sé excelente en lo poco y confía en Él en cada paso.

Tu "grana" de hoy será tu "nieve" de mañana. Confía en el Dios que transforma. Él quiere transformar tu historia. Y tú, ¿estás listo para comenzar donde estás?

Autor: Dany Yudet Millones Liza - Perú

Dios tiene el control

Martes, 5 de Mayo de 2026

*No temas, porque yo estoy contigo; no desmayes, porque yo soy tu Dios que te esfuerzo;
siempre te ayudaré, siempre te sustentaré con la diestra de mi justicia.*

Isaías 41:10

Vivimos en un mundo lleno de caos: enfermedades, guerras, pérdidas e incertidumbre. A veces pareciera que todo está fuera de control, pero hoy Dios quiere recordarte algo: Él sigue en su trono y sigue teniendo el control, incluso cuando tú sientes que lo has perdido.

1. Dios tiene el control de las circunstancias (Romanos 8:28). A veces las cosas no salen como esperábamos: una enfermedad, una pérdida, una traición; pero Dios ve más allá. Lo que ahora parece doloroso, Dios lo usa para tu bien eterno. No necesitas entenderlo todo, solo confiar en que Dios lo controla todo.

2. Dios tiene el control de tu vida (Salmo 139:16). Dios no improvisa contigo; aun tus errores no sorprenden a Dios. Él tiene un plan de redención para ti. Nada escapa de su supervisión, ni tus lágrimas, ni tus silencios. Aun cuando no ves la salida, Dios ya ha trazado el camino. Descansa en Él.

3. Dios tiene el control del futuro (Jeremías 29:11). No sabemos qué traerá el mañana, pero sabemos quién lo tiene en sus manos. Cristo prometió volver y, no importa cuán oscura sea la noche, el amanecer llegará. No pongas tu fe en ti o en los demás, sino en el Dios que ya venció al mundo.

Hoy puedes empezar tu día tranquilo y caminar con esperanza porque Dios tiene el control.

Dios tiene el control del pasado (Él lo perdona).

Dios tiene el control del presente (Él lo sostiene).

Dios tiene el control del futuro. (Él lo asegura).

Confía en Él.

Autor: Jesús Salazar Parraga - Ecuador

¿Buscas el éxito?

Miércoles, 6 de Mayo de 2026

"Nunca se aparte de tu boca este libro de la ley... Solamente entonces prosperarás y te irá bien en todo lo que hagas"

Josué 1:8

Si estás leyendo esta meditación, estoy seguro de que intentas construir una bella relación con Dios o, a su vez, fortalecerla. Asimismo, seas joven o adulto, estoy seguro de que también intentas construir un futuro, el cual incluye: estudios, un buen o mejor trabajo, una casa nueva, una excelente pareja, viajes por el mundo, hijos triunfadores e incluso, no sé, convertirte en guía mayor, líder JA o en un reconocido líder de la iglesia. Los límites los determinas tú.

Pero, si te preguntara en unos años: ¿Cuáles de los objetivos mencionados u otros más bastarían para decir que tuviste éxito en tu vida? O te hago una mejor: ¿Qué es el éxito para ti? El texto de hoy nos dice que Josué iba a prosperar y todo le iría bien si él obedecía las disposiciones divinas. En otras palabras, Josué tendría una vida exitosa.

Y sí, a pesar de las recias batallas, Josué prosperó. No sabemos con certeza si formó una familia, pero sí heredó una ciudad, Timnat Sera, la cual reedificó y habitó; vivió 110 años en buena vejez y en presencia del Señor.

Pero, ¿qué hay de los otros personajes bíblicos? ¿Qué hay de Pablo, de Moisés, qué hay de Jesús? No se registra que hayan gozado de un bien a su nombre, una hermosa casa, viajes o dinero. Piensa en sus vidas. Entonces, ¿no tuvieron éxito?

Si bien hay héroes de la fe que fueron ricos. El verdadero éxito no se mide en cuántos títulos o bienes conseguimos, sino en gozar de la dulce compañía de Dios.

¿Deseas tener éxito? Asegúrate que Dios guíe cada paso que das, cada decisión que tomes, cada día que te regala. No hay mayor éxito que tener a Cristo en tu corazón, y poder sentirlo a tu lado siempre

Autor: Moises Minta - Ecuador

El Mesías no reconocido

Jueves, 7 de Mayo de 2026

Puestos los ojos en Jesús, el autor y consumidor de la fe.

Hebreos 12:2

Desde adolescente, sentí una profunda fascinación por la historia. Estudiarla podía transportarme a otra época y mostrarme cuán distinta podía ser la sociedad del mundo que yo conocía. A finales de los años noventa, en plena búsqueda de identidad, escuché por primera vez un término que me marcaría: Holocausto nazi. Cada palabra me era familiar por separado, pero juntas me llevaron a investigar, con los limitados recursos de un niño de doce años, un hecho que superaba toda comprensión de la maldad humana.

Descubrir la magnitud de la Shoá quebró algo en mí: intentar dimensionar seis millones de vidas perdidas, campos de exterminio, hornos crematorios, etc. Me surgió una pregunta que me acompañó durante años: ¿Por qué, si eran el pueblo de Dios, tuvieron que sufrir tanto?

En 2024 visité Auschwitz. Estar allí permitió comprender de cerca un dolor que aún marca a un pueblo entero. Tanto sobrevivientes como visitantes hablaban de la esperanza en un Mesías que aún esperan, del cual hablan las Escrituras, pero que no reconocen en Jesús.

Cracovia, la ciudad más cercana a Auschwitz y que en el pasado tuvo una de las mayores concentraciones judías de Europa del Este, hoy muestra sinagogas vacías y ruinas silenciosas. Conocían la Ley, tuvieron a los profetas y fueron el pueblo escogido por Dios, pero su religiosidad les impidió reconocer al Mesías cuando vino.

Hoy es un pueblo que sigue lamentándose en un muro en medio de la guerra.

Hoy nos llamamos el Israel espiritual. Si la tradición o la religiosidad nos ciegan y nos apartan de Jesús, perdemos la esperanza verdadera. Que Dios nos ayude a mantener la mirada clara y fiel en Él.

