

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

Septiembre 1 : Mi mes favorito

Septiembre 2 : Me trataron mal en la iglesia.

Septiembre 3 : Lluvias, Lluvias y más Lluvias!!

Septiembre 4 : Me fortalezco en tu debilidad

Septiembre 5 : Herederás del Fuego y la Esperanza

Septiembre 6 : Sostenido por la mano de Jehová en el Río

Septiembre 7 : Feliz Cumpleaños Ricky

Septiembre 8 : Después de la oscuridad, siempre se ve la Luz

Septiembre 9 : Dios si responde

Septiembre 10 : ZamAri... Y Dios.

Septiembre 11 : El Día que se Sacudió al Mundo, la Fe que lo Sostuvo

Septiembre 12 : Tu valor va más allá del perfeccionismo

Septiembre 13 : Un testimonio viviente

Septiembre 14 : Clama a Mí y Yo Te Responderé

Septiembre 15 : Dios suple tus necesidades

Septiembre 16 : El descanso como acto de fe y terapia divina

Septiembre 17 : No encajo, pero Dios me utiliza.

Septiembre 18 : Un espíritu superior

Septiembre 19 : Dios siempre estuvo ahí

Septiembre 20 : La maldad (Parte 1)

Septiembre 21 : La maldad (Parte 2)

Septiembre 22 : No mires atrás

Septiembre 23 : Pedí y Dios me lo dio

Septiembre 24 : Aprende a aceptar el "no" por respuesta.

Septiembre 25 : Mi ahijado

Septiembre 26 : El vacío de tu corazón.

Septiembre 27 : El valor de la amistad (Parte 1)

Septiembre 28 : El valor de la amistad (Parte 2)

Septiembre 29 : Lo esencial para vivir

Septiembre 30 : Renovar la mente: la neurociencia y el pensamiento

Mi mes favorito

Martes, 1 de Septiembre de 2026

Mas Jehová estaba con José, y fue varón próspero; y estaba en la casa de su amo el egipcio.

Génesis 39:1

En este mes cumpla años de edad, años de haber nacido de nuevo por medio del bautismo y años de servicio como pastor. Mi personaje favorito de la Biblia es José; me identifico con él porque, a pesar de tener una familia de nueve hermanos, crecí solo en la iglesia y en los caminos de Dios, yendo solo a la iglesia. En todo ello, he visto la mano de Dios en mi vida.

Cuando miramos la vida de José, descubrimos una verdad poderosa: no fue su posición lo que lo sostuvo, sino la presencia de Dios. José fue vendido, traicionado, acusado injustamente y olvidado; pero en cada etapa la Biblia repite como un sello divino: "Jehová estaba con él".

La presencia de Dios convirtió una cisterna en un aula de fe, la esclavitud en un taller de carácter, la cárcel en un lugar de promoción, y la adversidad en el escenario del cumplimiento de los sueños.

Así también contigo: no importa dónde estés hoy, sino quién está contigo. Si Jehová está contigo, ninguna injusticia podrá detener tu propósito; ninguna temporada dura definirá tu destino; ningún golpe de la vida podrá apagar lo que Dios ya encendió.

José no ascendió por suerte, ascendió porque Dios estaba con él. Y esa misma presencia que lo levantó, te levantará a ti también. Confía. Sigue siendo fiel. Aunque parezca que todo desciende, Dios ya está preparando tu ascenso.

Como José, no importa dónde estés: si Jehová está contigo, la adversidad se convierte en propósito y el camino en victoria

Autor: Washington Yánez - Ecuador

Me trataron mal en la iglesia.

Miércoles, 2 de Septiembre de 2026

El Señor está cerca de los que tienen quebrantado el corazón, y salva a los de espíritu abatido.

Salmo 34:18

Es una de las heridas más profundas: sentir que fuiste tratado mal en el lugar que debería ser tu hogar espiritual, donde se supone que encontrarás amor, apoyo y comunidad en Cristo. Ya sea por críticas injustas, exclusión, rumores o juicios, el dolor de ser herido por hermanos en la fe puede hacer que preguntes: ¿dónde está el amor de Dios en esto?

Es cierto que la iglesia está hecha de seres humanos imperfectos ? personas que también pecan, que llevan sus propias heridas y que a veces actúan de manera contraria a lo que enseñan. Jesús mismo sabía que habría divisiones y faltas dentro de su Cuerpo (Mateo 18:15-17), y Pablo tuvo que corregir a iglesias enteras por sus comportamientos equivocados.

Pero no debemos confundir el error de los hombres con el propósito de Dios. La iglesia sigue siendo el Cuerpo de Cristo en la tierra, y el amor de Dios no desaparece porque algunos de sus miembros no lo reflejen bien. El dolor que sentimos es real, pero no tiene por qué alejarnos de Dios ni de la comunidad que Él nos ha dado.

El camino a seguir es el que enseñó Jesús: buscar, con humildad y verdad, hablar con quienes nos han herido, pedir sabiduría para perdonar como Él nos perdonó, y recordar que nuestro verdadero hogar está en el cielo. También podemos buscar apoyo en hermanos fieles que vivan según el amor de Cristo, y permitir que Dios use incluso esta experiencia para fortalecer nuestra fe y hacernos más compasivos.

El error de unos no borra el amor de Dios; perdonemos y sigamos confiando en nuestro amigo y hermano Jesucristo.

Autor: Christian Zambrano Funes - Ecuador

Lluvias, Lluvias y más Lluvias!!

Jueves, 3 de Septiembre de 2026

En paz me acostaré, y asimismo dormiré; Porque solo tú, Jehová, me haces vivir confiado.

Salmos 4:8

Yo nací en una ciudad costera de mi país. Bonita, pero cuando llueve, ciertos lugares se inundan mucho. Al punto de que las casas se construían sobre cuatro pilares altos de madera, y otras tenían muros bajos en sus puertas para impedir la entrada del agua.

En una ocasión, cuando era niña, llovía tanto que nada contenía el agua que ingresaba a las casas. Yo estaba durmiendo cuando mamá me despertó con un grito: «¡NOS INUNDAMOS!», dijo. Salté de la cama con la sorpresa de que el agua ya me llegaba a las pantorrillas. Hicimos de todo, pero era imposible; cuanto más nos esforzábamos por sacar el agua, más ingresaba.

Mis brazos ya estaban cansados. Mamá dijo: «No se puede hacer más. Algo nos falta: no hemos orado. Lee un salmo y oremos». Al abrir la Biblia, resaltó a mi vista el salmo de hoy: «En paz me acostaré, y asimismo dormiré». Y entonces eso haremos: nos acostaremos confiando en Dios; Él obrará. Yo estaba sorprendida, pero obedecí.

Al día siguiente, las aguas habían bajado. En casa, todo estaba intacto; los electrodomésticos no se habían dañado como en otras ocasiones. En las casas vecinas, el agua había arrasado con muchas pertenencias; en la nuestra, no. Ese día alabamos el nombre del Señor porque su mano detuvo la lluvia para nuestra casa.

