



*in*vicem

[/in · ví·kem/ · latín
Mutuamente; el uno al otro.]

PROGRAMA DE DISCIPULADO 1 A 1



VERSIÓN 1.3

Elaborado por y para Tres|Dieciséis
Idea y desarrollo: Jesús Arteaga, David Blanco, Caleb MacDonald
Hans y Claudia Andereya - Marzo 2026
contacto@TresDieciseis.es
www.TresDieciseis.es

Derechos de Autor y Uso de Textos Bíblicos:
Las citas bíblicas utilizadas en este documento han sido tomadas de:

Nueva Traducción Viviente (NTV) La Santa Biblia, Nueva Traducción Viviente,
© Tyndale House Foundation, 2010. Todos los derechos reservados.

La Biblia Palabra de Dios para Todos (PDT)
© 2012, Biblica, Inc. Usado con permiso. Todos los derechos reservados

EL EVANGELIO, EL UNO AL OTRO.

Muchos crecimos con esa canción: “Lee la Biblia, ora cada día... ¡si quieres crecer!”. Nos enseñaron que la madurez espiritual es una especie de escalera mecánica que se mueve con el combustible de nuestra disciplina: si lees más, si oras más, entonces —y solo entonces— crecerás. Pero esa canción es una media verdad que a menudo se convierte en “Espiritualidad de autosatisfacción”: un esfuerzo centrado en el yo y el propio rendimiento que solo genera una falsa sensación de control y que, inevitablemente, acaba en *burnout* - un profundo agotamiento emocional y espiritual.

La realidad es que el desarrollo espiritual no es una cuestión de rendimiento, de acumular horas de estudio o de repetir hábitos para “llegar a la talla”.

Creer no es hacer más; crecer es entender que no hay nada más que puedas hacer. El Evangelio es Gracia Pura. Es el mensaje radical de que no necesitas esforzarte por alcanzar una meta que Cristo ya alcanzó por ti en la Cruz. El verdadero crecimiento ocurre cuando dejamos de intentar fabricar nuestra propia santidad y permitimos que Su gracia inunde cada área de nuestra vida, cada día más. Tú necesitas gracia. Tu pareja, tu familia y tus colegas necesitan gracia.

Jesús no quiere darte más tareas, quiere darte más de Él mismo.

EL SECRETO NO ES UN MÉTODO, ES UNA PERSONA

A menudo pensamos que para crecer espiritualmente necesitamos el último libro cristiano, una app de devocionales o un taller de teología sistemática. Pero detente un segundo a pensar: ¿Cómo crecieron los primeros cristianos? Ellos no tenían una Biblia encuadernada en su mesita de noche. Muchos ni siquiera sabían leer. No tenían acceso a podcasts ni a conferencias masivas. Sin embargo, sus corazones transformados transformaron el mundo entero.

Tal vez el secreto está en que ellos entendieron que el desarrollo espiritual no ocurre por acumular enseñanzas, sino por combinar el día a día con el Evangelio mismo. Ellos no se reunían para intercambiar "buenos consejos" sobre cómo ser mejores ciudadanos, padres o profesionales; se reunían primordialmente para recordarse a Cristo mismo.

Como hizo el apóstol Pablo en Corinto:

"...no me valí de palabras elevadas ni de una sabiduría impresionante para contarles acerca del plan secreto de Dios. Pues decidí que, mientras estuviera con ustedes, olvidaría todo excepto a Jesucristo, el que fue crucificado..." 1 Cor. 2:1-2

Los primeros cristianos no buscaban una guía moral; buscaban una Persona.

Sabían que los consejos pueden ayudarte a modificar tu conducta por un tiempo, pero solo el Evangelio tiene el poder de transformar tu identidad para siempre. **El secreto no está en lo que tú haces por Dios, sino en lo que Dios ya hizo por ti en Cristo.**

"Con la cara descubierta, todos nos quedamos mirando fijamente la gloria del Señor (Cristo), y así somos transformados en su imagen cada vez con más gloria. Este cambio viene del Señor, es decir, del Espíritu." 2 Cor. 3:18







¿POR QUÉ CON OTROS?

Nuestra mente tiene un "ajuste de fábrica" que nos traiciona: ante cualquier fallo o presión, volvemos automáticamente al modo supervivencia. Sin darnos cuenta, empezamos a intentar "arreglarnos" solos, volviendo al esfuerzo propio para aliviar la culpa. Es en ese aislamiento donde la idea de la "escalera espiritual" se vuelve más pesada y peligrosa.

