

# Dios cuida a los que están tristes

*Elías estaba muy cansado y triste, y Dios lo cuidó con cariño (1 Reyes 19) · clase para niños (~50 min)*

**Base:** 1 Reyes 19 (adaptado) · **Edades:** preescolar a primaria · **Versículo:** «Dios está cerca de los que están tristes» (basado en Salmo 34:18)

**Verdad grande:** Elías, el amigo de Dios, había trabajado muchísimo. Pero una reina mala lo quería atrapar, y Elías corrió y corrió hasta el desierto. Estaba taaan cansado y taaan triste que se sentó debajo de un arbolito y ya no quería seguir. ¿Y saben qué hizo Dios? ¿Lo regañó? ¡No! Dios le mandó un ángel con pan calentito y agua fresca, y lo dejó dormir una buena siesta. Y después le habló... no con gritos, ¡sino con una vocecita suave y cariñosa! Le dijo: "No estás solo, Elías. Tengo amigos para ti y trabajos bonitos que hacer". Y le dio un ayudante, Eliseo, para que no estuviera solito. **Meta:** que el niño aprenda que cuando está triste o muy cansado, Dios no lo regaña: lo cuida con cariño (comida, descanso, personas que lo quieren), y que contar lo que sentimos —a Dios, a papá o mamá, a un maestro— siempre hace bien. Jesús dijo: "vengan a mí los cansados, y yo los haré descansar".

## 1. La voz suavcita (dinámica)

Juega con la voz: primero di algo con voz de trueno (fuerte), luego con voz de viento (soplando), y al final en un susurro muy suave: "los niños que me escuchan... que se toquen la nariz". Verás que para oír el susurro, ¡todos hacen silencio! Diles: "**Hoy vamos a conocer el día en que Dios le habló a su amigo con una vocecita suave y cariñosa.**"

**Conéctalo:** "Dios no le habló a Elías con gritos: le habló suavcito, con mucho cariño."

## 2. La historia

**Cuéntalo así** ¿Se acuerdan de Elías, el amigo de Dios que oró en el monte y cayó fuego del cielo?

Después de ese día tan grande, una reina muy mala se enojó con Elías y lo quería atrapar. Elías tuvo miedo y corrió, corrió y corrió hasta el desierto. Estaba taaan cansado y taaan triste que se sentó debajo de un arbolito y dijo: "Ya no puedo más". Hasta los grandes amigos de Dios se ponen tristes a veces. ¿Y qué hizo Dios? ¿Lo retó? ¡No! Dios le mandó un ángel. El ángel lo despertó despacito y le dijo: "Levántate y come". ¡Y había pan calentito y una jarrita de agua! Elías comió, tomó agua... y se volvió a dormir. Y el ángel vino otra vez con más comida. Dios primero cuidó su pancita y su sueño. Después, en un monte, Dios le habló. ¿Saben cómo? Pasó un viento fuertísimo... pero Dios no estaba ahí. Tembló la tierra... pero Dios no estaba ahí. Pasó un fuego... pero Dios no estaba ahí. Y entonces se escuchó una vocecita suave y delicada: era Dios, hablándole con cariño. Elías le contó todo lo que sentía: "me siento solo". Y Dios le dijo: "No estás solo: tengo muchos amigos fieles, y tengo cosas lindas para que hagas. Y te voy a dar un ayudante que te acompañe: Eliseo". ¡Elías se levantó con fuerzas nuevas! Así es Dios con los que están tristes: los cuida con cariño. Por eso **Jesús** dijo: "Vengan a mí todos los que están cansados, y yo los haré descansar". ❤️

## ❤️ 3. ¿Qué hago cuando estoy triste? (dinámica)

Conversa con cariño: "¿qué cosas nos ponen tristes o muy cansados?". Luego armen juntos la "receta de Dios para Elías": 1) comer y descansar, 2) contarle a Dios (y a papá, mamá o un maestro) lo que sentimos, 3) recordar que no estamos solos, 4) dejar que nos ayuden. Diles: **"Estar triste no es malo; Dios nos cuida y nos ayuda a levantarnos."**

#### 4. Versículo con gestos

«Dios está cerca de los que están tristes.»

Basado en Salmo 34:18

«**Dios está cerca...**» → un abrazo a uno mismo, apretadito; «**...de los que están tristes**» → carita triste que poco a poco se vuelve sonrisa. Repítanlo 3 veces, cada vez más suave (¡como el silbo apacible!).

#### 5. Manualidad (elige una)

- **El pancito del ángel:** un pan de cartulina con la frase "Dios cuida mi cuerpo y mi corazón".
- **El corazón abrazado:** un corazón de papel con dos manitas pegadas alrededor y la frase "Dios está cerca de los que están tristes".
- **La oreja que escucha suavemente:** una oreja de cartulina con la frase "Dios me habla con cariño".

#### 6. Juegos (elige uno)

- **Viento, terremoto, fuego... ¡silbo!**: cuando digas "viento" todos soplan y giran; "terremoto", saltan; "fuego", mueven los brazos; y cuando susurres "silbo apacible", todos se sientan quietitos a escuchar. Recuerda: "Dios le habló a Elías en lo suavemente".
- **El ayudante de Elías:** en parejas, uno es "Elías cansado" y el otro "Eliseo": lo ayuda a levantarse del suelo con cuidado y lo acompaña caminando. Luego cambian. "¡Dios nos da amigos para no estar solos!"

#### 7. Dibujo

Que dibujen a Elías durmiendo bajo el arbolito, con el ángel trayéndole pan y agua, y un corazón grande arriba, con la frase "Dios me cuida con cariño".

#### 8. Repaso y oración

Repaso: ¿Cómo estaba Elías? (muy cansado y triste) ¿Dios lo regañó? (no) ¿Qué le mandó Dios? (un ángel con pan y agua, y descanso) ¿Cómo le habló Dios? (con una voz suave) ¿Estaba solo Elías? (¡no! Dios le dio amigos y un ayudante) ¿Qué dijo Jesús? ("vengan a mí los cansados"). Cierren:

«Gracias, Dios, porque cuando estoy triste o cansado tú no me regañas: me cuidas con cariño. Gracias por la comida, por mi cama, y por las personas que me quieren. Ayúdame a contarte lo que siento, y a contárselo también a papá, a mamá o a mis maestros. Gracias, Jesús, porque tú me das descanso. Amén.»

## 👤 Adaptación por edad

**Preescolar** Enfócate en "Dios me cuida cuando estoy triste" y "cuento lo que siento". Mucho juego del silbo apacible, el pancito de cartulina y el versículo con gestos. No entres en detalles de la tristeza de Elías: basta "estaba muy cansado y muy triste".

**Primaria** Agrega que el bajón le llegó justo después de la gran victoria del Carmelo; que Dios primero cuidó su cuerpo (comida y sueño) y después le habló en el silbo apacible (1 R 19:12); que le mostró que no estaba solo (había 7000 fieles, 19:18) y le dio a Eliseo. Conversa con delicadeza: ¿a quién puedes contarle cuando estás triste? Refuerza: pedir ayuda es de valientes, y Dios nunca nos deja solos.

---

*«Dios está cerca de los que están tristes.» — basado en Salmo 34:18*

✦ Emaús · Él Va Delante — sembrando temprano en el corazón de los niños. Para su gloria.