Estábamos secas y descansadas, Dios actuó mientras dormíamos. Ese es el Dios poderoso en quien confiamos, aquel que puede decir al mar y a la lluvia.

Estás angustiado, una enfermedad te agobia, la lluvia de deudas y obligaciones te está ahogando, ¿tus brazos están cansados ya?, entrega todo a ese Dios de milagros y verás maravillas en tu vida.

Autor: Janeth Cando Villacis - Ecuador

Me fortalezco en tu debilidad

Viernes, 4 de Septiembre de 2026

Mira que te mando que te esfuerces y seas valiente; no temas ni desmayes, porque Jehová tu Dios estará contigo en dondequiera que vayas.

Josué 1:9

Mateo tenía 19 años cuando empezó a creer que no era lo bastante fuerte para lo que le tocaba vivir. Una noche vio a un anciano dejar caer una caja de herramientas. Al levantarla, Mateo notó lo pesada que era. El anciano sonrió y dijo: "La fuerza no aparece antes de cargar el peso... aparece mientras lo cargas".

Esa frase le quedó resonando porque se sentía real. Muchas veces esperamos sentirnos preparados antes de actuar, pero es el camino el que desarrolla la fuerza que necesitamos.

Dios le dijo algo parecido a Josué: "Esfuézate y sé valiente... yo estaré contigo" (Josué 1:9). No le prometió ausencia de miedo, sino presencia divina. La valentía no es sentir fuerza previa; es avanzar con temor incluido, sabiendo que no caminas solo. Dios no siempre quita el peso, pero promete sostenernos mientras lo llevamos.

Ante lo incierto, nuestro cerebro quiere huir, pero al recordar que no estamos solos, se estabiliza. Cuando recuerdas que Dios va contigo, dentro de ti respiras distinto. Elena de White enseñaba que Dios fortalece a quien da pasos aunque tiemble.

Tal vez la valentía que necesitas no sea hacer algo, sino no detenerte. Quizá tengas miedo o cansancio. No esperes sentirte fuerte. Da el siguiente paso. La fuerza llega mientras avanzas. Y descubrirás que Dios estuvo contigo.

Señor, dame el valor que nace de tu compañía. Que mis pasos continúen, aun temblando, porque tú vas conmigo. Amén.

Autor: Ruth Moreira - Ecuador

Herederás del Fuego y la Esperanza

Sábado, 5 de Septiembre de 2026

Fuerza y honor son su vestidura; y se ríe de lo por venir.

Proverbios 31:25

Hoy conmemoramos el Día de las Mujeres Indígenas y de la Beneficencia, honrando a Bartolina Sisa y a la Madre Teresa de Calcuta. Sus vidas de coraje, valentía y entrega nos inspiran en el dolor y el sacrificio, dejando un legado eterno que hoy nos guía.

El texto bíblico encaja profundamente porque honra a la mujer como símbolo de fortaleza, dignidad y sabiduría. No habla de una fuerza superficial, sino de una que nace del carácter, de la convicción y de la fe que sostiene aun cuando el camino es adverso. Esa fuerza es la que ha levantado generaciones, la que ha sostenido culturas enteras y la que ha resistido en silencio cuando el mundo parecía olvidar.

La dignidad que menciona el proverbio no depende de títulos ni reconocimientos; es una dignidad interior, tejida con valores, identidad y propósito. Es la capacidad de mantenerse firme sin perder la ternura, de defender lo justo sin renunciar a la compasión. Y la sabiduría es esa luz que guía decisiones, que forma hijos, que construye comunidad y que preserva la memoria.

Reírse de lo por venir no es ignorar la realidad, es enfrentarla con esperanza. Es mirar el futuro sin miedo porque se sabe quién se es y de dónde se viene. Es vestir cada día el coraje como manto y caminar con la certeza de que la historia también se escribe con manos de mujer.

Mujer, viste tu fuerza y camina sin temor. Tu historia no es silencio, es llama viva. Que tu dignidad ilumine generaciones y tu fe transforme el mañana. El mundo necesita tu voz, tu coraje y tu luz.

Autor: Raul León - Ecuador

Sostenido por la mano de Jehová en el Río

Domingo, 6 de Septiembre de 2026

Pues tú has librado mi alma de la muerte, Mis ojos de lágrimas, Y mis pies de resbalar.

Salmos 116:8

Era una mañana soleada de sábado del año 2008. Me encontraba junto al Río Grande y Cauteloso, rodeado de muchas personas, en su mayoría adolescentes entusiastas. Participaba en una capacitación como uno de los capacitadores principales.

En mi corazón sabía que era sábado, día de descanso, y no debía estar ahí trabajando. Pero me excusaba internamente: "No es trabajo pagado, solo enseño y contribuyo al bien común de estos jóvenes."

Yo era un buen nadador. Alguien dijo: "Voy a cruzar el río". Respondí con confianza: "Eso es fácil, ¡yo voy también!". Una voz interior me dijo claramente "No vayas", pero ignoré la advertencia y comencé a nadar con energía.

Llegué rápido a la orilla opuesta, pero sentí algo extraño, inexplicable. Decidí regresar. En la parte media del río, mi cuerpo dejó de responderme por completo. Me mantenía milagrosamente a flote, pero no podía avanzar ni nadar.

Grité pidiendo ayuda desesperado. Todos me veían desde la orilla, pero nadie se movía para auxiliarme. El pánico crecía, pero seguía flotando contra toda lógica.

Ahí experimenté la misericordia de Jehová Dios en acción, sosteniéndome con Su mano invisible. En solo unos segundos, mis pies tocaron el suelo firme. Hoy medito en Su poder: Él siempre guarda a los suyos. Gracias, Jehová, por tu fidelidad eterna.

Querido amigo y amiga, ¿alguna vez sentiste la mano invisible de Dios sosteniéndome cuando todo fallaba?. Medita conmigo: Jehová me libró en las aguas profundas (salmo 116:8) ¡El té guarde hoy Amen!

Autor: José A. Loor C. - Ecuador

Feliz Cumpleaños Ricky

Lunes, 7 de Septiembre de 2026

Todo lo puedo en Cristo que me fortalece.

Filipenses 4:13

Hoy no solo cumpla un año más; hoy celebro todo lo que Dios hizo en mi vida cuando nadie más lo vio. Celebro las lágrimas que me enseñaron, las caídas que me hicieron más fuerte y los silencios en los que aprendí a escuchar la voz de Dios.

Este último año no fue perfecto, pero fue real, fue intenso, fue un proceso donde Dios me tomó de la mano y no me soltó. Hubo días en los que pensé rendirme, momentos en los que me sentí solo, puertas que se cerraron sin explicación... pero también hubo milagros, oportunidades inesperadas y nuevas personas que llegaron como respuesta divina.

Hoy miro atrás y puedo ver que cada experiencia, buena o difícil, me preparó para lo que viene. Dios nunca llega tarde; Él llega en el momento exacto, y este nuevo año que inicio es prueba de que Su gracia sigue escribiendo mi historia.