Autor: Xavier Yanayaco Pallares - Ecuador

Reposo Divino

Viernes, 8 de Mayo de 2026

Espacio de tiempo para REPOSAR de la obra DIVINA realizada en la Creación

Génesis 2:2

El reposo divino no es solo una pausa en la semana, es una invitación profunda a reconectar con nuestro Creador. Desde el principio, Dios estableció un tiempo especial para detenernos, no porque Él lo necesite, sino porque nosotros sí. En medio de una vida acelerada, el corazón se cansa, la mente se dispersa y el alma pierde dirección. Por eso, el descanso que viene de Dios no es solo físico, es espiritual.

Cuando apartamos tiempo para Él, recordamos quién es Dios y quiénes somos nosotros. Reconocemos que no todo depende de nuestro esfuerzo, sino de su provisión y cuidado. Ese momento sagrado nos enseña a confiar, a soltar cargas y a renovar fuerzas. No se trata solo de dejar de hacer, sino de aprender a estar: en su presencia, en comunión, en paz.

El reposo también nos recuerda que fuimos creados con propósito. No vivimos solo para producir o resolver problemas, sino para relacionarnos con Dios y reflejar su carácter. En ese espacio de intimidad, nuestra fe se fortalece, nuestra mente se aclara y nuestro corazón encuentra dirección.

Además, este descanso apunta a algo mayor: una esperanza eterna. Nos recuerda que esta vida es temporal y que hay una promesa futura donde todo será restaurado. Por eso, cultivar momentos con Dios hoy no es solo una práctica, es una preparación para la eternidad.

Haz del reposo un encuentro real con Dios, y descubrirás que en su presencia hay plenitud, renovación y propósito.

Si esto es obra de Dios, prosperará.

Autor: Pedro Orellana Moyano - Ecuador

La bendición de soltar

Sábado, 9 de Mayo de 2026

Y aconteció que cuando los sacaron fuera, dijo uno: Escapa por tu vida; no mires atrás, ni te detengas en toda esta llanura; escapa al monte, para que no perezcas.

Génesis 19:17

La historia de la esposa de Lot nos muestra algo más profundo que una simple desobediencia. Dios había dado una instrucción clara: no mirar atrás, porque ese acto representaba el apego a lo que debía quedar atrás. Sin embargo, ella miró. ¿Por qué, alguien miraría atrás sabiendo el riesgo? Aquí es donde entendemos una verdad poderosa.

Muchas veces no nos aferramos porque algo sea bueno, sino porque hemos aprendido a justificarlo. La psicología llama a esto disonancia cognitiva: cuando algo nos hace daño, pero no queremos dejarlo, nuestra mente lo suaviza.

La esposa de Lot no veía solo una ciudad, veía recuerdos, comodidad y una vida conocida. Y eso mismo nos pasa. Nos aferramos a personas, hábitos o etapas no por lo que son, sino por lo que nos hicieron sentir: satisfacción, costumbre o miedo a no encontrar algo mejor. Entonces justificamos: "no es tan grave", "puede cambiar", "yo puedo manejarlo".

A veces no soltamos porque eso nos dio momentos de felicidad, nos hizo sentir bien o se volvió costumbre. Incluso hay pecados que seguimos practicando porque nos dan placer o comodidad, aunque sabemos que nos alejan de Dios. Nos acostumbramos tanto que creemos que sin eso no estaremos bien. Pero aferrarnos por miedo o costumbre solo retrasa lo nuevo que Dios ya preparó para nosotros.

Al final, Lot soltó la ciudad y todo lo que significaba para no ser destruido junto con ella, y esa es la bendición de soltar.

Si Dios ya te mostró qué soltar, ¿qué estás reteniendo hoy que te aleja de lo que Él tiene para ti mañana?

Autor: Anthony Merchán - Ecuador

El llamado de Dios en medio del dolor

Domingo, 10 de Mayo de 2026

Cuando pases por las aguas, yo estaré contigo; y si por los ríos, no te anegarán. Cuando pases por el fuego, no te quemarás, ni la llama arderá en ti.

Isaías 43:2

Cuando cuento esta historia, a veces las lágrimas regresan a mis ojos. Han pasado años, pero aún recuerdo aquellos días de mi infancia cuando asistía a la iglesia junto a mis hermanas. Tenía nueve años cuando decidí bautizarme, pero al cumplir los once comenzamos a alejarnos de la congregación.

No recuerdo exactamente cómo sucedió; simplemente, un día dejamos de ir. La vida continuaba y todo parecía estar bien, hasta que mi madre perdió su trabajo y, pocos días después, enfermó gravemente. Yo era solo una niña y no entendía lo que pasaba. Recuerdo que ella pidió que la lleváramos al hospital y, al despedirse, dijo que quizá no regresaría.

Dios tuvo misericordia y ella volvió con vida, aunque con mucho dolor y un largo proceso de recuperación. En medio de esa prueba, una amiga muy querida nos visitó e invitó nuevamente a la iglesia. Al ver a mi madre al borde de la muerte, entendí la fragilidad de la vida y supe que debía regresar a Dios. En ese momento no comprendía la enfermedad de mi madre, pero hoy agradezco a Dios por esa prueba, porque quizá nunca habría vuelto a sus caminos.

Han pasado 17 años y sigo firme en la fe. Dios ha bendecido a mi familia y mi madre sigue a mi lado. Al mirarla, sé que Dios la usó para llamarme nuevamente. Fue una prueba difícil, pero necesaria. Queridos amigos, no sé qué prueba estén viviendo hoy, pero Dios permite las pruebas para que nos aferremos más a Él. Dios nos llama en medio del dolor.

Aun en medio del dolor, Dios nos busca con amor infinito y nos llama suavemente a regresar, confiados, a los brazos que nunca dejaron de esperarnos.

Autor: Adriana Paredes - Ecuador

Entre la Sanidad y la Oscuridad. Parte 1

Lunes, 11 de Mayo de 2026

Muchas son las aflicciones del justo, pero de todas ellas le librará Jehová.

