

Viernes 24 de Febrero de 2023 | Matutina para Adolescentes | Lo mejor de cada día

## Descripción



## Lo mejor de cada día

¿?No se preocupen por el día de mañana, porque mañana habrá tiempo para

---

**preocuparse. Cada día tiene bastante con sus propios problemas?• (Mateo 6:34).**

Todos los días suceden cosas buenas y malas. Detente a pensar en tu día de ayer. Si prestas atención, notarás que le damos más importancia a los eventos negativos y terminamos registrando las cosas malas con mayor facilidad en nuestra mente. A menudo, ignoramos lo que es bueno, como si no tuviera valor.

Para muchas personas, esperar lo peor se convierte en un hábito. Lo cierto es que nuestro cerebro recuerda cómo reaccionamos en cada situación y termina repitiendo los mismos pensamientos y actitudes, convirtiéndolos en un hábito. Si repites buenos pensamientos, se multiplicarán cada vez más, pero si pasas el día triste, pensando en problemas y cosas malas, eso es lo que siempre hará tu cerebro.

Cuando dediques tiempo a pensar en cosas buenas, tu día será mucho mejor. Por supuesto, habrá problemas que te entristecerán, pero aprender a pensar de manera positiva y optimista es un gran ejercicio para afrontar los días malos con más coraje y confianza.

No pierdas tiempo pensando en problemas o preocupándote por lo que aún no ha sucedido. Dios prometió cuidarte. ¡No tengas miedo! No hay nada que Él no pueda resolver. ¡Confía y vive más feliz, disfrutando de lo mejor que Dios te da cada día!

**Piensa en tres cosas buenas que te sucedieron ayer. Habla con Dios por un minuto para agradecer por esas cosas.**