Hoy celebro la vida, celebro mis sueños, celebro lo que ya pasé, pero sobre todo celebro lo que Dios está a punto de hacer. Si Él me ha sostenido hasta aquí, no tengo duda de que lo mejor está por venir. Gracias a quienes estuvieron conmigo, a quienes me apoyaron, a quienes oraron por mí. Y gracias también a quienes me enseñaron lecciones difíciles: todos fueron parte del plan de Dios para formarme.

Hoy me declaro listo para un nuevo capítulo, una nueva temporada, nuevas oportunidades, nuevas fuerzas y nuevas victorias. Porque cuando Dios está en el centro, cada año.

Hoy no solo cumpla años, celebro que Dios sigue escribiendo mi historia con propósito y poder.

Autor: Ricky Saúl Elizalde Cerezo - Ecuador

Después de la oscuridad, siempre se ve la Luz

Martes, 8 de Septiembre de 2026

Aún por un poco está la luz entre vosotros; andad entre tanto que tenéis luz, para que no os sorprendan las tinieblas; porque el que anda en tinieblas no sabe a dónde va.

Juan 12:35

La frase «Después de la oscuridad siempre se ve la luz» nos recuerda que, aunque atravesemos momentos difíciles, siempre hay esperanza y, con la ayuda de Dios, encontraremos fuerzas para seguir adelante.

En el año 2019 viví uno de los momentos más difíciles de mi vida. Perdí a cuatro seres queridos: mi suegro, que fue atropellado; mi cuñado, a causa del COVID-19; mi hermano, con neumonía; y mi padre, después de una fuerte enfermedad. Me tocó vivir muy de cerca el dolor de cada pérdida, recorriendo hospitales, la morgue y los cementerios.

Sin embargo, en medio de tanta tristeza, Dios nunca me abandonó. Él me consoló, me dio fuerzas y me cuidó en cada momento. Después de aquellos días oscuros, junto con mi esposa decidimos abrir un grupo pequeño en nuestra casa y reunimos con algunos vecinos para compartir el mensaje de Dios.

Por la gracia de Dios, ganamos una vida para su gloria, y eso fortaleció mi fe y mi corazón, que estaba destrozado por todo lo que había vivido.

Hoy puedo decir que, aunque lleguen momentos de oscuridad, siempre habrá una luz de esperanza. Dios nunca nos abandona y nos da fuerzas para continuar.

Por eso debemos confiar en Él, caminar en su luz y también ser luz para las personas que nos rodean.

Porque después de la oscuridad, siempre sale la luz.

Autor: Félix A Wong V. - Ecuador

Dios si responde

Miércoles, 9 de Septiembre de 2026

Clama a mí, y yo te responderé, y te enseñaré cosas grandes y ocultas que tú no conoces.

Jeremías 33:3

Hace algunos años, en mi primera experiencia como colportora en la Amazonía ecuatoriana, en el cantón Yantzaza, provincia de Zamora Chinchipe, viví uno de los momentos más impactantes de mi vida espiritual.

Estaba por cerrar la venta de un material misionero cuando ocurrió algo inesperado. El hijo pequeño de la señora que nos atendía, de aproximadamente tres años, despertó en la planta alta de la casa. Sin que nadie pudiera reaccionar, el niño cayó por las escaleras desde una altura considerable. El golpe fue fuerte. Se lastimó la cabecita y por un momento comenzó a reaccionar de manera preocupante. Sentí miedo, angustia y hasta culpa.

En medio de la desesperación, no había más recurso que el cielo. Mientras intentábamos ver si el niño estaba consciente, clamé a Dios con todo mi corazón. Luego, con mi compañera, nos apartamos unos momentos entre las plantas de chayote (fruto amazónico) y mucha vegetación, con lágrimas y fe, le pedimos al Señor que cuando regresáramos, el niño estuviera bien.

Oramos creyendo en la promesa, confiando y dependiendo totalmente de Dios.

Cuando volvimos, el niño estaba bien. Había reaccionado, estaba consciente y fuera de peligro. Ese día comprendí algo que nunca olvidé: Dios sí responde.

Cuando todo parece fuera de control, cuando la culpa, el miedo o la angustia nos invaden, aun allí, Dios escucha el clamor sincero.

Hoy tal vez estés enfrentando una caída -emocional, espiritual o familiar-, pero recuerda: Dios sí responde. Solo clama a Él.

Autor: Leonela Espinoza León - Ecuador

ZamAri... Y Dios.

Jueves, 10 de Septiembre de 2026

Para que vean, y conozcan, y consideren, y entiendan juntamente, que la mano de Jehová ha hecho esto, y que el Santo de Israel lo ha creado.

Isaías 41:20

Hace meses, di un nuevo paso al emprender un negocio. Mirando atrás, recuerdo que en proyectos anteriores decía que Dios era mi socio, pero en la práctica no lo era realmente. Ponía mis planes primero y esperaba que él los bendijera, en lugar de buscar su voluntad y confiar en su guía.

Pero hoy es diferente. He aprendido que Dios no debe ser una opción en nuestros negocios, sino la prioridad absoluta. Ahora sé que, si este emprendimiento prospera y hay éxito, la gloria es toda suya. Y si hay fracasos o momentos difíciles, también la gloria será para él, porque confío en que su propósito es perfecto, incluso cuando no entendemos todo.

Ya no trato de controlar todo por mi cuenta. Entiendo que no solo en mi negocio, sino en cada aspecto de mi vida, todo lo que sucede es porque la mano del Señor lo ha hecho o lo ha permitido. Sé que él está en cada detalle.

Aunque sigo cometiendo errores y no soy perfecto, estoy seguro de algo: si lo pongo en el primer lugar en absolutamente todo y confío plenamente en Dios, él hará. Él cumplirá su propósito, y al final, todos verán y entenderán que fue la mano del Santo de Israel quien obró en mí y en mi camino. Antes mi negocio se llamaba "LUWA".

Después, cambié el nombre a ZamAri; sin embargo, hay palabras significativas que marcan la diferencia, porque ahora ZamAri está con Dios y ZamAri es de Dios. Yo solo soy su administrador. La gloria y la honra sean para él.

No importa si el camino es de éxito o de prueba: cuando Dios es tu prioridad y no una opción, su mano está en cada paso. Confía en él, y todos verán que fue el Santo de Israel quien obró en ti.

Autor: Christian Zambrano Funes - Ecuador

El Día que se Sacudió al Mundo, la Fe que lo Sostuvo

Viernes, 11 de Septiembre de 2026

Estas cosas os he hablado para que en mí tengáis paz. En el mundo tendréis aflicción; pero confiad, yo he vencido al mundo.

Juan 16:33

El 11 de septiembre recuerda los atentados de 2001, invitándonos a reflexionar sobre la fragilidad, la pérdida, la unidad y la esperanza ante el dolor.

Juan 16:33 nos sitúa en una verdad que no evade la realidad: "En el mundo tendréis aflicción; pero confiad, yo he vencido al mundo". Jesús no promete ausencia de dolor; promete presencia en medio de él.

