
Domingo 22 de Agosto 2021 | Matutina para Menores | ¿Por qué no tengo que tener miedo?

Descripción



¿Por qué no tengo que tener miedo?

¿Yo me acuesto tranquilo y me duermo en seguida, pues tÃ©, SeÃ±or, me haces vivir confiado? (Salmo 4:8).

Marca la respuesta correcta

1. Porque JesÃºs siempre estÃ¡ a mi lado.
2. Porque JesÃºs es bondadoso.
3. Porque JesÃºs muriÃ³ por mÃ­.

¿Dejas la luz encendida en tu cuarto por la noche?

No te avergÃ¼ences por ello. Todo el mundo siente **miedo** en alguna ocasiÃ³n, pues es una respuesta ante el peligro. ¿Pero sabes por quÃ© tienes miedo?

Los cientÃ­ficos han hecho pruebas a animales y han descubierto que en el cerebro tenemos una parte llamada **amÃ­gdala** donde hay algunas neuronas encargadas de procesar el miedo. Normalmente, solo se alteran y mandan seÃ±ales de miedo a nuestro cerebro si hay una causa justificada. SegÃºn estos cientÃ­ficos, la sensaciÃ³n de miedo es cuestiÃ³n de nÃºmeros y depende de que si solo se alteran unas pocas neuronas permanecemos tranquilos, pero si la mayorÃ­a de las neuronas se alarman, sentimos miedo.

En realidad, las **neuronas miedosas**, que son pocas, contagian a la mayorÃ­a y estas pierden la capacidad de distinguir lo que supone una amenaza de lo que no lo es.

¿A quÃ© cosas le tienes miedo? ¿Te has detenido a pensarlo? Puede que alguna vez hayas estado verdaderamente en peligro y eso te hace sentir miedo de verdad. Sin embargo, la mayorÃ­a de las veces nuestras **neuronas miedosas** engañan al resto y no estamos en peligro ni va a suceder nada por lo que tener miedo.

Si quieres que la mayorÃ­a de tus neuronas gane a las **neuronas miedosas** trata de no ver cosas desagradables en la televisiÃ³n, busca libros, juegos, mÃºsica y pelÃ­culas que te ayuden a confiar en **Dios**. Para vencer al miedo lo mejor es hacerle frente antes de que nos domine y nos haga daÃ±o, esto solo se consigue teniendo la seguridad de que **JesÃºs** estÃ¡ a nuestro lado, y con su ayuda venceremos al miedo. ¿I te ayudarÃ­ a ganar esa batalla en tu cerebro y dejarÃ­s de sentir miedo. ¿PruÃ©balo!

Copia el versÃ­culo de hoy en tu Diario de OraciÃ³n y... ¡apaga la luz!