Salmos 34:19

Queridos amigos, hoy voy a redactar algo que viví con mi familia, algo que viví en el 2020. El 15 de marzo, mi familia y yo comenzamos a vivir una historia muy espectacular, se podría decir, a pesar de que mi esposa y mi hijo cayeron con el COVID en esa fecha, en ese año. Dios pudo levantar a mi familia, pudo ayudarnos a salir de esa enfermedad que era mortífera;

Pero tenemos un Dios maravilloso. Recuerdo que invité al pastor Marco Pillajo, un pastor excelente y espectacular. Él ungió a mi esposa, habló con ella y con mi hijo. Pocos meses después, mi hijo se restauró y mi esposa se levantó.

En 2021, ella de nuevo cayó con el COVID, esta vez ella sola. Seguíamos así, en la lucha. ¡Imagínese usted cómo podría levantarse si no tuviera un Dios maravilloso, si no existiera! Pero doy gracias a Dios porque, a través de Él, mi esposa pudo restaurarse del COVID.

Pero lo qué sucedió después, fue tremendo: cayó en una depresión mortífera, algo que no le deseo a ningún ser humano. Pero algo espectacular es que, a través de esas enfermedades, pude darle gracias a Dios, pude afirmarme más a Jesús, pude buscarlo más, pude comprometerme más con el evangelio de Cristo, pude predicar a más personas, pude evangelizar, pude decirles que hay un Dios de amor, un Dios de paz, un Dios que quiere sanidad en los cuerpos. Sin embargo, mi esposa estaba viviendo una terrible enfermedad.

No fue fácil, pero estábamos convencidos de que Dios aún estaba con nosotros, en esos momentos difíciles. CONTINUARÁ

Autor: Víctor Sojo - Ecuador

Entre la Sanidad y la Oscuridad. Parte 2

Martes, 12 de Mayo de 2026

Muchas son las aflicciones del justo, pero de todas ellas le librar  Jehová

Salmos 34:19

Pero después de vivir esa terrible enfermedad, no se imaginan, amigos, qué sucedió. Fue muy complicado, muy doloroso y muy difícil lo que viví en esa época.

Pero aun así, sigo dando gracias a Dios porque es el único que puede ayudarme, el único que restauró a mi esposa. Después de todas esas enfermedades, ella vivió una terrible enfermedad actual, como se conoce, el lupus eritematoso.

Pero gracias a Dios, mi esposa est  estable, est  espectacular. Sigue haciendo sus cosas, sigue predicando el Evangelio de Jesús y es un testimonio en mi iglesia, en mi caminar diario. Es quien me inspira a predicar del amor de Jesús.

Queridos amigos,  saben que hay en la palabra de Dios un texto espectacular que se encuentra en el libro de Filipenses 4:13? El texto dice: «Todo lo puedo en Cristo que me fortalece». A través de ese texto, pude avanzar, pude fortalecerme, pude buscar más a Dios y pude predicar el evangelio. Y aunque no lo crean, pude ver cosas que el ser humano sin Dios no puede ver. Doy muchas gracias a Dios por la vida, por el amor que tiene para mí y mi familia.

Queridos amigos, es un relato, una vida y una historia increíble la que viví.  Saben por qué digo que la viví? Porque aunque yo no estaba enfermo, aunque no me dolía, aunque no tomaba medicina, aunque no iba al médico, sino mi esposa, yo deseaba poder ir en lugar de ella. Pero Dios lo permitió así, para fortalecerme también.

Querido amigo, aunque est s enfermo aunque est s endeudado, aunque est s en desgracia, si tienes a Dios en tu corazón lo tienes todo y Dios lo soluciona todo.

Autor: Víctor Sojo - Ecuador

El tiempo de Dios

Miércoles, 13 de Mayo de 2026

Sabemos que a los que aman a Dios todas las cosas le ayudan a bien, los que conforme a sus propósitos son llamados.

Romanos 8:28

Hace años comencé a visitar la Iglesia Adventista. Mi camino no fue fácil, pero hoy sé que Dios guió cada paso. En noveno grado me trasladé a una escuela cerca del trabajo de mamá. Mi padre estaba en el extranjero y mi hermano era atleta, así que pasábamos mucho tiempo solas. Allí conocí a un amigo adventista, paciente como un elefante, que siempre me invitaba a los cultos. Yo me negaba, pero las cosas cambiarían.

A la clase de mi mamá llegó una joven adventista que, junto a mi amigo, no callaba su fe. Ella comenzó a estudiar la Biblia con mi mamá, y vi cómo Jesús transformaba su vida. Mi madre empezó a asistir a la iglesia, pero el diablo no descansaba. Yo insistía en hacer tareas los sábados, sin saber que Dios no me dejaría escapar. Esto causaba discusiones, pero mis amigos y mi mamá nunca dejaron de orar por mí.

Un sábado fui a la escuela pero no había clases. Al revisar mi mochila, noté que no tenía las llaves y fui a la iglesia a buscar a mi mamá. Ella solía llegar temprano a orar, pero ese día, cerca de las 10:00 a.m., yo seguía sentada en las escaleras del templo, esperando. Años después supe que mi amigo había orado esa mañana pidiendo una bendición, aferrándose a Proverbios 10:22: «La bendición de Jehová es la que enriquece, y no añade tristeza con ella».

Su oración fue contestada en esas escaleras. Allí estaba yo, esperando a Jesús sin saberlo. Ese día entré por primera vez y sentí la paz de Dios en mi vida.

Dios tenía un propósito y un tiempo para mí como mismo lo tiene para ti hoy. No te desanimes. Jesús está tocando la puerta de tu corazón, permítele entrar para que veas sus bendiciones en tu vida.

Autor: Zoily Elena Aguilera Borges - Ecuador

Aprender a amar como Dios

Jueves, 14 de Mayo de 2026

Jehová se manifestó a mí hace ya mucho tiempo, diciendo: Con amor eterno te he amado; por tanto, te prolongué mi misericordia.

Jeremías 31:3

Chester fue el último perro que tuve hace poco. Solo vivió 4 meses y quizás no lo supo, pero me dejó una gran lección. Cada vez que Chester hacía sus travesuras dentro de casa y tocaba limpiar su desastre, yo meditaba: «Cuando tenga un hijo, tendré que ser tolerante porque también tendré que atenderle y, en resumen, limpiar sus desastres con amor».

Antes de que Chester se fuera, supimos que mi esposa estaba esperando un bebé. Era un milagro; nos había costado tanto tiempo que ocurriera, que llegué a pensar que Dios no quería que tuviéramos un hijo porque, tal vez, yo sería una mala persona. Pero Dios nos bendijo.