La aflicción es parte de la experiencia humana, y el 11 de septiembre nos recuerda cuán frágil puede ser la vida, cuán inesperado puede ser el quebranto. Sin embargo, en esa misma declaración hay un llamado a la confianza. No es una confianza ingenua, sino una fe consciente que mira el caos sin negarlo y aun así decide creer.

Cuando el miedo intenta imponerse, esta palabra nos invita a levantar la mirada. La victoria de la que habla Jesús no es política ni momentánea; es una victoria sobre el odio, sobre la desesperanza y sobre la oscuridad que pretende paralizar corazones. Confiar es resistir espiritualmente. Es elegir no permitir que el dolor tenga la última palabra. Es afirmar que, aunque el mundo tiemble, nuestra esperanza permanece firme.

En medio de las ruinas visibles e invisibles, esta promesa sostiene el alma: no estamos solos. La aflicción no define nuestro final. La victoria de Cristo abre camino a la reconciliación, a la unidad y a la reconstrucción interior que transforma tragedia en propósito y memoria en compromiso de paz.

Que el dolor no apague tu fe. Levántate sobre las ruinas, abraza la esperanza y responde al odio con amor. Cristo ya venció; camina en esa victoria y sé luz cuando el mundo tiemble.

Autor: Raul León - Ecuador

Tu valor va más allá del perfeccionismo

Sábado, 12 de Septiembre de 2026

Porque por gracia sois salvos por medio de la fe; y esto no de vosotros, pues es don de Dios; no por obras, para que nadie se gloríe.

Efesios 2:8-9

¿Cuántas veces te acuestas repasando en silencio todo lo que no lograste hacer hoy? El perfeccionismo no es un defecto de carácter menor: es una herida profunda que te mantiene esclavo de tu propio rendimiento, midiendo tu valor personal por tus resultados visibles.

La psicología lo llama autoexigencia tóxica, y sabe que produce ansiedad crónica, autocritica destructiva y agotamiento emocional silencioso.

La Biblia, mucho antes, lo llamó esclavitud a la ley, un yugo que Cristo vino a quitar de nuestros hombros cansados. No naciste para ganarte el amor de Dios a punta de desempeño impecable; naciste amado desde antes de hacer algo bien o mal, y por eso puedes trabajar, servir y crecer sin que cada fracaso te destruya por dentro.

Esta verdad se vuelve urgente y necesaria cuando entendemos que Cristo viene pronto, no a evaluar tu currículum espiritual ni tu lista de logros acumulados, sino a buscar corazones que aprendieron a descansar por completo en Él, sin fingir una perfección que nunca alcanzaron.

Si hoy sientes que no eres suficiente, que no llegas a la meta, que decepcionas a quienes amas o a ti mismo, escucha esto con calma y detente a respirarlo: tu lugar en el reino que viene no depende de tu perfección humana; depende únicamente de la sangre de Cristo derramada por ti. Suelta esa carga que no te corresponde cargar.

Camina más liviano desde hoy. Él vuelve por gente cansada de intentar ser perfecta, no por quienes ya creyeron haberlo logrado solos. No necesitas ser perfecto para que Él vuelva por ti.

Autor: David Vera - Ecuador

Un testimonio viviente

Domingo, 13 de Septiembre de 2026

Sé fiel hasta la muerte y yo te daré la corona de la vida

Apocalipsis 2:10

Cuando reconocemos que la vida espiritual es una decisión diaria, muchas veces nos vemos confrontados a tomar decisiones cuyos resultados no se ven en el instante, sino con los años.

En mis tiempos universitarios, me vi confrontado a tomar una decisión entre muchas; cada día eran retos, y una de ellas fue guardar el sábado.

Todavía no existían las directrices para estudiar de manera online o híbrida; más bien, las clases eran nocturnas. Por lo tanto, los catedráticos no estuvieron de acuerdo, y uno de ellos se burló de mi decisión de no asistir los días viernes.

Así que me armé de valor y, por fe, hice la carta de libertad religiosa. Me acerqué al rector de la universidad con mi carta y un libro: El conflicto cósmico.

Me dijo: «¿Por qué haces esto?». Para mi sorpresa, me dijo: «Yo conozco a los de tu fe, pero muchos no lo hacen. ¿Por qué tú sí lo haces?». Con mi poca experiencia de fe, le respondí: «La decisión es individual».

Me miró, recibió el libro y la carta. Yo, nervioso, pensando que me iba a rechazar, vi cómo, más bien, me firmó y me dijo: «Tienes todos los permisos para no asistir los días viernes y ninguna actividad en sábado».

Mi felicidad era enorme, y finalmente no iba a perder ningún semestre en la universidad.

Dios siempre al control, jamás dudemos de decidir, para el mundo es ilógico pero para Dios es vida eterna por lo tanto seamos siempre un testimonio viviente.

Autor: Stalin Revelo - Ecuador

Clama a Mí y Yo Te Responderé

Lunes, 14 de Septiembre de 2026

Clama a mí, y yo te responderé, y te enseñaré cosas grandes y ocultas que tú no conoces.

Jeremías 33:3

Aunque muchas veces no lo percibimos, Dios dirige y sostiene todas las cosas. Sin embargo, la naturaleza humana suele atribuir los logros a nuestras propias capacidades, olvidando reconocer que toda bendición proviene finalmente de la mano de Dios. En una ocasión viví una experiencia que fortaleció profundamente mi fe.

Soy ingeniero y en mi trabajo enfrentamos problemas técnicos que deben resolverse con rapidez. En una intervención debíamos ingresar a un túnel de gran tamaño para retirar un equipo que había fallado. El problema era que ese lugar siempre mantiene presencia de gases peligrosos, lo que normalmente impide el ingreso por seguridad.

El día previo preparamos todo cuidadosamente: equipos de respiración autónoma, análisis de riesgos y un plan de trabajo. Humanamente hicimos todo lo posible, pero aun así había temor. Esa noche me arrodillé y oré recordando Jeremías 33:3, pidiendo que Dios extendiera su mano sobre aquel lugar. Al día siguiente, antes de iniciar, mis compañeros -que no son adventistas- me pidieron que hiciera una oración. Oramos juntos y luego medimos los gases.

Para nuestra sorpresa, la atmósfera estaba completamente libre de gases. Ese túnel normalmente tiene gases peligrosos, pero justo ese día no había ninguno y pudimos trabajar con seguridad.

¡Fue un milagro! Dios pasó su mano por ese lugar. Al día siguiente los gases regresaron. Para mí fue como cuando Dios abrió el Mar Rojo para Israel.

Dios escucha el clamor de sus hijos. Cuando lo buscamos con fe, obra más allá de lo que entendemos. Hoy confía en Él y clama en todo momento. Ten la certeza: Dios escucha y responde. El Señor escuchó.

Autor: Marco Daniel Silva - Ecuador

Dios suple tus necesidades

Martes, 15 de Septiembre de 2026

Y este mismo Dios quien me cuida suplirá todo lo que necesiten, de las gloriosas riquezas que nos ha dado por medio de Cristo Jesús.

