



# Tranquilo

## Parte 3 – Descansar en la Tormenta

### Guía de Discusión

---

En esta serie, nos hemos centrado en relajados en el estrés diario y en la importancia de tener la intención de estar “tranquilos” (tomar un día de descanso) cada semana. En el mensaje final, echamos un vistazo más profundo a cómo confiar en Dios y descansar, incluso en medio de los tiempos difíciles.

#### Inicio

1. ¿Qué cosas le gusta hacer para aliviar el estrés?
2. Tómese tiempo para leer [Hechos 27:20-26](#) juntos como grupo.
3. *Agárrase de la esperanza.* [Lea Hechos 27:20, Hebreos 6:16-20 y Salmo 42:4-5](#). ¿A qué juramento hace referencia Pablo en Hebreos 6 cuando dice: “Dios también se unió con un juramento...”? ¿Por qué este juramento nos da esperanza? En el Salmo 42, el autor parece estar perdiendo la esperanza, ya que compara su situación actual con cómo solían ser las cosas. ¿Alguna vez se ha encontrado perdiendo la esperanza al desear por cómo solían ser las cosas? ¿Cómo avanza el salmista?
4. *Mantenga su valor.* [Lea Hechos 27:22 and Juan 16:31-33](#). ¿Dónde dice Jesús que encontraremos la paz? ¿Cómo se ve realmente tener paz en Jesús? ¿En qué se diferencia esto de la paz de Jesús? ¿Cómo se unen las pruebas y la esperanza? ¿Las pruebas conducen siempre a un debilitamiento de la esperanza?
5. *Reflexión final: Recuerde Quién está a su lado.* [Lea Hechos 27:23](#). ¿Alguna vez ha experimentado a Dios interviniendo a su favor? ¿Cómo supo que era Él? ¿De qué manera el hecho de que Dios interceptara su situación dio forma a su fe? Si nunca ha experimentado a Dios de esta manera, ¿en qué situación le gustaría ver a Dios aparecer? ¿Has orado específicamente para sentir la presencia y rescatarla de Dios?

### **Profundo**

6. **Lea [1 Corintios 13:13](#) y [Hebreos 11:1](#)**. Basado en estos pasajes, ¿hay alguna diferencia entre fe y esperanza? ¿Cuál es la diferencia entre las dos? ¿Cómo se atan juntas? ¿Puede pensar en un momento de su vida en el que tuvo fe, pero no esperanza, o viceversa? ¿Qué suele ser más difícil para usted: la fe o la esperanza?
  
7. **Lea [Daniel 3:16-18](#)**. Esta es la respuesta de Sadrac, Mesac y Abednego al Rey, momentos antes de ser arrojados al horno de fuego. (Si no está familiarizado con esta historia, puede entenderse rápidamente leyendo todo el capítulo 3 de Daniel). ¿Dónde ve la fe? ¿Dónde ve la esperanza? En la tormenta (s) que enfrenta ahora, ¿tiene fe en las promesas de Dios y en Su Palabra? ¿Tiene esperanza (un gozo incontenible) de que Dios obrará algo bueno en esta situación?