

21 DÍAS PARA
CAMBIAR TU
MUNDO

MISSION YOUTH

CARTA DE BIENVENIDA

Hola, 😊

¿Te has sentido estancado últimamente? ¿Como si todos tus días fueran iguales... como si algo estuviera apagado por dentro?

Si estás leyendo esto, no es casualidad. Este Summer Challenge es para ti. Durante los próximos 21 días, vas a embarcarte en un reto de transformación total: mente, alma, cuerpo y espíritu. Porque no fuiste creado para vivir una vida a medias. Dios te ha llamado a algo más grande. A romper patrones. A dejar atrás las costumbres del "ayer" y caminar en una nueva identidad.

"No imitarán ustedes las costumbres de Egipto, donde antes habitaban, ni tampoco las de Canaán, adonde los llevo. No se conducirán según sus prácticas."
Levítico 18:3 (NVI)

Durante este camino, vas a leer la Palabra, reflexionar, escribir, moverte, perdonar, orar, respirar y volver a empezar. No necesitas hacerlo perfecto. Solo necesitas comenzar. Día a día, vas a ver cómo Dios puede cambiar tu mundo... empezando por ti.

Este es tu momento. Este es tu reto.

¡VAMOS JUNTOS! ❤️ EL EQUIPO DE MISSION YOUTH

¿CÓMO USAR ESTE DEVOCIONAL?

Este no es un devocional cualquiera. Es un reto, un viaje personal que durará 21 días y que puede transformar tu mundo... si lo tomas en serio. Aquí te dejamos algunas recomendaciones para que aproveches cada día al máximo:

1. APARTA UN MOMENTO ESPECIAL CADA DÍA

Escoge un horario donde puedas estar sin distracciones. Solo tú, tu Biblia, este devocional y Dios.

2. LEE CON INTENCIÓN

Cada día encontrarás una lectura bíblica. Léela despacio, subraya lo que te habla, y pregúntate: "¿Qué me quiere decir Dios hoy?"

3. REFLEXIONA Y ESCRIBE

Usa una libreta o tu celular. Anota lo que Dios te muestra, lo que sientes o lo que necesitas soltar.

4. ACEPTA EL RETO

Cada día incluye un "Summer Challenge". ¡Hazlo! Son pequeños pasos que activan grandes cambios.

5. ORA CON SINCERIDAD

No necesitas palabras perfectas. Habla con Dios como hablarías con tu mejor amigo.

6. SÉ CONSTANTE

Si fallas un día, no te rindas. Solo vuelve al siguiente. Lo importante es seguir.

7. HAZLO EN COMUNIDAD

Haz este reto con tus amigos, tu Grupo Go, o un Líder. Comparte lo que estás aprendiendo.



ESTÁS A PUNTO DE
COMENZAR ALGO GRANDE.
DÍA A DÍA, DIOS VA A
TRANSFORMAR TU MENTE,
ALMA, CUERPO Y ESPÍRITU.

SEMANA 1

TRANSFORMA TU MENTE

DÍA 1 – TODO COMIENZA EN LA MENTE

Lectura: Romanos 12:1–2

"No se amolden al mundo actual, sino sean transformados mediante la renovación de su mente."

REFLEXIÓN:

¿Sabías que la mayoría de las decisiones que tomas empiezan en tu mente mucho antes de que actúes? Dios sabe esto. Por eso, la transformación real comienza en el interior, en cómo piensas, en lo que crees sobre ti mismo, sobre los demás y sobre Dios. Estos 21 días, Dios quiere renovar tu forma de pensar. No para que seas "mejor persona", sino para que seas como Dios te diseñó.

RETO SUMMER:

Haz una pausa de redes sociales por 24 horas. Usa ese tiempo para reflexionar y escribir 3 verdades que Dios dice sobre ti (ej. soy amado, soy valioso, soy perdonado)

ORACIÓN

Señor, renueva mi forma de pensar. Ayúdame a reconocer lo que viene de ti y lo que no. Quiero que cada pensamiento me acerque más a tu propósito. Amén.

DÍA 2 – PENSAMIENTOS QUE SANAN

Lectura: Filipenses 4:6–9

"Todo lo verdadero, todo lo respetable, todo lo justo... piensen en eso."

REFLEXIÓN:

Nuestros pensamientos pueden ser un refugio... o una prisión. Dios nos invita a elegir lo que pensamos. No se trata de negar el dolor, sino de enfocarnos en lo que da vida, esperanza y propósito. Este versículo es como una lista de reproducción mental. Llena tu mente con lo que sana, no con lo que hiere.

