# Sanando el corazón cansado

## Bosquejo 57

**Lee antes de preparar:** Mateo 11:25-30. El bosquejo usa los versículos 28 y 29, pero la invitación de Jesús viene después de que varias ciudades rechazaron su mensaje (11:20-24), y él responde alabando a su Padre. Es una invitación hecha en medio del rechazo.

**Idea central, en una frase:** Jesús invita a los cansados a acercarse a él y ofrece cambiar el peso que llevan por un yugo compartido, en el que él va a su lado.

**Duración aproximada:** 15 a 20 minutos.

## Para empezar

Pregunta: **¿cuál es el cansancio que ya no se quita durmiendo?** No el del cuerpo, sino el del ánimo. Dile a la congregación que hoy no vas a pedirles más esfuerzo, sino a hablarles de una invitación.

## 1 · Una invitación abierta (versículo 28)

**Qué dice el texto:** Jesús invita a todos los que están cansados y agobiados. No pone requisitos previos.

**Qué explicar:** notar que la invitación no es para los que ya tienen fuerzas o han arreglado su vida. Es para los agotados. Se puede llegar cansado; de hecho, la invitación es justamente para los cansados. Jesús promete descanso, y no dice que dará una lista de tareas.

**Pregunta para dejar en el aire:** ¿por qué a veces pensamos que hay que arreglarnos antes de ir a él?

## 2 · El intercambio de yugos (versículo 29)

**Qué dice el texto:** Jesús pide cargar su yugo y aprender de él, y explica que su carácter es de mansedumbre y humildad.

**Qué explicar:** un yugo era la pieza de madera que unía a dos animales para tirar de una carga juntos. Jesús no dice «suelta todo y no cargues nada»; dice que su yugo es mejor. Y un yugo se lleva entre dos: quien toma el yugo de Jesús no camina solo. Y el maestro que nos enseña es manso; no viene con presión, sino con paciencia.

**Una imagen que ayuda:** un buey joven, enyugado con uno experimentado, aprende el paso sin cansarse tanto, porque el otro lleva la mayor parte.

## 3 · Descanso para el alma (versículo 29)

**Qué dice el texto:** la promesa es hallar descanso para el alma.

**Qué explicar:** ese descanso no es dejar de trabajar. Es una paz interior que se encuentra al caminar con Jesús, incluso cuando la agenda sigue llena. Y es descanso de cargar solos con la culpa, con la comparación y con la exigencia de ser perfectos.

## Aplicación práctica durante la semana

*Propónsela a la congregación como un compromiso personal, algo concreto para vivir esta semana lo que escucharon:*

Aparta cada día diez minutos para estar con Jesús sin pedir nada: solo decirle cómo te sientes y quedarte en silencio. Al final de la semana, anota si algo cambió en tu ánimo.

## Cierre y llamado

1 · **Recoge el mensaje (un minuto).** Vuelve a la pregunta con la que abriste: ¿cuál es el cansancio que ya no se quita durmiendo? Respóndela con Jesús: a ese cansancio él no le responde con más tareas, sino con una invitación a ir a él y a cargar juntos. Y repite en voz alta la idea central: *Jesús invita a los cansados a acercarse a él y ofrece cambiar el peso que llevan por un yugo compartido, en el que él va a su lado.*

2 · **El llamado (dos o tres minutos).** Con tus palabras, más o menos así:

> La invitación de Jesús sigue abierta hoy, y es justamente para los cansados. Si nunca has ido a él, hoy puedes recibirlo como tu Señor y Salvador. Y si ya lo conoces, pero llevas tiempo cargando solo, hoy puedes volver a su lado y consagrarle de nuevo tu vida.

Invita a responder según la costumbre de tu iglesia: orar en su lugar o hablar contigo al terminar. Deja un momento de silencio para que cada quien pueda responder con calma. **Con cariño y con libertad:** la urgencia se dice como una invitación.

3 · **Oración.** Ora por quienes respondieron y por los cansados. Deja un momento de silencio para que cada uno acepte la invitación. Quédate disponible al terminar para quien quiera hablar contigo.

## ¡Dios te bendiga!

Material gratuito de Audiovisión Musical · audiovisionmusical.com. Puede reproducirse libremente para uso de tu congregación.