Yo, como la mayoría de los padres, quería que ese ser humano fuera varón; se llamaría Manasés. Pero Dios tenía otros planes. Finalmente, la ecografía reveló que sería una niña. No niego que quizá sentí un poco de tristeza, pues quería un niño, pero sabía que, a pesar de eso, mi amor por esa bebé seguiría intacto.

Antes de que Abigail naciera, un gran amigo me dijo: «Tener una niña es otro nivel». Y cuando esa niña llegó, pude comprobar que, efectivamente, para un hombre tener una niña es realmente de otro mundo: es tener el amor más puro y sincero que un hombre puede experimentar; es tener una mujer que te ama incondicionalmente, sin reservas, hagas lo que hagas.

Hoy mi niña cumple 4 años. Y puedo ver que, a través de ella, Dios me enseñó el verdadero amor; con el amor de mi hija, Dios me dijo: «Así te amo yo».

Dios dice: si vosotros siendo malos sabéis dar buenas dádivas a vuestros hijos, cuánto más vuestro padre, OS dará lo que le pidan. Puedes estar completamente seguro de que Dios te ama profundamente.

Autor: Luis Alberto Vélez - Ecuador

Nuestra redención muy cerca está!

Viernes, 15 de Mayo de 2026

Y arrojó a Faraón y a su ejército en el Mar Rojo, Porque para siempre es su misericordia.

Salmos 136:15

Todos conocemos la historia del faraón y el pueblo de Dios. Luego de ver las maravillas de las diez plagas, el faraón tuvo miedo y dejó salir de Egipto al pueblo de Israel; pero este, en un momento dado, se arrepintió de haberlos dejado ir, reunió a su ejército y emprendió su persecución para destruirlos. Sin embargo, Dios obró y aquel nunca los alcanzó; ni siquiera tuvo contacto con ellos.

En el tiempo del fin, el faraón es símbolo de Satanás; este verá volver a Jesús en las nubes de los cielos y temerá tanto que no hará nada cuando el pueblo de Dios sea liberado de la esclavitud del pecado; no intentará nada para detener a los que salen de sus tumbas para reunirse con Jesús. Pero, después de mil años, este será liberado y reunirá a su ejército para destruir a los redimidos; mas en su intento ni siquiera llegará a alcanzar a los redimidos, es más, ni siquiera tendrá contacto con ellos

Dios obra y el enemigo es destruido por la eternidad. Dios liberó a Israel de Egipto hacia Canaán porque quería tener una conexión más íntima con su pueblo; lo mismo será cuando regrese por segunda vez: viene a buscar a su pueblo, a los que tuvieron esa conexión con Él mientras andábamos en este desierto.

Hoy aún somos esclavos y pronto llegará el día de nuestra liberación, y veremos cómo se destruye nuestro enemigo, el que antes se regocijaba sobre nosotros.

Oremos: Mi Dios en tus manos pongo mi vida, ayúdame a esperar tu pronta venida, y que mi conexión contigo sea cada día más especial. Amén.

Autor: Edgar Segura - Chile

¡Dios siempre cumple!

Sábado, 16 de Mayo de 2026

Dios mismo será tu guía, y te ayudará en todo; él jamás te abandonará. ¡Echa fuera el miedo y la cobardía!

Deuteronomio 31:8 (TLA)

El versículo de Deuteronomio 31:8 nos recuerda que Dios no solo promete estar con nosotros en los momentos fáciles, sino también en los más difíciles, cuando el camino parece incierto y el corazón se llena de dudas. Es en esos instantes donde su presencia se vuelve más real, más cercana y más necesaria.

Hace algunos años enfrenté una apendicitis que, por una mala práctica médica, terminó afectando mi nervio ciático. Fue un tiempo marcado por el dolor, la incertidumbre y muchas preguntas sin respuesta. Había días en los que levantarse era un desafío, y noches en las que el cansancio no lograba vencer la preocupación.

Hubo momentos en los que el miedo quiso dominar mi mente, susurrando pensamientos de derrota y desesperanza. Sin embargo, en medio de esa lucha, esta promesa cobró vida: Dios nunca me abandonó. Aunque la situación no se resolvió como yo esperaba y hoy vivo con esa afectación, puedo afirmar con certeza que no estoy solo. Él me sostuvo cuando sentía debilidad, me fortaleció cuando pensé que no podría continuar y me enseñó, paso a paso, a adaptarme a una nueva realidad.

Hoy comprendo que la presencia de Dios no siempre elimina la prueba, pero sí nos capacita para atravesarla con fe. Por eso, decido echar fuera el miedo y confiar, porque sé que Él sigue guiando cada paso de mi vida.

Muchas veces sentí frustración e impotencia por lo sucedido, pensé que era injusto para mí pero Dios me hizo entender que su voluntad es perfecta para mí, que esto se cumplan en ti es mi deseo.

Autor: Javier Haiman Zamora - Ecuador

Crecer en la fe a través de la dependencia diaria

Domingo, 17 de Mayo de 2026

Fíate de Jehová de todo tu corazón, y no te apoyes en tu propia prudencia. Reconócelo en todos tus caminos, y él enderezará tus veredas.

Proverbios 3:5-6

Crecer en la fe no significa simplemente creer más, sino depender más. Desde el enfoque Adventista, la fe es una relación viva y dinámica con Cristo, basada en confianza total y obediencia práctica. Se nos recuerda que la autosuficiencia es uno de los mayores obstáculos espirituales. Confiar en nuestra propia prudencia nos lleva a ansiedad, orgullo o frustración.

Desde la psicología, sabemos que el ser humano necesita un sentido de seguridad y dirección. Cuando la persona deposita su confianza en algo inestable "opiniones, emociones cambiantes o circunstancias" experimenta inseguridad crónica. Sin embargo, cuando desarrolla una confianza profunda en un principio superior y estable, como la voluntad de Dios, fortalece su resiliencia emocional.

La fe madura cuando decidimos confiar aun cuando no entendemos todo. Jesús es nuestro modelo perfecto de dependencia del Padre. Cada día buscaba dirección en oración. Así también, el crecimiento espiritual se produce cuando la oración, el estudio bíblico y la obediencia se convierten en una práctica constante.