RETO SUMMER:

Haz una lista de 10 pensamientos negativos que tienes seguido.

Luego, reemplázalos por una verdad bíblica.

ORACIÓN

Dios, muchas veces mi mente se llena de dudas, miedo y comparaciones. Hoy quiero elegir pensamientos que reflejen tu verdad. Lléname de tu paz. Amén.

DÍA 3 – IDENTIDAD REDEFINIDA

Lectura: Efesios 2:10

"Porque somos hechura de Dios, creados en Cristo Jesús para buenas obras."

REFLEXIÓN:

¿Quién eres realmente? El mundo intenta etiquetarte con lo que haces, lo que logras o tus errores. Pero Dios dice que eres Su obra maestra. No eres un accidente, ni una casualidad. Fuiste diseñado con propósito, con intención y con amor. No dejes que lo que otros piensan defina tu identidad. Deja que Dios te lo recuerde.

RETO SUMMER:

Escribe una carta a ti mismo como si Dios te la escribiera.

Usa frases como: "Te creé para..." "Estoy orgulloso de ti cuando..." "No olvides que..."

ORACIÓN

Padre, gracias porque no me definiste por mis errores, sino por tu amor. Ayúdame a creer en lo que tú dices de mí y a caminar con esa identidad cada día, ayúdame a comportarme como tu hijo. Amén.

DÍA 4 – ROMPE EL CICLO

Lectura: 2 Corintios 10:3–5

"Derribamos argumentos y toda altivez que se levanta contra el conocimiento de Dios, y llevamos cautivo todo pensamiento para que se someta a Cristo."

REFLEXIÓN:

A veces nuestra mente parece una guerra: pensamientos de miedo, comparación, juicio o vergüenza nos atacan sin parar. Pero este versículo nos recuerda que sí podemos luchar contra esos pensamientos. No con nuestras fuerzas, sino con el poder de Dios. Tú no eres esclavo de tu mente. En Cristo, puedes romper el ciclo de pensamientos destructivos.

RETO SUMMER:

Haz una pausa hoy y nota cuándo tu mente entra en modo automático negativo.

Detén ese pensamiento, y repite en voz alta: "Este pensamiento no define quién soy. Cristo me da libertad."

Tengo la mente de Cristo.

ORACIÓN

Señor, ayúdame a identificar los pensamientos que no vienen de ti, aplico la sangre de Jesús sobre mi mente y declaro que tengo la mente de Cristo. Amén.

DÍA 5 – LO QUE CONSUMES, TE FORMA

Lectura: Salmo 119:9–11

"¿Cómo puede el joven llevar una vida íntegra? Viviendo conforme a tu palabra."

REFLEXIÓN:

Lo que ves, escuchas y consumes afecta lo que piensas... y eso afecta cómo vives. No se trata de legalismo, sino de proteger tu mente. Cuando llenas tus pensamientos con la Palabra de Dios, tu vida empieza a alinearse con Él. Tú decides si llenas tu mente con ruido... o con verdad.

RETO SUMMER:

Hoy elige una canción, un versículo y un contenido (podcast, video, etc.) que te acerque a Dios.

Cierra el día escribiendo qué cambió en ti por haberlo hecho.

ORACIÓN

Dios, quiero cuidar lo que dejo entrar en mi mente. Ayúdame a enamorarme de Tu Palabra y a buscar lo que me forma según Tu corazón. Amén.

DÍA 6 – CAMBIA EL ENFOQUE

Lectura: Isaías 26:3

"Tú guardarás en perfecta paz a aquel cuyo pensamiento en ti persevera."

REFLEXIÓN:

La paz no llega porque todo está bien. La paz llega cuando mi enfoque está en Dios, aun si todo lo demás parece desordenado. Nuestra mente se distrae con facilidad, pero Dios promete estabilidad y calma cuando lo mantenemos como el centro.

¿En qué estás enfocado últimamente? Tal vez hoy sea el día para cambiar tu vista.

RETO SUMMER:

Haz una caminata de 15 minutos en silencio (sin música). Durante ese tiempo, repite esta frase: "Señor, quiero que mi mente descanse en ti." Y escucha.

ORACIÓN

Señor, mis pensamientos muchas veces están dispersos. Ayúdame a enfocar mi mente en Ti. Lléname de tu paz que no depende de las circunstancias ni de lo que me rodea. Amén.

DÍA 7 – TODO NUEVO

Lectura: Efesios 4:22–24

"Despójense del viejo hombre... y vístanse del nuevo, creado para ser como Dios."