Filipenses 4:19

A veces, las súplicas resultan contestadas de la manera en que Dios responde en su momento indicado.

Recuerdo que en el año 2020, antes de entrar en la pandemia, tenía dos trabajos: uno de limpieza y otro en un bar de colegio. Como ustedes saben, cuando hay clases hay trabajo y cuando no, no. Y en el trabajo de limpieza me dijeron que no había cómo pagar más.

Entonces llegó la pandemia, el encierro, y yo dije: «¿Y ahora qué hago?». Pero gracias a la bondad de Dios, hubo unas tres o cuatro personas que, de un momento a otro, me mandaron un mensaje y me dijeron: «Pásame tu cuenta». Y ese dinero servía de mucho para poder subsistir.

Y así pasaron algunas situaciones hasta que conseguí un trabajo en el que estoy actualmente.

Fíjate, y tengo la plena confianza de que cuando le pido a Dios en situaciones, Él provee nuestras necesidades.

Cuando le suplicamos, Él responde, y yo sé que Él ha respondido porque cuando he estado en una situación complicada, Él provee un «cachuelito» -como vulgarmente se conoce- : voy con mis herramientas, hago el trabajo y ahí está la paga. ¡Y la oración, la súplica, contestada!

Cuando buscas a Dios con sinceridad y pides lo que necesitas, Él nunca te abandona. En medio de las dificultades, siempre responde de una u otra manera.

Autor: José Mauricio Vélez Vásquez - Ecuador

El descanso como acto de fe y terapia divina

Miércoles, 16 de Septiembre de 2026

Acuérdate del día de reposo para santificarlo... porque en seis días hizo Jehová los cielos y la tierra... y reposó en el séptimo día.

Éxodo 20:8-11

Vivimos convencidos de que detenernos es debilidad y de que producir sin parar es la única forma válida de tener valor ante los demás y ante nosotros mismos.

Pero Dios, desde el principio de la creación, nos ordenó descansar un día completo, no como premio por el trabajo cumplido, sino como acto deliberado de confianza.

Detenerte por completo un día es decirle al universo entero: «No todo depende de mí, y está bien que así sea». La psicología llama a esto regulación del sistema nervioso, un mecanismo necesario para prevenir el agotamiento crónico; Dios lo llamó santo desde el jardín del Edén, mucho antes de que existiera la palabra estrés.

El sábado no es solo una pausa física entre semanas de trabajo, es terapia semanal para una mente que necesita recordar, una y otra vez, que hay alguien mayor sosteniendo lo que tú no puedes controlar por más esfuerzo que hagas. Y hay algo todavía más grande: cada sábado que guardas con el corazón es un ensayo pequeño del descanso eterno que viene, ese reposo final y definitivo cuando Cristo regrese y ya no exista más afán, agotamiento, insomnio ni ansiedad por el mañana incierto.

Si esta semana llegaste agotado hasta el alma, sintiendo que ya no puedes más, el sábado no es un lujo religioso opcional, es un mensaje urgente para ti: puedes soltar el control porque Dios nunca lo soltó ni un instante.

Practica hoy ese descanso profundo como quien ensaya, con anticipación gozosa, la eternidad que ya se acerca. Cada sábado es un anticipo del descanso eterno que Él ya prometió. Vívelo así.

Autor: David Vera - Ecuador

No encajo, pero Dios me utiliza.

Jueves, 17 de Septiembre de 2026

Porque somos hechura suya, creados en Cristo Jesús para buenas obras, las cuales Dios preparó de antemano para que anduviéramos en ellas.

Efesios 2:10

Hay un secreto que la mayoría no sabe sobre mí. Tengo Asperger. Me cuesta entender las expresiones faciales, el lenguaje corporal y el "lenguaje entre líneas" que los demás dominan con facilidad. Siempre me pregunto si he dicho algo mal o si soy demasiado directo.

A veces, un cambio inesperado me pone nervioso y desorientado. Tengo intereses muy específicos que me apasionan profundamente, aunque a veces hablo demasiado sin darme cuenta. Los ruidos fuertes, las luces brillantes o los olores intensos me abruman, y necesito momentos de soledad para recargarme.

Cuando pienso en conocer gente nueva, un pánico enorme me invade. Mis manos tiemblan y mi mente se llena de dudas: ¿seré entendido? ¿Diré algo raro? Me siento como en un laberinto sin salida, con la timidez como un peso que me ata.

Pero cuando le pido a Dios que me guíe, todo cambia. No es que el miedo desaparezca, pero él toma mis manos temblorosas y me ayuda a encontrar las palabras justas. Me permite expresarme con claridad y conectar con los demás de manera auténtica.

Él entiende mi forma única de ver el mundo, valora mi atención al detalle, mi sinceridad y pasión. No espera que cambie para encajar. Aunque a veces siga sintiéndome fuera de lugar, sé que Dios me utiliza tal como soy (con mi Asperger, mis miedos y todas mis características) para llevar su mensaje. Él transforma lo que creo que es un obstáculo en una herramienta especial para su propósito.

Dios no necesita que seas como los demás. Él usa tu forma única de ser para hacer su obra. Confía en él y obedécele, porque lo que Dios comenzó en ti, él lo terminará.

Autor: Christian Zambrano Funes - Ecuador

Un espíritu superior

Viernes, 18 de Septiembre de 2026

Pero Daniel mismo era superior a estos sátrapas y gobernadores, porque había en él un espíritu superior; y el rey pensó en ponerlo sobre todo el reino.

Daniel 6:3

Daniel, cautivo en Babilonia, decidió ser fiel a Dios. Su "espíritu superior" era el resultado de una vida de fe y rectitud, reflejando la luz divina.

Hace años, en el preuniversitario, se puso a prueba mi fe. Se me exigía asistir los fines de semana, lo cual desafiaba mis convicciones del sábado.

Presenté una carta explicando mi postura y oré constantemente, pidiendo a Dios que me ayudara a demostrar que era posible ser diferente sin violar mis principios. Mi oración era: "Señor, yo haré lo que está a mi alcance, y Tú harás el resto."

Dios me ayudó a rendir exámenes y presentar trabajos de lunes a viernes, incluso con actividades de última hora programadas para el sábado. Por la gracia de Dios, pude culminar mi carrera en 2024 sin comprometer mis principios ni mi rutina espiritual.

Al igual que Daniel, yo no reduje mi fe. Cuando se prohibió orar, Daniel mantuvo sus ventanas abiertas hacia Jerusalén y siguió orando como de costumbre.

Hoy, nuestro mundo también pone a prueba nuestra fe a través de presiones, distracciones y desafíos. Pero si cultivamos un espíritu superior (rendido a Dios), mantenemos una vida de oración y mostramos fidelidad constante, veremos a Dios obrar en y a través de nosotros, tal como lo hizo con Daniel.

Hoy pidamos a Dios que nos dé ese espíritu superior.

Recuerda ser fiel a Dios, aun cuando el mundo exige lo contrario.

