

Vanidad de vanidades: nada "bajo el sol" te llena

Eclesiastés 1–2 · Bajo el sol · Sesión 1

«Vanidad de vanidades... todo es vanidad.»

Eclesiastés 1:2 · versículo de la sesión

OBJETIVO

Que cada joven reconozca que el vacío que siente después de "conseguir lo que quería" no es un defecto suyo, sino la señal de que fue hecho para algo más grande que lo pasajero; y que vea en Cristo, el pan de vida, a Quien sí llena ese vacío.

PARA

Jóvenes de 14 a 20 años

DURACIÓN

45–60 min · grupo juvenil o célula

MATERIALES

Biblias o app, hojas y lápices, un vaso con agua o un globo (para la dinámica), post-its

La historia (cuéntala con tus palabras)

Eclesiastés lo escribió alguien que lo tuvo todo. No es la queja de un fracasado: es el testimonio de un hombre que probó el placer sin límites, construyó obras enormes, acumuló más riqueza que nadie a su alrededor y alcanzó más sabiduría que cualquiera. Y después de probarlo todo, dejó escrito el veredicto más honesto de la Biblia: **"vanidad de vanidades... todo es vanidad"** (Ec 1:2). La palabra hebrea detrás, *hébel*, no significa "orgullo": significa **vapor, aliento, neblina** — algo que se ve, pero que no puedes atrapar con las manos. Eso es lo que encontró en cada cosa que perseguía "debajo del sol".

Y hace la pregunta que probablemente tú también te has hecho sin ponerle estas palabras: **"¿qué provecho tiene el hombre de todo su trabajo... debajo del sol?"** (1:3). ¿Qué queda, al final, de todo lo que corremos a conseguir? Piensa en esa sensación tan conocida: consigues la nota, el seguidor, el polerón, el logro, la aprobación de esa persona — y a los pocos días, el vacío vuelve. No porque esas cosas sean malas, sino porque fueron hechas para durar un rato, y tu corazón pide algo que dure para siempre. Mirando sus propias obras, el Predicador escribió: **"todo era vanidad... y sin provecho debajo del sol"** (2:11).

Pero —y esto es lo que mucha gente no sabe de Eclesiastés— el libro no se queda ahí hundido. Unos capítulos después suelta la clave de todo: Dios **"puso eternidad en el corazón"** del ser humano (3:11). Ese vacío que sientes cuando "lo tienes todo" y sigues incompleto no es una falla de fábrica: es una huella del Creador, como una marca de agua que solo se ve a contraluz. Estás hecho para lo eterno, y por eso nada temporal te llena del todo.

Siglos después, Jesús tomó exactamente esa pregunta de Eclesiastés y la llevó al fondo: **"¿qué aprovechará al hombre, si ganare todo el mundo, y perdiere su alma?"** (Mt 16:26). Y fue más allá: se presentó Él mismo como la respuesta al vacío. **"Yo soy el pan de vida; el que a mí viene, nunca tendrá hambre"** (Jn 6:35). Lo que Eclesiastés diagnostica con tanta honestidad, Cristo lo sana con su propia persona.

El punto: Todo lo que persigues "bajo el sol" —likes, logros, cosas, aprobación— es real, pero es vapor: no está hecho para llenarte. Ese vacío que sientes después de conseguirlo no te dice que estás roto; te dice que fuiste hecho para la eternidad. Y la eternidad tiene nombre: Jesús, el pan de vida que sí sacia.

Dinámicas (elige 1–2)

Atrapa el vapor

8 min

Para sentir en el cuerpo lo que significa hébel.

Lleva un vaso con agua caliente (o hielo seco si tienes) para que salga vapor visible, o infla un globo y ténsalo hasta que se note que puede explotar en cualquier momento. Pide a dos o tres voluntarios que intenten "atrapar" el vapor con las manos, o que sostengan el globo tratando de que no se les escape ni se reviente. Después de unos segundos, pregunta: "¿Se puede retener esto?". Conecta de inmediato: eso es exactamente la palabra que usa Eclesiastés para describir la vida sin Dios — *hébel*, vapor que se ve pero no se atrapa. Pregunta: "¿qué cosas de tu vida sientes que persigues igual que este vapor: se ven geniales, pero no logras que te llenen de verdad?"

La lista del "ya lo tengo y sigo igual"

12 min

Para destapar la carrera real detrás de la vanidad "bajo el sol".

Reparte post-its. Pide que cada uno escriba, de forma anónima, una cosa que consiguió o logró (una nota, un objeto, un número de seguidores, una meta deportiva, la aprobación de alguien) y que esperaba que lo llenara más de lo que lo llenó. Mézclalos en una caja o bolsa y léelos en voz alta sin adivinar de quién es cada uno. Después de leer varios, pregunta al grupo: "¿Notan el patrón? Casi todos esperábamos que ALGO nos completara, y siguió faltando algo." Cierra explicando que ese "algo que falta" no es un defecto personal: es la eternidad que Dios puso en cada corazón de la sala.