REFLEXIÓN:

Dios no quiere solo "mejorarte". Él quiere renovarte completamente. La transformación mental incluye quitar mentiras viejas y vestirte con la verdad de Dios. Cada día es una oportunidad para dejar atrás lo que no te representa... y abrazar lo nuevo. No eres quien eras hace una semana. Estás creciendo, estás cambiando, y eso es hermoso.

RETO SUMMER:

Haz una limpieza: elimina de tu habitación o celular algo que te recuerda a una etapa pasada o a una mentira que creías de ti mismo. Deja espacio para lo nuevo.

ORACIÓN

Jesús, gracias porque en Ti soy una nueva creación. Ayúdame a dejar atrás lo que ya no me define y a caminar cada día con una mente renovada en Tu verdad. Amén.



SEMANA 2

RESTAURA TU ALMA



"ÉL RESTAURA MI ALMA; ME GUÍA POR SENDAS DE JUSTICIA POR AMOR A SU NOMBRE." — SALMO 23:3

DÍA 8 – CARGAS EMOCIONALES

Lectura: Mateo 11:28–30

"Vengan a mí todos ustedes que están cansados y agobiados, y yo les daré descanso."

REFLEXIÓN:

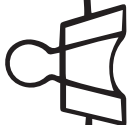
La vida puede pesar. A veces no por lo que vivimos hoy, sino por lo que hemos ido acumulando con el tiempo. Jesús no te ofrece una vida sin problemas, pero sí te ofrece descanso si vienes a Él.

Hoy puede ser el día en que decidas soltar lo que no puedes seguir cargando solo.

RETO SUMMER:

Haz una lista de 3 emociones o situaciones que te han estado pesando. Llévalas a Dios en oración y luego rompe o elimina esa lista como símbolo de entrega.

ORACIÓN



Jesús, Tú me conoces. Sabes lo que me pesa. Hoy decido entregarte lo que no puedo cargar. Enséñame a descansar en Ti. Amén.

DÍA 9 – EL PERDÓN TE LIBERA

Lectura: Colosenses 3:12–14

"Perdónense mutuamente, así como el Señor los perdonó."

REFLEXIÓN:

El perdón no justifica lo que pasó, pero rompe el poder del pasado sobre ti. Guardar rencor no sana tu alma, solo la envenena poco a poco. Perdonar es un acto de valentía que te libera, no al otro, sino a ti. Dios te llama a perdonar, no cuando "sientas", sino porque tú también has sido perdonado.

RETO SUMMER:

Escribe el nombre de alguien que necesitas perdonar. Ora por esa persona hoy, aunque sea difícil.

El primer paso es simplemente decir: "Dios, ayúdame a soltar esto, perdono al que me hizo daño"

ORACIÓN

Padre, quiero vivir libre. Ayúdame a perdonar como Tú me has perdonado. No quiero seguir atado a heridas que me duelen. Sana mi corazón. Amén.

DÍA 10 – SANANDO DEL RECHAZO

Lectura: Salmo 34:18

"El Señor está cerca de los quebrantados de corazón."

REFLEXIÓN:

El rechazo duele. Sentirse ignorado, traicionado o no suficiente puede marcar el alma. Pero Dios no te rechaza. Él está cerca, no solo cuando todo va bien, sino especialmente cuando tu corazón está roto. En sus brazos hay espacio para llorar, sanar y comenzar otra vez.

RETO SUMMER:

Escribe una carta a tu "yo" del pasado, cuando te sentiste rechazado o herido.

Termina la carta con las palabras: **"Dios nunca me dejó. Él me sigue amando."**

ORACIÓN

Señor, Tú conoces mis heridas. Gracias por estar cerca cuando más lo necesito. Sana todo lugar donde fui marcado por el rechazo. Enséñame a verme como Tú me ves. Amén.

DÍA 11 – SILENCIO CON PROPÓSITO

 Lectura: 1 Reyes 19:11–13

"...y tras el fuego, vino un suave murmullo."

REFLEXIÓN:

Dios muchas veces no habla en el ruido, sino en el silencio. Nos cuesta estar quietos, pero es ahí donde nuestro alma respira. Cuando todo a tu alrededor está acelerado, Dios te invita a detenerte... y escucharlo.

RETO SUMMER:

Dedica hoy 10 minutos en silencio, sin música, sin celular. Solo tú y Dios. Respira, escucha y deja que Él te hable.

ORACIÓN

Dios, ayúdame a no temerle al silencio. Enséñame a reconocer Tu voz en lo simple. Acalla el ruido de mi alma para que pueda escucharte. Amén.

DÍA 12 – TU VALOR NO CAMBIA

 Lectura: Salmo 139:13–18

"Tú me formaste... soy una creación maravillosa."