Reconocer a Dios en todos nuestros caminos implica integrarlo en decisiones pequeñas y grandes.

Esto transforma nuestra mente, porque alinear nuestros pensamientos con la Palabra genera estabilidad emocional y propósito.

Hoy decide confiar más en Dios que en tus emociones; ora antes de actuar y comienza a formar un carácter dependiente del cielo.

Autor: David Vera - Ecuador

Amigos por siempre

Lunes, 18 de Mayo de 2026

En Dios está mi salvación y mi gloria; en Dios está mi roca fuerte, y mi refugio.

Salmo 62:7

Nunca pensé que una amistad de tantos años pudiera romperse sin una pelea, sin un adiós, sin una razón clara. Un día, simplemente, entendí algo doloroso: esa persona nunca había sido verdaderamente mi amiga. Me dolió como si hubiera perdido un hogar, porque uno se acostumbra a sostener puertas que ya nadie quiere abrir.

Pero fue en ese instante de dolor cuando, arrodillada en mi habitación, algo cambió. Me aferré a Dios y descubrí que Él es mi refugio seguro: «Dios es nuestro amparo y fortaleza, nuestro pronto auxilio en las tribulaciones» (Salmo 46:1). No le supliqué para recuperar una amistad rota, sino para restaurar mi dignidad. Con lágrimas le dije: «Señor, si Tú puedes ser mi único amigo, hazlo».

La Palabra de Dios me recordó que puedo echar todas mis cargas sobre Él (1 Pedro 5:7) y que Él me sostiene con su amor inquebrantable. En la dependencia de Dios encontré paz, no soledad.

Elena G. de White escribe: «Nuestra dependencia de Dios es absoluta, debemos poner toda nuestra alma en manos del Señor; controlar todo por Su mente y Su Espíritu» (1MCP 261.1).

Mantener la autoestima no es orgullo, sino un acto de respeto porque fuimos comprados por Cristo: «cultivar el respeto de sí mismo? no humillar demasiado ese sentido dado por el Señor? cada uno ha sido comprado con un precio».

Hoy oro para que mi valor no dependa de amistades humanas sino de mi identidad en Jesús: Solo a Ti te ruego, solo Tú eres mi refugio, mi dignidad, mi amigo eterno. Amen

Autor: Ruth Moreira - Ecuador

La fe crece cuando obedecemos aunque no entendamos

Martes, 19 de Mayo de 2026

Es, pues, la fe la certeza de lo que se espera, la convicción de lo que no se ve.

Hebreos 11:1

La fe bíblica no es optimismo vacío ni pensamiento positivo; es certeza basada en el carácter de Dios.

En la perspectiva Adventista, la fe siempre está unida a la obediencia. No es una emoción pasajera, sino una decisión fundamentada en la confianza en las promesas divinas.

Psicológicamente, el ser humano busca evidencia visible para sentirse seguro. Sin embargo, el crecimiento personal implica tolerar la incertidumbre.

Las personas emocionalmente maduras desarrollan la capacidad de actuar con propósito aun cuando no tienen todas las respuestas. La fe funciona de manera similar: nos impulsa a avanzar aunque el panorama no esté completo.

Abraham salió sin saber a dónde iba. Nosotros también somos llamados a caminar paso a paso. La obediencia fortalece las conexiones neuronales asociadas a la disciplina y la perseverancia. Cada acto de obediencia refuerza nuestra identidad espiritual.

Cuando obedecemos a Dios en lo pequeño "guardar el sábado, hablar con verdad, perdonar", nuestra fe se fortalece. La fe crece en la práctica, no en la teoría.

Obedece hoy en lo pequeño aunque no lo comprendas todo; cada paso fiel forma un carácter firme para la eternidad.

Autor: David Vera - Ecuador

Oración constante: el oxígeno de la fe

Miércoles, 20 de Mayo de 2026

Orad sin cesar.

1 Tesalonicenses 5:17

La fe se debilita cuando se desconecta de su fuente. La oración no es un ritual repetitivo, es una relación viva y constante con Dios. Desde la visión adventista, la oración mantiene abierta la comunicación con el cielo, nos alinea con la voluntad divina y dispone el corazón para recibir la guía del Espíritu Santo en cada decisión diaria.

Desde la psicología, la oración consciente actúa como un regulador emocional. Al expresar nuestras cargas a Dios, disminuye el estrés, se ordenan los pensamientos y aumenta la claridad mental. No es solo un acto espiritual, también produce efectos reales en nuestra mente: fortalece el autocontrol, la paciencia y renueva la esperanza en medio de la incertidumbre.

Jesús nos dejó el ejemplo más claro. Él oraba en momentos clave: antes de tomar decisiones importantes, en tiempos de presión y también en la calma. Esto nos enseña que la fe no crece de forma automática, sino que se fortalece cuando cultivamos intimidad con el Padre. Orar sin cesar no significa estar siempre de rodillas, sino vivir en una constante dependencia, en un diálogo interno donde Dios forma parte de cada pensamiento y acción.

Una mente conectada con el cielo desarrolla paz, y esa paz no depende de las circunstancias. Es una paz profunda que sostiene, guía y fortalece la confianza en que Dios siempre está obrando, aun cuando no lo vemos.

Aparta hoy tiempo específico para orar; convierte la oración en hábito diario y tu carácter reflejará más serenidad y confianza.

Autor: David Vera - Ecuador

Firme en la fe, esperando al Señor

Jueves, 21 de Mayo de 2026

Ninguno tenga en poco tu juventud; sino sé ejemplo de los creyentes en palabra, conducta, amor, espíritu, fe y pureza.

1 Timoteo 4:12

El apóstol Pablo anima a Timoteo, un joven líder cristiano, a no permitir que su edad sea un obstáculo para servir a Dios. Más bien, lo exhorta a vivir de tal manera que su vida sea un testimonio visible de fe, integridad y amor cristiano.

Ser un joven cristiano adventista del séptimo día es un llamado especial. En medio de un mundo acelerado, donde muchas voces intentan definir el rumbo de la vida, Dios invita al joven a vivir con propósito, esperanza y fidelidad.

Guardar el sábado, cuidar el cuerpo como templo del Espíritu Santo y vivir con la mirada puesta en la pronta venida de Cristo no son cargas, sino privilegios que fortalecen la identidad cristiana.