Bajo el sol / sobre el sol

10 min

Más reflexiva; ideal para cerrar antes de las preguntas.

Dibuja (o imprime) dos columnas grandes en una hoja o pizarra: "Bajo el sol" y "Sobre el sol" (Col 3:1-2). Pide que entre todos llenen la columna "bajo el sol" con cosas que la cultura joven persigue para sentirse valioso (likes, marcas, cuerpo, notas, popularidad). Luego llenen "sobre el sol" con lo que de verdad permanece (el amor de Dios, la identidad en Cristo, la eternidad, las personas amadas en el Señor). Cierra preguntando en qué columna están gastando más tiempo y energía esta semana.

Para conversar (no hay respuestas "correctas")

- 1 Lean Eclesiastés 1:2 y 2:11. Piensa en algo que conseguiste con muchas ganas (una meta, una compra, una aprobación) y que, poco después, dejó de llenarte como esperabas. Sin exponer a nadie más, cuenta qué fue y qué sentiste cuando el "brillo" se apagó.
- 2 Lean Eclesiastés 3:11: Dios "puso eternidad en el corazón" del ser humano. ¿Cómo cambia esto la forma en que ves tu propio vacío — como una falla tuya, o como una señal que Dios puso ahí a propósito para que lo busques a Él?
- 3 Lean Mateo 16:26. Jesús habla de "ganar el mundo entero" y perder el alma. En tu vida de hoy —redes, estudios, amistades, familia— ¿qué se parece a "ganar el mundo" y qué se parece a cuidar tu alma? ¿Sientes que le das más tiempo a uno que al otro?
- 4 Lean Juan 6:35. Jesús dice ser el pan que sacia para siempre. Honestamente, ¿a qué recurres primero cuando sientes ese vacío — el teléfono, la comida, el logro, alguien que te valide — y qué significaría recurrir primero a Él? No es una pregunta para sentirse culpable, sino para empezar a cambiar el hábito.

El reto de la semana

Semana "busca lo de arriba"

Dos pasos concretos para esta semana:

- **Nombra tu vapor:** elige UNA cosa "bajo el sol" en la que has estado buscando identidad o valor (logros, cuerpo, aprobación, likes) y, en oración, dile a Dios en voz alta: "esto es bueno, pero no es mi fuente de vida". Hazlo cada mañana de esta semana, aunque sean 30 segundos.
- **Un minuto con el Pan de vida:** cada día, antes de abrir el teléfono al despertar, dedica un minuto a leer o recordar Juan 6:35 y agradecerle a Jesús que Él sí llena lo que nada más llena. Trae a la próxima sesión qué notaste.



Cómo correr la sesión

1. **Llegada y pregunta de entrada (8 min):** "Cuenta algo que esperabas con muchas ganas y que, cuando por fin pasó o lo conseguiste, te dejó más vacío de lo que pensabas." Parte tú con un ejemplo propio, sin dramatizar, para que se sientan en confianza.
2. **Dinámica (8-12 min):** "Atrapa el vapor" funciona muy bien para abrir, porque mete la palabra clave del libro (*hébel*) en una imagen física antes de explicarla.
3. **La Palabra (8 min):** lean juntos Eclesiastés 1:2-3, 2:11 y 3:11, y luego Juan 6:35. Pide que noten la palabra "vapor" y la frase "eternidad en el corazón".
4. **La historia (8 min):** cuéntala con tus palabras, sin apuro, terminando en Jesús como el pan de vida.
5. **Para conversar (15-18 min):** las 4 preguntas. Si el tiempo apremia, prioriza la 1 y la 4.
6. **Reto y oración (6-8 min):** presenta el reto y cierra en oración, dejando un momento de silencio para que cada uno, en su corazón, le entregue a Dios su "vapor" particular.

Tip: Este tema toca directo la autoestima y el sentido de vida de los jóvenes, así que evita cualquier frase que suene a "tienes que rendir más para que Dios te quiera": todo lo contrario, el valor de cada joven en la sala ya está dado por Dios antes de cualquier logro o fracaso. El vacío no es un castigo ni una señal de que algo está mal en ellos como persona; es, literalmente, el espacio que Dios dejó para Él mismo.

♥ **Si surge algo pesado** (sensación de vacío existencial muy fuerte, pensamientos de desesperanza, o cualquier crisis): no lo minimices ni lo resuelvas solo. En Chile: **Salud Responde 600 360 7777** y El Consejero en elvadelante.com/consejero.html. Avisa a un adulto responsable del ministerio.



Oración de cierre

Señor, cuántas veces corrimos tras cosas que prometían llenarnos y se nos escaparon como vapor entre los dedos. Gracias por la honestidad de este libro: nada "bajo el sol" nos basta, porque tú pusiste eternidad en nuestro corazón. Perdónanos cuando intentamos llenar el vacío con más de lo mismo, en vez de buscarte a ti. Hoy te pedimos: sacia nuestra hambre más honda con Cristo, el pan de vida, para que nuestra vida deje de ser vapor y halle en Él su sentido eterno. Tú vas delante. 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).