REFLEXIÓN:

Tu valor no depende de lo que haces, de cómo luces o de lo que otros dicen. Ya eres valioso porque fuiste formado por Dios, a propósito y con propósito. Cuando tu alma recuerda esto, se fortalece. No dejes que el mundo defina tu valor. Dios ya lo hizo.

RETO SUMMER:

Escríbete un recordatorio en el espejo, celular o libreta con esta frase: "Soy valioso porque Dios me creó con amor." Léelo cada vez que lo veas.

ORACIÓN

Padre, ayúdame a creer que tengo valor simplemente porque Tú me hiciste. Sana mi inseguridad y lléname de tu verdad. Amén.

DÍA 13 – VULNERABILIDAD SANA

 Lectura: Santiago 5:16

"Confiésense unos a otros sus pecados... para que sean sanados."

REFLEXIÓN:

La sanidad no solo llega cuando le hablamos a Dios, sino también cuando nos abrimos con otros. No fuiste creado para cargar solo con tus luchas. Dios usa la comunidad para sanar lo que escondemos. Ser vulnerable no es debilidad. Es el primer paso hacia la libertad.

RETO SUMMER:

Busca a alguien de confianza (padres, líder, amigo de fe) y cuéntale algo que has estado guardando. Luego ora con esa persona o pídele que ore por ti.

ORACIÓN

Dios, gracias por darme personas que caminan conmigo. Ayúdame a ser valiente para abrir mi corazón. Quiero vivir libre y sin máscaras. Amén.

DÍA 14 – VUELVE AL CORAZÓN

 Lectura: Apocalipsis 2:2–5

"Has perdido tu primer amor... vuelve a hacer lo que hacías al principio."

REFLEXIÓN:

Es fácil hacer cosas para Dios y olvidarse de estar con Dios. El alma se apaga cuando perdemos el enfoque. Jesús no quiere tu rendimiento. Quiere tu corazón. Hoy es un buen día para volver al principio. A ese momento donde todo era pasión, gratitud y amor.

RETO SUMMER:

Haz algo que hacías al inicio de tu fe: canta tu canción favorita, ora con sinceridad, escribe una carta a Dios, sal a caminar con Él.

Vuelve al primer amor.

ORACIÓN

Jesús, perdóname por hacer sin estar.
Hoy quiero volver a Ti. Restaura mi pasión, mi amor, mi conexión contigo.
Llévame de vuelta a Tu corazón.
Amén.



SEMANA 3



CONSAGRA TU CUERPO Y ESPIRITU

"¿ACASO NO SABEN QUE SU CUERPO ES TEMPLO DEL ESPÍRITU SANTO? ... HONREN, PUES, A DIOS CON SU CUERPO."
1 CORINTIOS 6:19–20

DÍA 15 – TEMPLO VIVO

 Lectura: 1 Corintios 6:19–20

"Tu cuerpo es templo del Espíritu Santo."

REFLEXIÓN:

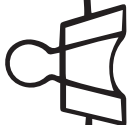
Dios no solo habita en iglesias o montañas. Habita en ti. Tu cuerpo no es algo aparte de tu fe, ¡es parte de ella! Cuidarlo, respetarlo y vivir con propósito físico también es adoración. No se trata de perfección exterior, sino de reconocer que todo lo que eres le pertenece a Dios.

RETO SUMMER:

Haz algo hoy para cuidar tu cuerpo: toma agua, haz ejercicio, duerme bien o come saludable.

Mientras lo haces, repite: "Gracias Dios por este cuerpo que me diste."

ORACIÓN



Señor, gracias por mi cuerpo, imperfecto pero valioso. Ayúdame a honrarte con mis hábitos, decisiones y acciones. Que mi cuerpo sea reflejo de Tu presencia.
Amén.

DÍA 16 – FUEGO INTERIOR

 Lectura: 2 Timoteo 1:6–7

"Aviva el fuego del don que está en ti."

REFLEXIÓN:

Todos llevamos algo que Dios puso dentro: un llamado, una pasión, una chispa. Pero el fuego no se mantiene solo.

Se alimenta con disciplina, oración y decisión. Hoy es tiempo de avivar lo que Dios ya encendió en ti.

RETO SUMMER:

Escribe 3 cosas que sabes que Dios ha puesto en ti (talentos, pasiones, llamados). Elige una y haz algo pequeño hoy que la active.

ORACIÓN

Espíritu Santo, aviva el fuego que hay en mí. No quiero vivir apagado ni con miedo. Despierta en mí todo lo que Tú has sembrado. Amén.