Por eso nos necesitamos los unos a los otros. No porque seamos expertos, sino porque solos somos propensos a olvidar la realidad de Jesús en medio del ruido de nuestra semana. Como bien decía el teólogo C.H. Spurgeon:

"Jesucristo es el Cristo de mi hermano tanto como el mío, pero a menudo sucede que el Cristo en mi hermano habla más fuerte que el Cristo que está en mí mismo".

EL PODER DE LA VOZ AJENA

A veces, tu propia voz está demasiado contaminada por tus miedos o tu autoexigencia. Necesitas que otra voz —la de un partner— te saque de tu propio bucle mental. En inVICEM, nos reunimos para ser ese "eco de la Gracia" que te susurra al oído lo que tú mismo no te atreves a decirte: que ya eres libre, que ya eres amado y que, pase lo que pase con tu lunes o tu martes, la obra de Jesús ya está hecha por ti.

ROMPIENDO LA JERARQUÍA

No olvides: InVicem significa "mutuamente". Aquí no hay uno que "está arriba" enseñando al que "está abajo". Somos dos (a tres) personas vulnerables recordándonos que nuestra identidad no depende de lo que hemos logrado hoy, sino de lo que Cristo ya logró para siempre por nosotros.

Este intercambio no es una sesión de consejos; es un acto de rescate mutuo donde el Evangelio penetra en tu realidad a través de la voz de tu compañero.



EL ARTE OLVIDADO

En muchas de nuestras iglesias hemos perfeccionado el arte de extrapolar principios bíblicos. Somos capaces de diseccionar cada versículo para extraer leyes sutiles y convertirlas en manuales de conducta que prometen control sobre nuestra espiritualidad y vida moral. Pero la cruda realidad es que no por saber más principios somos más capaces de cumplirlos; el conocimiento intelectual del "qué hacer" no nos otorga automáticamente el "poder" interno para lograrlo.

En este proceso, nos hemos vuelto expertos en dar buenos consejos: frases motivacionales con un barniz bíblico que, aunque suenan bien, terminan poniendo la carga del éxito o el fracaso de nuevo sobre tus propios hombros.

Sin embargo, en medio de tanta instrucción moral, hemos perdido un arte mucho más antiguo y transformador: el arte de ver y aplicar el Evangelio. Aplicar el Evangelio no consiste en dictarle a alguien una lista de tareas para que sea "mejor" (eso es Ley); consiste en recordarle apasionadamente lo que ya ha sido hecho por él (eso es Gracia).

Mientras que la Ley te dice "corre", la Gracia te susurra que Jesús ya cruzó la meta en tu lugar.

Pero este arte también requiere equilibrio, porque a veces se nos cuela otro extremo: el libertinaje. Bajo la excusa de la libertad y la gracia, podemos llegar a pensar que nuestras decisiones no importan o que el pecado es irrelevante porque "todo está cubierto". Pero el libertinaje no es más que otra forma de ceguera espiritual; es usar la Gracia como una licencia para ignorar a Dios en lugar de disfrutar de Su presencia.

El libertinaje también necesita desesperadamente la inyección del Evangelio, pero no para validar la indiferencia, sino para rescatarnos de ella. La Gracia real no te deja donde estás; te da una nueva identidad que te hace desear lo que Dios desea.

Ver el Evangelio es entender que somos tan pecadores que Jesús tuvo que morir, pero tan amados que Él estuvo más que dispuesto a hacerlo.



LEY & ESFUERZO
HUMANO



GRACIA REAL

*NÓ ES "HAZ MÁS".
ES "ÉL LO HIZO TODO".*

*'El Arte Olvidado de
Aplicar el Evangelio'*
- Gracia > Ley
- Ver a Cristo, No a Mí