Autor: Leonela Espinoza León - Ecuador

Dios siempre estuvo ahí

Sábado, 19 de Septiembre de 2026

El Ángel de Jehova acampar alrededor de los que le temen, y los defiende.

Salmos 34:7

Todo sucedió en el año 2014. Empecé a construir mi casa contando únicamente con 500 dólares que el seguro social me prestó. Así pasaron 2 años edificando lo que algún día sería mi hogar, un trabajo que arrancó gracias a la ayuda de mi suegro, Diógenes, y mis cuñados.

Con el afán de terminar lo más pronto posible, mi suegro y yo nos quedábamos trabajando hasta altas horas de la noche. A esas horas me tocaba retornar al kilómetro 22 de la vía a la costa, donde vivía entonces.

Las enormes ansias de ver la casa culminada me hacían pensar a veces: «¿Será que algún día disfrutaré de mi hogar?».

Llegó el mes de febrero de 2016, fecha en la que sentí que no lograría ver culminada la obra. Mientras colocábamos el techado junto a mi suegro, sufrimos una descarga eléctrica de 36000 voltios proveniente de un cable de alta tensión.

Eso me dejó inconsciente y me hizo caer desde una altura de 6 metros hacia la calle. Sin embargo, por la gracia de Dios, al caer al suelo pude reaccionar.

Me trasladaron al hospital, y estando allá, solo me dijeron que tenía heridas leves y ninguna fractura.

Por eso ahora digo: «El ángel del Señor acampa alrededor de los que le temen, y los defiende».

Aun en los momentos más críticos Dios nos sostiene con su mano poderosa.

Autor: Félix A Wong V. - Ecuador

La maldad (Parte 1)

Domingo, 20 de Septiembre de 2026

Muchos me dirán en aquel día: Señor, Señor, ¿no profetizamos en tu nombre, y en tu nombre echamos fuera demonios, y en tu nombre hicimos muchos milagros? Y entonces les declararé: Nunca os conocí; apartaos de mí, hacedores de maldad.

Mateo 7:22-23

¿Por qué Jesús "hacedores de maldad" a quienes habían hecho tantas cosas por su causa? Para comprenderlo a fondo, debemos mirar más allá de nuestra superficie humana y acudir al significado original de los términos.

La palabra [maldad] proviene de la traducción anomia, que a su vez se deriva del griego anomos, donde la letra a significa "en contra" y nomos se traduce como "ley". En esencia, la maldad es el acto de estar en contra de la ley divina.

Las Escrituras nos confirman en 1 Juan 3:4 que todo aquel que comete pecado infringe también la ley, pues el pecado es precisamente la infracción de la ley, equiparándose de este modo el pecado con la maldad. Sin embargo, Jesús sintetizó toda la ley y los profetas en 2 pilares inquebrantables: amar a Dios con todo el corazón, con toda el alma y con toda la mente, y amar al prójimo como a uno mismo (Mateo 22:36-40).

Esto revela una verdad transformadora: toda la ley de Dios se fundamenta y sostiene en el amor. Por lo tanto, la verdadera maldad no es solo quebrantar un reglamento frío, sino "todo acto que está desprovisto de amor".

1 Juan 4:8 nos recuerda con absoluta claridad que Dios es amor, y quien no ama no le ha conocido. El pecado, al ser maldad y oponerse a una ley basada en el amor, es en realidad un acto de rebelión directa contra la naturaleza misma de Dios.

El amor es el cumplimiento perfecto de la ley divina; apartarse de él es caminar en contra del corazón mismo de Dios.

Autor: Luis Alberto Vélez - Ecuador

La maldad (Parte 2)

Lunes, 21 de Septiembre de 2026

Y si repartiese todos mis bienes para dar de comer a los pobres, y si entregase mi cuerpo para ser quemado, y no tengo amor, de nada me sirve.

1 Corintios 13:3

Ayer vimos que lo que no nace del amor carece por completo de sentido y valor delante de la presencia de Dios. Es muy fácil caer en la ilusión de que podemos impresionar al Creador mediante actos exteriores grandiosos, cumplimientos religiosos estrictos, sacrificios visibles o una abultada lista de supuestos méritos espirituales.

No obstante, si el motor que impulsa nuestro servicio y nuestras ofrendas no es el amor puro, espiritualmente resultan estériles y vacíos. Esta realidad cobra un peso abrumador al recordar que Dios es amor, de modo que cualquier acción desprovista de este principio nos coloca del lado de la maldad y del pecado, constituyendo una franca oposición a Su ley.

Pero Santiago 4:17 nos confronta profundamente al señalar que al que sabe hacer lo bueno y no lo hace, le es pecado. La maldad no se limita únicamente a cometer faltas atroces o explícitas; muchas veces se oculta en la fría omisión, en la indiferencia ante la necesidad ajena. Si lo pude hacer y no lo hice, cometí pecado.

Las Escrituras también nos advierten solemnemente en Éxodo 32:33 que al que pecare contra Dios, Él lo raerá de Su libro. El pecado nos roba la salvación, una salvación de la que hay que ocuparse con temor y temblor.

Hoy es el día propicio para pedirle al Espíritu Santo que transforme nuestras motivaciones y elegir caminar en obediencia, asegurando que cada obra que realicemos refleje la luz, la gracia, y el amor de Dios.

Examina tus motivaciones más profundas hoy: que cada obra nazca de un amor sincero para reflejar fielmente la esencia de Dios.

Autor: Luis Alberto Vélez - Ecuador

No mires atrás

Martes, 22 de Septiembre de 2026

Cuando ya estaban fuera, le dijeron: Escapa por tu vida; no mires atrás ni te detengas en ningún lugar de esta llanura; escapa al monte, no sea que perezcas.

Genesis 19:17

Hoy decidí escribir mi pequeño testimonio en la oscuridad, con muchas emociones en mi corazón y con la seguridad de que Dios está a mi lado. Hace 8 años decidí estudiar una carrera universitaria, emocionada por ingresar a Biología. El tiempo pasó y me gradué con las mejores calificaciones, recibiendo honores cada semestre.

Comencé mi experiencia laboral muy joven, incluso antes de graduarme. Me desempeñé en lugares muy reconocidos y todos creían que tenía las cualidades para destacar en lo que me propusiera; para el mundo, era una profesional con gran proyección de crecimiento.

Pero algo resonaba dentro de mí; algo me decía que no estaba haciendo lo correcto, aunque la mayoría me aconsejaba que siguiera. En la soledad nos encontramos Dios y yo: le dije que sabía que no estaba honrándolo en mi trabajo, pero que no podía tomar la decisión de dejar tanto esfuerzo de lado.

En ese momento, Dios respondió, aunque no como uno espera: tuve que llorar y recibir malos tratos, y ahí tomé la decisión que Dios esperaba; renuncié. Hasta 2025 trabajé en el sector camaronero, uno de los más desarrollados en Ecuador. Decidí alejarme completamente, sin importar que se me prometiera un futuro con solvencia económica según el mundo.

