

No naciste para el scroll infinito

Jeremías llamado desde el vientre · Jeremías 1:4-10

«Antes que te formase en el vientre te conocí»

Jeremías 1:5 · versículo de la sesión

OBJETIVO

Que los jóvenes dejen de medir su valor con la vara de la comparación digital y entiendan que Dios ya diseñó una obra específica para cada uno, antes de nacer.

PARA

Jóvenes (adaptable a adolescentes)

DURACIÓN

45–60 min · grupo juvenil o célula

MATERIALES

Biblia, papel y lápices, celulares (para una dinámica).

La historia (cuéntala con tus palabras)

Jeremías era joven, sin currículum ni seguidores, cuando Dios le dice: **«Antes que te formase en el vientre te conocí, y antes que nacieses te santifiqué, te di por profeta a las naciones»** (Jer 1:5). El plan ya existía antes de que Jeremías se comparara con nadie. Él responde: «Yo no sé hablar, porque soy niño» (Jer 1:6). Dios no le discute el sentimiento, le responde con presencia: «No temas... porque contigo estoy yo para librarte» (Jer 1:8). Siglos después Pablo escribe a cristianos comunes: **«Somos hechura suya, creados en Cristo Jesús para buenas obras, las cuales Dios preparó de antemano»** (Ef 2:10).

El punto: no naciste para producir contenido que compita con el de otros. Naciste con una obra puesta por Dios, hecha a tu medida, que se descubre caminando con Él — no comparándote con una pantalla.

Dinámicas (elige 1–2)

El feed al revés

10 min

En parejas: "¿Qué admiro de alguien en redes esta semana? ¿Es algo que Dios también puso en mí, aunque se vea distinto?" *Ej: admiro que alguien viaje mucho → tal vez Dios puso en mí la curiosidad.*

Antes del vientre

15 min

En grupos de 3, completar: "Si Dios me formó antes de nacer con un plan, probablemente ya puso en mí ___, porque la gente me lo nota en ___." *No se inventa: se reconoce.*

Semilla, no trofeo

10 min

Cada uno escribe algo bueno que hizo esta semana sin que nadie lo viera ni lo subiera a una red. Se leen sin decir quién lo escribió. *Eso también es fruto, aunque no tenga "me gusta".*

Para conversar (no hay respuestas "correctas")

- 1 ¿Cuándo te comparaste con el feed de alguien y saliste sintiéndote "menos"? ¿Qué comparaste exactamente?
- 2 Si Dios ya tenía una obra pensada para ti antes de nacer (Jer 1:5), ¿cambia saber que no la inventas, sino la descubres?
- 3 Jeremías dijo "soy niño" (Jer 1:6). ¿Cuál es tu excusa para no caminar en lo que Dios puso en tí?
- 4 Efesios 2:10: las buenas obras ya fueron "preparadas de antemano". ¿Qué obra pequeña podrías empezar esta semana?

El reto de la semana

7 días sin comparar, 7 días sembrando

- **Día 1-2:** antes de abrir redes, pedir: "Muéstrame para qué me hiciste hoy, no para qué me compares."
- **Día 3-4:** anotar una cosa que haces bien y que a otros les sirve, aunque no sea "para subir".
- **Día 5:** usar esa cosa concretamente con alguien — una semilla pequeña y real.
- **Día 6-7:** contarle a un amigo o líder qué descubrió, y orar agradeciendo.

Cómo correr la sesión

1. **Abre** preguntando: "¿Cuántos minutos crees que pasaste comparándote esta semana?" Que se rían y sean honestos.
2. **Lee Jeremías 1:4-10** completo. Detente en v.5 y en la excusa de Jeremías (v.6).
3. Conecta con Efesios 2:10: el propósito no se inventa, es una obra "preparada de antemano".
4. Haz 1-2 dinámicas según el tiempo.
5. Cierra con "Para conversar" y la oración, dejando el reto como tarea concreta.

Tip: si alguien dice "yo no sirvo para nada", no lo corrija con elogios vacíos. Llévelo al texto: el valor no depende de lo que produce o muestra, sino de que Dios ya lo conoció y lo formó con una obra específica, visible o no.

♥ **Si alguien trae algo pesado** (comparación que se volvió autolesión, ideas de no valer nada, ansiedad fuerte por redes), no lo minimices ni lo resuelvas solo: acompaña con cuidado, avisa a un adulto responsable y deriva. El Consejero en /consejero.html, y para crisis: **Salud Responde 600 360 7777** (24 h, Chile).

Oración de cierre

«Señor, gracias porque antes de que yo existiera, tú ya me conocías. Perdóname por buscar en el scroll infinito lo que ya pusiste en mí. Enséñame a descubrir la obra que preparaste y a dar fruto que permanezca para tu gloria. En el nombre de Jesús, amén.»

Puedes **reproducir esta guía libremente en tu iglesia o grupo**, sin costo. Solo te pedimos mantener el mensaje centrado en Cristo y no venderla. ✦
Para su gloria (Jn 15:8).