DÍA 17 – DOMINIO PROPIO

 Lectura: Gálatas 5:22–23

"El fruto del Espíritu... incluye dominio propio."

REFLEXIÓN:

No todo lo que sientes o deseas debe dirigir tu vida. Tener dominio propio no es reprimirte... es tener poder para decidir lo que más te conviene, no lo que más te atrae en el momento. Y eso viene del Espíritu. Tú puedes decidir bien, incluso cuando es difícil.

RETO SUMMER:

Identifica una tentación o mal hábito que has estado ignorando. Hoy, decide decirle que no. Recuerdate que tú tienes dominio propio porque el Espíritu vive en ti.

ORACIÓN

Dios, ayúdame a no dejarme llevar por lo que me aleja de ti. Quiero tener dominio propio y vivir con sabiduría. Guíame en cada decisión. Amén.

DÍA 18 – RITMO DE DESCANSO

 Lectura: Marcos 6:31

"Vengan conmigo a un lugar tranquilo y descansen un poco."

REFLEXIÓN:

Jesús no solo sanó y predicó... también descansó. Tu cuerpo y espíritu necesitan pausas. El descanso no es debilidad, es obediencia. No puedes vivir en fuego constante sin recargar. El alma también se quema si nunca se detiene.

RETO SUMMER:

Haz una tarde de "descanso intencional": sin pantallas, sin presión, solo tú, tu Biblia, algo que te relaje y Dios. Escribe cómo te sentiste al final.

ORACIÓN

Jesús, gracias porque Tú mismo me enseñas a descansar. Ayúdame a no vivir acelerado. Quiero aprender Tu ritmo: paz, propósito y equilibrio. Amén.

DÍA 19 – SEXUALIDAD CON PROPÓSITO

 Lectura: 1 Tesalonicenses 4:3–5

"Dios quiere que sean santos; que se aparten de la inmoralidad sexual."

REFLEXIÓN:

La sexualidad no es mala, es un regalo de Dios. Pero como todo regalo poderoso, necesita sabiduría. El mundo te empuja a hacer lo que "sientes", pero Dios te llama a vivir con intención. Tu cuerpo no es moneda, ni juego. Es templo. Y Dios tiene un plan hermoso para tu sexualidad, y es para usarla dentro del matrimonio.

RETO SUMMER:

Reflexiona hoy: ¿Estoy honrando a Dios con mi sexualidad? Si estás luchando, háblalo con un líder de confianza. No estás solo. Tu pureza no es perfección, es dirección.

ORACIÓN

Señor, gracias por crearme con deseo, cuerpo y propósito. Enséñame a vivir mi sexualidad de forma santa, pura y libre. Quiero honrarte en esta área también. Amén.

DÍA 20 – LLAMADOS A MOVERNOS

 Lectura: Santiago 1:22

"No se contenten solo con escuchar la palabra... llévenla a la práctica."

REFLEXIÓN:

Transformarse no es solo saber más, sino vivir diferente. La fe sin acción se queda corta. Dios te está llamando a salir del asiento, actuar, servir, moverte.

No tienes que tener todo resuelto. Solo da el primer paso.

RETO SUMMER:

Haz una acción concreta hoy que demuestre tu fe: ayuda a alguien, sirve en tu casa, a tus padres, envía un mensaje de ánimo, perdona, actúa.

ORACIÓN

Dios, no quiero ser solo oyente. Quiero ser hacedor. Llévame a moverme, a vivir mi fe con hechos. Úsame hoy para impactar a alguien. Amén

DÍA 21 – MUNDO TRANSFORMADO

 Lectura: Mateo 5:14–16

"Ustedes son la luz del mundo..."

REFLEXIÓN:

Después de 21 días, quizás no eres alguien totalmente diferente... pero eres alguien más consciente, más fuerte, más despierto, más tú. El cambio real comienza en lo interno y se refleja en lo externo. Ahora te toca brillar, no para que te vean, sino para que vean a Jesús en ti.

RETO SUMMER:

Escribe una carta a tu "yo del futuro", recordándole lo que Dios hizo en estos 21 días y lo que no quieres olvidar. Guarda esa carta. Léela en 3 meses.

ORACIÓN

Padre, gracias por cada paso de este reto. Transforma mi mundo desde dentro. Que todo lo que soy te refleje. Que donde vaya, lleve Tu luz. Amén.

SUMMER CHALLENGE

¡FELICIDADES!

TERMINASTE EL SUMMER CHALLENGE:
21 DÍAS PARA CAMBIAR TU MUNDO.

RECUERDA: ESTO NO FUE UN FINAL...
ES SOLO EL COMIENZO DE UNA VIDA
RENOVADA.