Ahora mi historia se sigue escribiendo; ya va a ser un año sin empleo y me siguen llegando muchas propuestas atrayentes para que vuelva a aquello a lo que decidí renunciar. Pero recuerdo: No mires atrás.

Dios ya está escribiendo tu más linda historia, solo confía y recuerda: no mires atrás.

Autor: Karolay Arteaga - Ecuador

Pedí y Dios me lo dio

Miércoles, 23 de Septiembre de 2026

Pedid, y se os dará; buscad, y hallaréis; llamad, y se os abrirá. Porque todo aquel que pide, recibe; y el que busca, halla; y al que llama, se le abrirá

Mateo 7:7-8

Dios siempre cumple sus promesas cuando pedimos con fe y confiamos plenamente en Él.

En 2023, solicité un préstamo para pagar la universidad de mi hijo y también para cubrir la entrada de un carro seminuevo. Contacté con una concesionaria que me prometió entregar el vehículo en quince días. Pagué la entrada, pero el día de la entrega nunca llegó. Finalmente, fui estafado y no recibí la devolución del dinero, lo que me dejó sin recursos. Fue un año muy difícil para mí. En 2024, comencé de nuevo a buscar un carro.

Aunque no contaba con los recursos necesarios, no dejé de confiar en Dios. Conversando con Él, recordé que es el Dios de las oportunidades y le expliqué cuál sería el propósito de aquel vehículo. Le pedí específicamente una furgoneta diésel y que pudiera obtenerla para mis vacaciones.

El Señor escuchó mi petición y me concedió lo que le había pedido. ¿Cómo fue posible si no tenía el dinero? Dios me iluminó y me mostró una solución. Decidí solicitar otro préstamo y, junto con mi esposa, logramos reunir el valor necesario para comprar el carro, tal como se lo había pedido a Dios.

Esta experiencia me enseñó que debemos confiar en Dios y creer en sus promesas. Él escucha nuestras peticiones y abre caminos cuando ponemos nuestra fe en sus manos.

Solo cree, confía y verás cómo Dios obra en el momento perfecto.

Autor: Félix A Wong V. - Ecuador

Aprende a aceptar el "no" por respuesta.

Jueves, 24 de Septiembre de 2026

Porque yo sé los pensamientos que tengo acerca de vosotros, dice Jehová, pensamientos de paz, y no de mal, para daros el fin que esperáis.

Jeremías 29:11

A veces, cuando oramos con todo el corazón, esperamos que Dios responda exactamente a lo que pedimos, y cuando no es así, nos sentimos decepcionados o confundidos. Pero hay una verdad profunda que debemos recordar: si Dios nos diera todo lo que pedimos en este momento, muchas de esas cosas nos destruirían.

Nuestra visión es limitada: solo vemos lo que queremos ahora, pero Dios ve el futuro, conoce nuestras debilidades y sabe lo que es realmente bueno para nosotros. Un 'no' de su parte no es un rechazo, sino una manera de protegernos. Es como un padre que no le da un objeto peligroso a su hijo, no porque no lo ame, sino porque quiere cuidarlo.

A veces, lo que pedimos parece bueno (incluso si se trata de nuestros estudios, trabajo, pareja sentimental, o hasta de lo que comemos y bebemos, etc.), pero en realidad nos alejaría de Él, nos haría daño o nos impediría crecer espiritualmente. El "no" de Dios es un acto de su inmenso amor: Él nos protege de lo que no podemos ver, de lo que nos lastimaría sin que nos demos cuenta.

Aprender a aceptar el "no" de Dios es parte de confiar en su sabiduría y en su cuidado. Saber que Él siempre actúa para nuestro bien, incluso cuando no entendemos por qué no responde a lo que queremos. Su "no" es, en realidad, una forma de decir: "Te amo demasiado como para darte algo que te haga daño".

El "no" de Dios no es un cierre, sino una protección: Él sabe lo que nos conviene y siempre actúa por nuestro bien.

Autor: Christian Zambrano Funes - Ecuador

Mi ahijado

Viernes, 25 de Septiembre de 2026

Tomó, pues, Abram a Sarai su mujer, y a Lot hijo de su hermano, y todos sus bienes que habían ganado y las personas que habían adquirido en Harán, y salieron para ir a tierra de Canaán; y a tierra de Canaán llegaron.

Genesis 12:5

Hoy quiero contarte acerca de alguien muy especial: mi querido ahijado, Mathew, hijo de la mejor amiga de mi esposa.

Tiempo atras, Estefanía -mi esposa-, Elisa y yo nos propusimos salir a trotar a las 5 a.m. En una de esas mañanas, tras recorrer una distancia larga de regreso a casa, Elisa comenzó a sentir náuseas. Pensando que era por el ejercicio, paramos a caminar. De hecho, apenas alcanzamos a trotar 3 días antes de abandonarlo por completo, porque justo ahí nos enteramos de que Mathew venía en camino.

Han pasado más de 13 años desde ese suceso y hoy me alegra mucho estar presente en su vida. Aunque quizás como adventista no compartamos la forma del bautismo que le realizaron, acepté ser su padrino con el fin de ser una influencia positiva en la vida de Mathew, y me hice la promesa de ser ese padrino que nunca tuve.

No sé si lo haré bien, pero al analizar la vida de Mathew noto que he estado en sus momentos más clave: acompañándolo en campamentos, siendo un conquistador, guiándolo en sus especialidades y compartiendo valores esenciales para su juventud.

A veces nos toca ser padres o padrinos de forma inesperada. Que alguien te elija como padrino significa que ve en ti algo especial para guiar a ese pequeño, dándote la oportunidad de ser un referente de vida.

Un día Abraham decidió adoptar a Lot, salvándolo de la destrucción en Sodoma. Quizás hoy te toque acoger a alguien para que, como él, alcance la salvación en Jesús.

Autor: Miguel Ronquillo - Ecuador

El vacío de tu corazón.

Sábado, 26 de Septiembre de 2026

Como el ciervo brama por las corrientes de las aguas, así clama por ti, oh Dios, el alma mía. Mi alma tiene sed de Dios, del Dios vivo; ¿cuándo vendré, y me presentaré delante de Dios?

Salmo 42:1-2

En ocasiones, nos sentimos vacíos. Es una sensación que nos inquieta, que nos hace buscar algo para llenarlo con desesperación. Y entonces corremos a distraernos: buscamos más ruido, más pantallas, más gente, más cosas que nos hagan olvidar esa incomodidad. Pero, por más que intentemos llenarlo con distracciones pasajeras, el sentimiento siempre vuelve a golpear la puerta.

Y es que el alma humana no se sacia con cosas efímeras. El ruido del mundo se apaga tarde o temprano, las pantallas se quedan en negro, la gente se despide y se va, y el vacío sigue intacto ahí dentro. Comprendemos que ese espacio no se llena con elementos externos, sino con aquello capaz de tocar lo más íntimo y profundo de nuestro ser.

Quizá olvidamos una verdad hermosa, o tal vez aún no la descubrimos del todo: nuestra vida se colma de sentido solo cuando decide volver a casa. Esa casa no es una dirección física en el mapa, sino la comunión íntima con Dios. Él conoce cada rincón de nuestra historia y lo que realmente necesitamos.