Dios no espera perfección inmediata, sino un corazón dispuesto. Cada decisión diaria "en la universidad, en el trabajo, en las amistades y en los momentos de soledad" es una oportunidad para reflejar a Cristo. Aunque haya luchas, dudas o caídas, el Señor camina al lado del joven fiel, renovando sus fuerzas y recordándole que su vida tiene un plan eterno.

El joven adventista está llamado a ser luz hoy, no mañana; a vivir su fe con valentía, confiando en que Dios utiliza a quienes se entregan completamente a Él.

Dios no busca la fuerza de la juventud, sino un corazón joven dispuesto a caminar con Él hasta el día glorioso de Su regreso.

Autor: Josua Vélez - Ecuador

Quando Dios es el centro. El amor vence todo.

Viernes, 22 de Mayo de 2026

Y si alguno prevaleciere contra uno, dos le resistirán; y cordón de tres dobleces no se rompe pronto.

Eclesiastés 4:12

El amor verdadero no es perfecto, pero sí fuerte cuando Dios forma parte de él.

Una relación formada por dos corazones y un Dios que los guía puede enfrentar cualquier prueba.

Cuando el amor es genuino "ese que cuida, que respeta, que ora, que escucha", ninguna tormenta es demasiado grande y ningún obstáculo demasiado difícil.

Dios no une a dos personas para que todo sea color de rosa, sino para que juntos aprendan, crezcan y se apoyen mutuamente.

Es en los momentos difíciles donde se revela la fuerza del amor verdadero: cuando uno cae, el otro levanta; cuando la duda aparece, la fe sostiene; cuando el mundo parece empujar hacia atrás, Dios impulsa hacia adelante.

Un amor que incluye a Dios es un amor que se perdona, que se comunica, que sana y que se renueva cada día. No depende solo de emociones, sino de compromiso, oración y la decisión diaria de caminar juntos.

Porque cuando tú, yo y Dios formamos un mismo camino, el amor no se quiebra, se fortalece.

Si Dios es el centro, el amor siempre encuentra la forma de permanecer y vencer.

Autor: Dayra Ordoñez - Ecuador

La prueba fortalece una fe auténtica

Sábado, 23 de Mayo de 2026

Sabiendo que la prueba de vuestra fe produce paciencia.

Santiago 1:3

El enfoque adventista enseña que las pruebas no son accidentes ni castigos, sino oportunidades de crecimiento espiritual. Dios, en su sabiduría, permite ciertas dificultades para refinar nuestro carácter, fortalecer nuestra fe y enseñarnos a depender más profundamente de Él. Aunque en el momento no lo entendamos, cada proceso tiene un propósito que trasciende lo inmediato.

Desde la psicología, se reconoce que el verdadero crecimiento ocurre fuera de la zona de comodidad. La resiliencia no nace en la facilidad, sino en la tensión del desafío. Cuando enfrentamos situaciones difíciles y aprendemos a manejarlas con esperanza, nuestra mente se fortalece y nuestras creencias más profundas salen a la luz, revelando en qué realmente confiamos.

Cuando atravesamos pruebas y decidimos confiar en Dios, nuestra fe deja de ser superficial y se vuelve firme y resistente. La paciencia que surge en medio de la dificultad no es pasividad ni resignación, sino una perseverancia activa que nos impulsa a seguir adelante aun cuando no vemos resultados inmediatos.

Las dificultades no destruyen la fe verdadera; la purifican. Así como el oro es refinado por el fuego, nuestro carácter es moldeado bajo presión. En ese proceso, Dios elimina lo innecesario, fortalece lo esencial y nos prepara para vivir con mayor propósito, madurez y una confianza más profunda en su dirección.

No huyas de la prueba; enfréntala con fe y permite que Dios transforme tu carácter en perseverancia y madurez espiritual.

Autor: David Vera - Ecuador

Alimentar la mente con la Palabra fortalece la fe

Domingo, 24 de Mayo de 2026

Así que la fe es por el oír, y el oír, por la palabra de Dios.

Romanos 10:17

La fe no crece en el vacío; necesita alimento constante y dirección. Desde la perspectiva adventista, el estudio sistemático de la Biblia es esencial para fortalecer la relación con Cristo, porque a través de su Palabra conocemos su carácter, entendemos su voluntad y renovamos nuestra esperanza cada día. No es solo un hábito religioso, es una conexión viva que transforma el corazón.

Desde la psicología cognitiva, sabemos que nuestros pensamientos influyen directamente en nuestras emociones y conductas. Si llenamos la mente de mensajes negativos, la ansiedad aumenta y la esperanza disminuye. Pero cuando internalizamos las promesas bíblicas, nuestra mente se reestructura, cambiando el temor por confianza y la incertidumbre por seguridad. La Palabra actúa como un ancla en medio de pensamientos inestables.

El estudio diario no solo informa, también forma. Crea disciplina, moldea el carácter y construye una identidad espiritual sólida. La repetición de la verdad genera convicciones profundas que permanecen aun en tiempos difíciles. No se trata únicamente de leer, sino de meditar, reflexionar y aplicar cada enseñanza a la vida diaria.

Una mente llena de verdad bíblica se vuelve más firme, menos vulnerable a la duda y al temor. Es una mente que aprende a confiar, que encuentra paz en medio de la tormenta y que permanece estable porque está fundada en la verdad eterna de Dios.

Decide hoy estudiar la Biblia cada día; alimenta tu mente con verdad y forja un carácter firme en la fe.

Autor: David Vera - Ecuador

Una canasta misionera, un mensaje de esperanza

Lunes, 25 de Mayo de 2026

No nos cansemos, pues, de hacer bien; porque a su tiempo segaremos, si no desmayamos.

Gálatas 6:9

Hace unos años tuve la oportunidad de organizar una actividad misionera junto a la iglesia. La actividad consistía en llevar alimentos a familias de nuestra comunidad. Como iglesia, participamos todos juntos y con alegría; al final del día agradecemos al Señor por permitirnos compartir sus bendiciones y mostrar su amor a otros.

