

Tus manos también están llenas de Dios

Éxodo 31 · Bezalel lleno del Espíritu y el sábado

«Todo lo que hagáis, hacedlo de corazón, como para el Señor.»

Colosenses 3:23 · versículo de la sesión

OBJETIVO

Que cada joven ofrezca a Dios lo que hace con las manos o la cabeza —estudiar, entrenar, dibujar, una pega, ayudar en la casa— pidiendo su Espíritu, y aprenda a descansar confiando en que Dios sostiene lo que él no controla.

PARA

Jóvenes (adaptable a adolescentes)

DURACIÓN

45–60 min · grupo juvenil o célula

MATERIALES

Biblias o la app, esta guía, papel y lápiz, algo para compartir

La historia (cuéntala con tus palabras)

En Éxodo 31, Dios le está terminando de dar a Moisés las instrucciones para construir el santuario en el desierto. Y ahí pasa algo que descoloca: la primera vez en toda la Biblia que se dice clarito que alguien fue **"lleno del Espíritu de Dios"** no es un profeta, ni un sacerdote, ni nadie "espiritual" en el sentido que uno imagina. Es un artesano. Se llama Bezalel. Dios lo llena de sabiduría, inteligencia y ciencia "en todo arte" —para diseñar en oro, plata y bronce, tallar piedras finas, trabajar madera, coser telas. Le pone un ayudante, Aholiab, y entre los dos hacen el trabajo técnico más fino de todo el libro de Éxodo: el arca, la mesa, el candelabro, las vestiduras del sacerdote. Puro trabajo de manos.

Después, en ese mismo capítulo, Dios manda algo que parece totalmente al revés: guardar el sábado, un día entero de parar, de no producir nada, "señal para siempre" del pacto entre él y su pueblo. Dos cosas que parecen no tener nada que ver —hacer arte fino con las manos, y dejar de trabajar por completo— están juntas en el mismo capítulo porque en el fondo hablan de lo mismo: todo lo que tú haces, y también lo que dejas de hacer, le pertenece a Dios.

El punto: El Espíritu de Dios no llena solo para predicar, cantar o levantar las manos en una alabanza. Llenó primero a un artesano para que hiciera bien su oficio. Y el descanso no es para los flojos ni un premio solo para los "muy espirituales": es una orden, porque descansar de verdad es decirle a Dios "confío en que tú sostienes esto, no yo solo".

Dinámicas (elige 1–2)

Muestra y cuenta

10 min

Cada uno busca en su celular una foto de algo que hace con las manos o con la cabeza —un dibujo, una jugada, el cuaderno de estudio, un arreglo de bici, una receta, una coreografía— y en 1 minuto cuenta qué es y por qué le gusta. El líder cierra: "eso que mostraste también puede estar lleno del Espíritu de Dios, como el trabajo de Bezalel".

Tres minutos de nada

5 min

Todos dejan el celular en el centro, boca abajo, y se quedan en silencio total 3 minutos: sin hablar, sin orar en voz alta, sin hacer nada. Al terminar, cada uno dice en una palabra cómo se sintió "no hacer nada". Sirve para sentir en el cuerpo lo que cuesta el descanso real.

El taller de Bezalel

8 min

En grupos de 3, imaginen que Moisés les encarga construir algo del santuario (el arca, las vestiduras, el candelabro). ¿Qué habilidad de las que ya tienen —dibujar, armar cosas, coser, soldar, diseñar en el celu— pondrían al servicio de ese encargo? Compartan en plenaria.

Para conversar (no hay respuestas "correctas")

- 1 ¿Hay algo que haces seguido —estudiar, jugar fútbol, dibujar, ayudar en la casa, una pega de medio tiempo— que sientes que "no cuenta para Dios" porque no es predicar ni cantar en la iglesia? Cuéntanos qué es.
- 2 Bezalel usaba las manos para tallar oro y madera, y el texto dice que el Espíritu lo llenó justo para eso. Si el Espíritu de Dios también puede llenar lo que tú haces con las manos o la mente, ¿qué cambiaría en cómo lo haces esta semana?
- 3 Hebreos 4 dice que entrar en el descanso de Dios es un acto de fe, no de flojera. A ti, ¿te cuesta más desconectarte de verdad (del celu, de las notas, de la presión por rendir) o partir una pega? ¿Por qué crees que pasa eso?
- 4 Si tu valor ante Dios no depende de cuánto produces, cuántos likes tienes o cuántas tareas entregas, sino de que él te hizo y te ama, ¿cómo te mirarías distinto esta semana en lo que haces y en lo que descansas?

El reto de la semana

Ofrece tus manos, suelta el control

Elige algo que vas a hacer esta semana —un trabajo, un entrenamiento, una prueba, ayudar en tu casa, un dibujo— y antes de empezarlo dile a Dios: "esto es para ti, lléname de tu Espíritu para hacerlo bien". Y aparta al menos un momento de descanso real y sin culpa: apagar el celular una hora, dormir sin seguir estudiando hasta tarde, o simplemente no hacer nada por un rato, confiando en que Dios sostiene lo que tú no puedes controlar las 24 horas.

Cómo correr la sesión

1. **Bienvenida (8 min):** lanza la pregunta "¿sientes que lo que haces día a día 'cuenta' para Dios? ¿te cuesta descansar sin sentir culpa?" y deja que 2-3 respondan corto.
2. **Oración breve (5 min):** "Señor, llena de tu Espíritu nuestras manos y nuestra mente, y enséñanos a descansar confiando en que tú sostienes".
3. **Lean juntos Éxodo 31:1-6 y 31:12-17 (8 min):** que noten quién fue el primer "lleno del Espíritu" en la Biblia y qué señal es el sábado.
4. **Dinámica elegida (8-10 min).**
5. **Para conversar (18-20 min):** usa las 4 preguntas; no apures, deja silencios.
6. **Reto de la semana (5 min) y oración final (5-8 min)** cerrando todos juntos.

Tip: Muchos jóvenes separan "lo espiritual" de lo que hacen con las manos o la cabeza —estudiar, el deporte, una pega part-time, el arte. Ayúdalos a nombrar justamente ESO como lo que le ofrecen a Dios, no solo "leer la Biblia y orar". Y cuida que nadie salga sintiendo que vale más por producir: el que no puede trabajar o rendir igual vale completo para Dios.

♥ **Si alguien trae algo pesado** (ansiedad fuerte, autolesión, abuso, pensamientos de no querer vivir): acógelo con calma, no lo expongas frente al grupo, acompáñalo aparte. En Chile: **Salud Responde 600 360 7777**. También puede escribir a El Consejero en elvadelante.com/consejero.html

Oración de cierre

Señor, gracias porque tu Espíritu también llena las manos que trabajan y la mente que estudia, y porque dignificas lo que hacemos cada día. Llénanos para hacer bien lo que nos diste. Enséñanos a descansar sin culpa, confiando en que tú nos sostienes, no nuestro esfuerzo sin fin ni lo que logremos mostrar. Que nuestro trabajo y nuestro descanso sean para ti, en Cristo, nuestro verdadero reposo. 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).