

# La mano que no te soltó

Génesis 19 · Sodoma y Gomorra; el rescate de Lot

«Los varones asieron de su mano... porque Jehová le tuvo misericordia.»

Génesis 19:16 · versículo de la sesión

## OBJETIVO

Que cada joven entienda que es rescatado por la misericordia de Dios y no por mérito propio, aprenda a soltar lo que Dios ya le está sacando de encima, y descubra el valor de interceder por otros.

## PARA

Jóvenes (adaptable a adolescentes)

## DURACIÓN

45–60 min · grupo juvenil o célula

## MATERIALES

Biblia o el pasaje en el celular, papelitos o post-its, lápices, cinta de pintor (opcional, para una dinámica)

## La historia (cuéntala con tus palabras)

Dos mensajeros de Dios llegan de noche a Sodoma, una ciudad que ya estaba podrida por dentro. Lot, que vivía ahí, los recibe en su casa y los protege de una turba violenta que rodea la puerta esa misma noche. Los mensajeros le dicen algo urgente: "Esta ciudad se va a derrumbar. Sal de aquí con los tuyos, ahora." Lot sale a avisarle a su futura familia política y se ríen de él, como quien recibe una alerta y piensa "exagerado". Llega el amanecer y Lot sigue ahí parado, sin moverse, como cuando sabes que tienes que cortar algo pero el cuerpo no te responde. Entonces pasa algo fuerte: los mensajeros literalmente **lo toman de la mano** a él, a su esposa y a sus dos hijas, y los sacan a la fuerza de la ciudad. El texto es directo: no los rescataron porque Lot fuera el más fiel de Sodoma, sino "porque Jehová le tuvo misericordia" (19:16). Les dan una sola instrucción mientras corren: no miren atrás, no se detengan en el camino. Dios permite que esas ciudades colapsen por su propia maldad, pero saca a Lot con vida — y el texto deja una pista enorme: "se acordó Dios de Abraham, y envió fuera a Lot" (19:29). Alguien estaba orando por él sin que él lo supiera. En medio de la huida, la esposa de Lot mira hacia atrás — hacia lo que estaban dejando — y se queda ahí, convertida en estatua de sal. Jesús mismo, siglos después, usa su historia como advertencia: "Acordaos de la mujer de Lot" (Lucas 17:32).

**El punto:** Dios te saca aunque vaciles, no porque te lo ganaste, sino por pura misericordia — y probablemente alguien estaba orando por ti antes de que tú supieras que lo necesitabas. Lo único que te pide es que, una vez afuera, no te aferres con el corazón a lo que Él ya te está sacando de encima.

## Dinámicas (elige 1–2)

### El papelito pesado

10 min

Reparte un papelito a cada joven. Pide que escriban, sin poner su nombre, algo que saben que deberían soltar pero les cuesta (ejemplos para dar como guía: una conversación que no termina de cortar, el scroll sin fin antes de dormir, un resentimiento con alguien de la familia, una relación que ya saben que no les hace bien, la necesidad de aprobación en redes). Junta todos los papelitos en una bolsa, lee 4 o 5 al azar en voz alta (sin decir quién los escribió) y comenta: "todos cargamos algo así."

### Sácame de aquí

8 min

*Necesitas espacio para moverse y, si quieres, cinta de pintor en el piso marcando una "zona de peligro".*

En parejas: uno se queda parado dentro de la zona marcada, con los brazos cruzados, haciéndose el que "no quiere moverse" (como Lot dudando en 19:16). El otro lo toma suavemente de la mano o el brazo y lo saca caminando hacia afuera de la zona, sin forzar ni empujar. Luego cambian de rol. Conversen: ¿cómo se sintió que te sacaran sin que tú hicieras nada para merecerlo?

## ¿Quién ora por ti?

6 min

En grupos de 3, cada uno cuenta en 30 segundos quién cree que ha orado o ora por él o ella sin que se lo haya pedido directamente (una mamá, una abuela, un amigo del colegio, un líder). Conecta con Génesis 19:29: Lot se salvó y "Dios se acordó de Abraham" — alguien estaba intercediendo por él desde lejos.

### Para conversar (no hay respuestas "correctas")

- 1 Cuando los mensajeros le avisan a Lot que tiene que salir YA, él se queda parado sin moverse (19:16) — como cuando sabes que tienes que cortar algo (una conversación, una pantalla, una junta) y aun así te cuesta dar el primer paso. ¿Te ha pasado algo así con algo que sabes que no te hace bien?
- 2 A Lot no lo rescatan por ser el más santo de Sodoma: literalmente lo toman de la mano "porque Jehová le tuvo misericordia" (19:16). ¿Te cuesta creer que Dios te rescata a ti por pura gracia, y no porque te lo ganaste portándote bien?
- 3 La Biblia dice que Dios "se acordó de Abraham" (19:29) y por eso sacó a Lot — alguien estaba orando por él sin que él lo supiera. ¿Quién crees que ha estado orando por ti, aunque tú ni te enteraras?
- 4 La esposa de Lot mira hacia atrás, hacia lo que estaban dejando, y se queda pegada ahí (19:26; Lucas 17:32 lo usa como advertencia). ¿Hay algo que Dios ya te está sacando de encima, pero tú todavía sigues mirando para atrás?

## El reto de la semana

### No mires atrás

Esta semana identifica tu propio "mirar atrás": algo que Dios ya te mostró que debes soltar, y da un paso concreto para no volver (puede ser borrar un contacto, cambiar de tema en una conversación, contarle a alguien de confianza lo que te cuesta soltar). Además, escribe el nombre de un "Lot" — alguien que sientes atrapado hoy — y ora por esa persona cada día de la semana.

## Cómo correr la sesión

1. Bienvenida (5 min): pregunta algo que alguna vez eligieron "porque brillaba" y terminó atrapándolos más de lo que pensaban (una app, un grupo, una relación, una promesa fácil).
2. Oren juntos pidiendo a Dios corazón para soltar lo que Él ya está sacando, y para no mirar atrás.
3. Lean en voz alta Génesis 19:12-17 y 19:23-29 (uno o dos voluntarios). Pide seriedad: sin burlas ni comentarios morbosos sobre el pecado de la ciudad.
4. Cuenta "La historia" con tus palabras, usando el bloque de arriba como apoyo.
5. Corre 1 o 2 dinámicas (10-15 min en total).
6. Pasen a "Para conversar" (15-20 min). Nadie está obligado a leer en voz alta lo que escribió en su papelito.
7. Cierren con el reto de la semana y armen juntos una lista de nombres para interceder como grupo.
8. Oración de cierre.

**Tip:** este pasaje es fuerte. No lo uses para señalar a nadie "de afuera" ni para discursos sobre otros grupos de personas — el espejo es para nosotros. El centro del relato no es el juicio, es la misericordia que rescata incluso cuando alguien vacila, y la mano que no suelta.

♥ **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](http://elvadelante.com/consejero.html)

## Oración de cierre

*Señor, gracias porque nos sacas por tu misericordia y no porque nos lo hayamos ganado. Gracias por quienes han orado por nosotros sin que lo supiéramos. Ayúdanos a soltar lo que ya nos estás sacando de encima, y a no mirar atrás. Toma tú nuestra mano, Jesús, y llévanos a lo alto. 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).