Cuando nos acercamos a Jesús, cuando conversamos con Él en el silencio y nos abrimos a Su presencia, el vacío se transforma en paz, amor genuino y propósito eterno. Dios es el verdadero hogar que nuestra alma anhela.

Las distracciones solo apagan el vacío por un momento, pero la comunión con Dios lo llena para siempre: vuelve a tu hogar espiritual y encuentra la plenitud.

Autor: Christian Zambrano Funes - Ecuador

El valor de la amistad (Parte 1)

Domingo, 27 de Septiembre de 2026

Así como en el agua se refleja el rostro, también en el corazón se refleja el hombre

Proverbios 27:19

Había una vez dos hombres que convalecían en la misma habitación de un hospital. A uno de ellos, para ayudar a drenar el líquido de sus pulmones, se le permitía cada tarde sentarse en su cama, la cual daba a la ventana.

Sin embargo, el otro tenía que permanecer todo el tiempo tumbado. Con el paso de los días, ambos desarrollaron una gran amistad. Cada vez que se sentaba en la cama, el hombre describía a su compañero todo lo que podía ver.

Escuchar tantos detalles producía una gran satisfacción al que permanecía sin poderse levantar, quien solía cerrar los ojos para disfrutar de la maravillosa descripción de su vecino: el parque donde caminaban los enamorados, los patos del lago, los niños jugando con cometas, los frondosos árboles adornando el paisaje.

Ese momento se convirtió en el mejor del día. Así que, cada día, el hombre que permanecía en su cama esperaba con ansiedad la descripción diaria de su vecino.

Un día, una de las enfermeras entró a la habitación y descubrió que el narrador había muerto mientras dormía plácidamente en su cama. Aún se dibujaba una sonrisa de paz en su rostro. Entonces, su compañero de habitación pidió a la enfermera que lo cambiara a esa cama, junto a la ventana.

La enfermera accedió y lo cambió.

Concluyo preguntando: ¿Qué le vas a dejar a tus amigos? ¿Qué recuerdo tendrán de ti? ¿Con qué se van a quedar? Pídele hoy al Señor Jesús que te ayude a mejorar la vida de tus amigos.

Autor: Carlos Arguello Suárez - Ecuador

El valor de la amistad (Parte 2)

Lunes, 28 de Septiembre de 2026

Así como en el agua se refleja el rostro, también en el corazón se refleja el hombre

Proverbios 27:19

Emocionado, el paciente se apoyó sobre su antebrazo y estiró el cuello lo más que pudo tratando de mirar por la ventana.

Sin embargo, ¡Se encontró con una pared blanca! Desconcertado, le dijo a la enfermera:

-Perdone, ¿qué ha pasado con la ventana que estaba aquí? Mi compañero que ha fallecido me describía las cosas maravillosas que veía a través de ella.

La enfermera sonrió y amablemente le dijo:

-El hombre que murió era ciego, así que no pudo haber visto ni siquiera la pared. Lo más probable es que solo quisiera animarlo a usted.

Un verdadero amigo sabe compartir los dolores y los sufrimientos. Además, te ayuda a ser feliz y te hace más llevadera la vida. Los verdaderos amigos son un bálsamo, un refugio, un espacio para recargar las baterías.

Su influencia te hace una mejor persona y te deja un agradable recuerdo en el corazón.

(Este es el verdadero rostro y valor de la amistad)

El hombre que tiene amigos ha de mostrarse amigo; Y amigo hay más unido que un hermano.

Autor: Carlos Arguello Suárez - Ecuador

Lo esencial para vivir

Martes, 29 de Septiembre de 2026

Porque en él vivimos, y nos movemos, y somos; como también algunos de vuestros poetas han dicho: Porque linaje suyo también somos.

Hechos 17:28

La ciencia nos dice que para existir físicamente necesitamos cuatro cosas básicas: agua, aire, comida y luz. Son elementos sin los cuales no podemos vivir, que mantienen nuestro cuerpo funcionando día a día.

Pero cuando consideramos lo que Jesús dice en la Palabra, nos damos cuenta de que hay una necesidad más profunda, la que alimenta nuestra alma y nos da vida verdadera. Él dice: "Yo soy la fuente que sacia para siempre", como el agua que quita la sed, pero eternamente. "Yo soy el sople que da vida", como el aire que respiramos, pero que nos da vida espiritual.

"Yo soy el pan que alimenta el alma", como la comida que nutre nuestro cuerpo, pero que llena el vacío de nuestro ser. Y "Yo soy la luz que disipa toda oscuridad", como la luz que nos permite ver, pero que aleja la oscuridad de la duda y el miedo.

Así que la ciencia no se equivoca al afirmar que necesitamos esas cuatro cosas. Pero la verdad es que, para vivir verdaderamente, para tener una vida plena y con sentido, necesitamos a Jesús. Él es el cumplimiento de todas nuestras necesidades, el que no solo nos da existencia, sino vida abundante.

Sin Él, incluso con todo lo físico, nuestra alma sigue teniendo sed, hambre y oscuridad. Pero con Él, la realidad es distinta; con Jesús en nuestras vidas, tenemos todo lo esencial.

El agua, el aire, la comida y la luz nos dan existencia, pero solo Jesús nos da vida verdadera: Él es lo esencial para nuestro ser.

Autor: Christian Zambrano Funes - Ecuador

Renovar la mente: la neurociencia y el pensamiento

Miércoles, 30 de Septiembre de 2026

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.

Romanos 12:2

La neuroplasticidad demostró científicamente algo que la Biblia enseñó hace más de dos mil años: tu cerebro se transforma físicamente según lo que piensas de forma repetida y sostenida.

Cada pensamiento que alimentas construye caminos neuronales reales, para bien o para mal, fortaleciendo unos circuitos y debilitando otros con el paso del tiempo. Pablo no hablaba en términos de psicología cognitiva moderna, pero describió el proceso con una precisión asombrosa: transformación por medio de la renovación constante del entendimiento.

No se trata de forzar una positividad falsa ni de negar el dolor real que sientes, sino de elegir conscientemente en qué enfocas tu atención, qué crees sobre ti mismo, qué te repites en la mente a las tres de la mañana cuando nadie más te escucha.

Este ejercicio diario va más allá de un bienestar momentáneo: te prepara para un mundo nuevo y una mente libre de pecados y patrones heredados, cuando Cristo vuelva a restaurarlo todo, sanando ese interior tantas veces quebrantado por el dolor.

Hoy, antes de que el día te imponga sus pensamientos automáticos de derrota y desánimo, elige deliberadamente renovar tu mente con la Palabra, un versículo, una oración breve, un momento de silencio consciente. No es solo una estrategia de salud mental moderna avalada por estudios recientes.

Es preparación profética, real y urgente, para la eternidad que ya se acerca a pasos firmes. Cada pensamiento que renuevas hoy es un paso hacia la mente nueva que tendrás en la eternidad.

Autor: David Vera - Ecuador