Como fruto de esta actividad, hicimos nuevos amigos, no solo aquí en la tierra, sino también para el cielo. Una de las canastas con víveres llegó al hogar de un hombre que necesitaba conocer a Jesús. Él sabía de su existencia, pero no lo conocía personalmente. La llegada de esta canasta a su casa despertó su interés por el Dios que había enviado a unos desconocidos con alimentos para su familia.

Después de 1 año estudiando la Biblia y asistiendo a la iglesia, nuestro amigo entregó su vida a Jesús mediante el bautismo. Un año más tarde, descansó en el Señor, aguardando la bendita esperanza que hoy alienta nuestros corazones.

A veces me pregunto: ¿qué habría sucedido si aquella canasta no hubiera llegado? Sé que Dios habría provisto otros medios para llegar a él, pero decidió hacerlo de esta forma, permitiéndonos participar. No era solo una canasta; era Jesús entrando en el hogar de alguien que lo necesitaba, era su iglesia cumpliendo la misión.

Amigos, no importa si lo que damos es poco o mucho; siempre que tengamos la oportunidad de dar, hagámoslo, sabiendo que esta también es la obra del Señor.

Dios no tiene una sola forma de llegar a los corazones, sino muchas. No te limites por tus propias necesidades, porque Dios también cuida de ti y no te desampará. Seamos hoy un canal de bendición.

Autor: Fernanda Zavala Trejo - Ecuador

¡Pereza OUT, Dios IN!

Martes, 26 de Mayo de 2026

¿Hasta cuándo te quedarás acostado, perezoso? ¿Cuándo te levantarás del sueño? Un poco de sueño, un poco de reposo, un poco de cruzarse los brazos para dormir.

Proverbios 6:9-10 (NVI)

A veces me levanto y siento cómo la pereza me envuelve como una manta pesada. Se me hace tan fácil quedarme en la cama o distraerme con cosas que no requieren esfuerzo, en lugar de prepararme para la escuela sabática o abrir la Biblia.

Mis pensamientos se desvían: «Mañana puedo hacerlo», «Hoy estoy demasiado cansado», «Se me hace tarde para ir al trabajo».

Pero entonces me detengo y recuerdo quién es el centro de mi vida. Sé que cuando pongo a Dios en primer lugar, las cosas que parecían difíciles empiezan a tener sentido. No es que la pereza desaparezca de la noche a la mañana, pero decido no dejar que tome las riendas. Me siento en mi lugar, tomo la Biblia con las manos un poco temblorosas por la flojera que aún siento y empiezo a leer.

Cada palabra que leo es como una pequeña luz que va disipando la oscuridad. Recuerdo que estudiar su palabra no es una obligación, sino un regalo: una oportunidad de conocerlo más, de fortalecer mi fe y de encontrar dirección para mi vida.

El versículo de hoy habla directamente de la tentación de la pereza y de cómo puede llevarnos a postergar las cosas importantes, como dedicar tiempo a Dios.

Nos invita a tomar conciencia y a no dejar que la flojera nos impida cumplir con lo que sabemos que es bueno para nuestra fe.

Cuando la flojera quiere detenerte, permite que tu corazón se dirija hacia lo esencial: prioriza a Dios, pues en su palabra hallarás el impulso y la luz que guían tus pasos.

Autor: Christian Zambrano Funes - Ecuador

Siete balas fallidas

Miércoles, 27 de Mayo de 2026

Con sus plumas me cubrirá, Y debajo de sus alas estaré seguro; Escudo y adarga es su verdad.

Salmo 91:4

31 de marzo. Siempre recordaré esa fecha como el día en que Dios demostró su poder y protección con una magnitud impresionante. Fue ese día cuando su poderosa mano se hizo evidente en mi vida y en la de mi esposa.

Ella y yo viajábamos hacia Guayaquil, un viaje que transcurría con normalidad. En mi mente conversaba con Dios. De pronto, una voz clara resonó en mi interior: «Observa el retrovisor, pero no aceleres». Había aprendido a escuchar y obedecer esa voz. Al mirar, vi dos motos deportivas que nos seguían. Mantuve mis 80 km/h y, aunque ellos eran más rápidos, me aferré a la indicación. Nos alcanzaron, con cuatro personas a bordo.

Nos apuntaron. Sentí el primer disparo en mi pierna izquierda, pero al moverla no había nada. Mi temor aumentó, no por mí, sino por mi esposa. Nos hicieron detener y nos encañonaron. Pero, en medio de ese terror, una paz inexplicable inundó mi ser. Sabía que Dios estaba allí.

Esa calma me permitió ver sus intenciones asesinas. Me interpose delante de mi esposa. Pude ver cómo el que estaba a mi lado intentó disparar 7 veces más, sin resultado. El arma no funcionaba. Lleno de rabia, me golpeó, pero el arma seguía inoperante. Lo último que vi fue cómo se subían a sus motos tras desvalijarnos; el agresor se alejaba, aún insistiendo en disparar. Si yo hubiera acelerado, no estaría contando esta historia.

Perdimos bienes materiales, pero Dios nos mantuvo con vida, él nunca nos abandona.

En cada dificultad, escucha esa voz interior y confía en que Dios tiene un plan; su protección es real y su mano, tu refugio seguro.

Autor: Christian Zambrano Funes - Ecuador

La mayor barrabasada de la historia (y seguimos repitiéndola)

Jueves, 28 de Mayo de 2026

Y respondiendo el gobernador, les dijo: ¿A cuál de los dos queréis que os suelte? Y ellos dijeron: ¡A Barrabás! Pilato les dijo: ¿Qué, pues, haré con Jesús, que es llamado el Cristo? Le dijeron todos: ¡Sea crucificado!

Mateo 27:21-22

Barrabás se presenta en los evangelios como ese personaje típico que, desde el inicio, resulta insoportable en la trama. El villano evidente. El que nadie defendería. Su nombre viene del arameo Bar-Abbá, "hijo del padre", y ahí empieza lo incómodo: frente a Jesús, el verdadero Hijo del Padre, la gente elige soltar a Barrabás. No hay confusión en la escena. Uno es culpable; el otro, inocente. Y, aun así, Barrabás queda libre y Jesús ocupa su lugar en la cruz. Este intercambio no es solo historia; es el corazón del evangelio: el culpable es absuelto y el justo paga el precio.

