

---

Matutina para Adolescentes | Viernes 17 de Mayo de 2024 | Puedes confiar

## Descripción



**Puedes confiar**

«Señor, los que te conocen, confían en ti, pues nunca abandonas a quienes te buscan»  
(Salmo 9:10).

## ¿CUAL ES LA RELACION ENTRE LA CONFIANZA EN DIOS Y LA SALUD?

Es muy sencilla: confiar en Dios nos ayuda a estar más seguros de que Él está al control, lo que trae PAZ a nuestros corazones. Esta paz se refleja no solo en nuestra salud mental, sino también en nuestra salud física.

Podemos confiar en Dios porque Él nunca abandona a los que le buscan. Nuestro Dios es un Padre amoroso que está dispuesto a concedernos una VIDA PLENA, llena de salud física, mental y espiritual. Por eso nos ha prescrito los ocho remedios naturales. Pero no siempre es fácil confiar en Dios. Decir que crees en un Dios amoroso que creó el mundo en seis días, que guardas TODOS los Diez Mandamientos y que no consumes bebidas alcohólicas, tabaco ni drogas, puede generar reacciones de oposición, e incluso perversas, en algunas personas.

No te preocupes. NO ESTÁS SOLO. Prueba colocar en Dios tu confianza y pedirle que te fortalezca cada día, para resistir las presiones de la oposición y tener una vida plena, tanto física, como mental y espiritualmente.

Recuerda:

### DIOS NUNCA ABANDONA A LOS QUE CONFÍAN EN ÉL.

Un estudio realizado con adolescentes de secundaria demostró que una mayor religiosidad disminuye el riesgo de depresión y ayuda a afrontar problemas como la enfermedad o incluso la pérdida de personas cercanas.