De ahí surge, la palabra "barrabasada", usada para describir una acción absurda o injusta. Aunque no sea una etimología académica estricta, culturalmente ha quedado asociada a decisiones que no deberían ocurrir. Pero esto no se limita a aquel día; nos sucede ahora. Seguimos cometiendo "barrabasadas" cuando elegimos lo cómodo en lugar de lo correcto, cuando dejamos que el ego decida y la verdad estorbe, cuando preferimos excusas antes que la obediencia. Porque Barrabás no es solo un personaje bíblico; es también una versión nuestra: esa parte que quiere salirse con la suya, que evita la responsabilidad y prefiere la conveniencia antes que el amor.

Y, aun así, el evangelio proclama algo más profundo: Jesús murió en el lugar de Barrabás y también en el nuestro. La peor decisión humana terminó siendo, por gracia, la mayor muestra de amor.

La cruz no solo expone una decisión equivocada, también abre una posibilidad nueva: dejar de reaccionar desde el impulso y empezar a vivir desde la gracia que transforma y da sentido a cada elección.

Autor: Katherine Ruiz - Ecuador

Dios cuida de ti

Viernes, 29 de Mayo de 2026

Echando toda vuestra ansiedad sobre Él, porque Él tiene cuidado de vosotros.

1 Pedro 5:7

Al iniciar este día, Dios te recuerda que no estás solo ni olvidado. Cada preocupación que llevas en el corazón, cada pensamiento que intenta robar tu paz, Él los conoce profundamente.

No hay carga demasiado pequeña ni angustia demasiado grande que pase desapercibida ante sus ojos. A veces intentamos aparentar fortaleza, sostenerlo todo en silencio, pero por dentro nos sentimos cansados, abrumados y sin fuerzas. Dios no nos pide que seamos fuertes por nosotros mismos, sino que aprendamos a descansar en su cuidado y en su amor fiel.

Entregar nuestras ansiedades al Señor es un acto sincero de fe. Es reconocer con humildad que no podemos con todo, pero confiar plenamente en que Él sí puede. Cuando soltamos el control y dejamos nuestras cargas en sus manos, algo cambia dentro de nosotros: el corazón se aquieta, la mente se aclara y la paz comienza a ocupar el lugar donde antes había temor.

Hoy es un buen día para rendirle a Dios todo aquello que te inquieta. No permitas que la ansiedad gobierne tus pensamientos ni tus decisiones.

Recuerda que Dios cuida de ti en cada detalle, en lo visible y en lo oculto. Camina con la certeza de que estás bajo el cuidado de un Padre amoroso, cuya fidelidad nunca falla ni se agota.

Cuando entregas tus cargas a Dios, Él te regala paz para seguir adelante.

Autor: Ricky Saúl Elizalde Cerezo - Ecuador

Servir a otros fortalece nuestra confianza en Dios

Sábado, 30 de Mayo de 2026

Servíos por amor los unos a los otros.

Gálatas 5:13

La fe madura cuando deja de centrarse en uno mismo y se transforma en servicio. En la perspectiva adventista, el cristianismo práctico no se limita a creer, sino que se evidencia en acciones concretas de amor hacia los demás. Servir no es opcional, es la expresión natural de una fe viva que refleja el carácter de Cristo en lo cotidiano.

Desde la psicología, está comprobado que ayudar a otros eleva el bienestar emocional y fortalece el sentido de propósito. Cuando servimos, nuestra atención se desplaza del "yo" hacia el "otro", desarrollando empatía y reduciendo el egocentrismo. Este proceso no solo beneficia a quienes reciben ayuda, sino que también transforma profundamente a quien la ofrece, promoviendo una madurez emocional más sólida.

Jesús enseñó que el mayor es el que sirve, rompiendo los esquemas humanos de poder y grandeza. Cada acto de servicio, por pequeño que parezca, activa nuestra fe y la hace tangible. En la experiencia de ayudar, descubrimos que Dios puede usarnos como instrumentos para bendecir vidas y llevar esperanza donde hay necesidad.

El carácter no se forma solo con buenas intenciones, sino con acciones diarias. Es en lo simple, en lo constante y en lo sincero donde el amor se vuelve real. Así, la fe deja de ser teoría y se convierte en una vida que impacta, edifica y refleja a Dios.

Sal hoy a servir con amor; convierte la fe en acción y permite que tu carácter refleje el corazón de Cristo.

Autor: David Vera - Ecuador

Bástate mi Gracia

Domingo, 31 de Mayo de 2026

Y me ha dicho: Bástate mi gracia; porque mi poder se perfecciona en la debilidad. Por tanto, de buena gana me gloriaré más bien en mis debilidades, para que repose sobre mí el poder de Cristo.

2 Corintios 12:9

El apóstol Pablo escribe estas palabras después de hablar de una lucha profunda, un "aguijón en la carne" que pidió a Dios que le quitara en varias ocasiones (2 Co 12:7-8). Dios no eliminó el aguijón, pero sí le dio algo mayor: su gracia.

Muchas veces vivimos como aquella hoja que cuelga de un árbol: no somos perfectos, tenemos bordes rotos por experiencias pasadas, cansancio acumulado, heridas que no siempre se ven. Y cuando el viento de la prueba sopla, pensamos que nuestra fragilidad es un problema.

Sin embargo, la Biblia nos muestra una verdad distinta: la hoja no vive por su fuerza, sino por la savia que recibe del árbol. Así también nosotros no vivimos por nuestra capacidad, sino por lo que recibimos de Dios. El Señor nos recuerda: "Mi poder se perfecciona en la debilidad." No dice a pesar de la debilidad, sino en ella. Es allí donde aprendemos a depender, a confiar y a descansar.

La Escritura confirma esta verdad una y otra vez. Cuando aceptamos nuestra fragilidad delante de Dios, dejamos de luchar solos y permitimos que su poder repose sobre nosotros. La debilidad deja de ser vergüenza y se convierte en el lugar donde Cristo se manifiesta.

Pablo no se gloría en el dolor por sí mismo, sino en lo que el dolor le enseñó: que la gracia de Dios es suficiente.

Que hoy puedas descansar en su gracia. Que en tus debilidades, temores y luchas el poder del Señor pueda perfeccionarse. Que dependas más de Él y menos de tu fuerza. Amén.

Autor: Javier Bedón - Ecuador