PISTAS Y EJEMPLOS DE EVANGELIO APLICADO I

La Realidad Cruda	El Principio / Consejo Humano (Ley)	La Aplicación del Evangelio (Gracia)
01. Culpa por el pasado	"Dios perdona si hay arrepentimiento. Demuestra que has cambiado".	"En la Cruz, Jesús tomó tu lista negra y te dio Su expediente en blanco. Si Dios ya te perdonó, no seas tú el juez que te condene".
02. Agotamiento por servir	"El que no sirve, no vive. Ora por un nuevo fuego y no mires a los hombres".	"Sirves para ganar una aprobación que ya tienes. El trabajo pesado se hizo en el Calvario; sirve desde el descanso, no para conseguirlo".
03. Ansiedad por el futuro	"La fe es la certeza de lo que se espera. Confía más y declara bendición".	"Tu seguridad es la presencia de Cristo. El Padre que no escatimó a Su Hijo por ti, no te soltará ahora. Tu futuro está sellado en Su amor".
04. Carga por la crianza	"Instruye al niño... Establece mejores hábitos/límites y sé un mejor ejemplo".	"Tú no eres el salvador de tus hijos, Jesús lo es. Tus fallos muestran que tú también necesitas Gracia. La paternidad de Dios sobre ellos es perfecta".
05. Fracaso y Ego	"Todo lo puedo en Cristo... Dios te abrirá una puerta mejor".	"Si tu valor se fue con el despido, el trabajo era tu ídolo. Tu identidad de 'Hijo' es inamovible. Cristo fue rechazado para que tú fueras aceptado".

06. Comparación y envidia	"La piedad con contentamiento es ganancia. No mires lo ajeno".	"La envidia cree que Dios te debe algo. Pero ya tienes a Cristo; comparado con Su gloria, cualquier éxito ajeno es solo bisutería".
07. Sequedad espiritual	"Buscad y hallaréis. Esfuérzate más, ayuna y ten disciplina".	"Tu unión con Dios no depende de tus sentimientos, sino de la fidelidad de Cristo. Él intercede por ti cuando no tienes fuerzas. Descansa en Su silencio".
08. El caos doméstico: "Siento que mi vida es solo limpiar, recoger y trabajar. Me siento invisible y sin propósito".	Principio: "Hazlo todo como para el Señor". Consejo: "Sé agradecido, otros no tienen ni casa".	"Cristo vivió 30 años en el anonimato de un taller, haciendo cosas 'ordinarias'. Él no te ama por lo que logras, sino por quién eres en Él. Tu valor no está en la 'relevancia' de tus tareas, sino en que el Rey del universo te ve y habita en tu rutina".
09. Conflictos laborales: "Mi jefe es injusto o mis compañeros hablan mal de mí; tengo ganas de explotar".	Principio: "Poned la otra mejilla". Consejo: "Sé el mayor testimonio, aguanta con una sonrisa y ora por ellos".	"No necesitas defender tu honor porque tu honor ya está a salvo en las manos de Dios. Jesús fue calumniado y guardó silencio para que tú no tengas que vivir esclavo de la opinión de los demás. Puedes perdonar porque nada de lo que digan cambia quién eres para el Padre".
10. Deudas y presión financiera: "No duermo pensando en el dinero. Siento que Dios me está castigando o que no tengo fe".	Principio: "El que es fiel en lo poco...". Consejo: "Revisa tus gastos, diezma con más fe y Dios te prosperará".	"Tu deuda mayor ya fue pagada con sangre. Dios no es un banquero que te bendice por rendimiento. Eres heredero del Reino; aunque hoy falte en la cuenta, no falta en Su provisión de Gracia. Tu escasez no es un castigo, es un lugar donde Su suficiencia brilla más".

11. Irritabilidad con los cercanos: "Pierdo los estribos por tonterías con mi pareja o amigos. Me siento un mal cristiano".	Principio: "El fruto del espíritu es paciencia". Consejo: "Tienes que dominarte más y morderte la lengua".	"Tu irritabilidad es solo el síntoma de que estás buscando descanso en que todo salga como tú quieres. Arrepiéntete de querer ser el centro y mira a Jesús, quien fue paciente contigo cuando eras Su enemigo. Su paciencia en ti es la que te permite amar, no tu fuerza de voluntad".
12. Adicciones o hábitos ocultos: "Lucho con ese hábito (comida, porno, compras) que me da vergüenza contar. Me siento sucio".	Principio: "Huid de las pasiones...". Consejo: "Ten más disciplina, busca un grupo de rendición de cuentas y ayuna".	"Buscas en ese hábito un alivio que solo Cristo da. No estás 'sucio', estás cubierto por Su justicia perfecta. Jesús fue desnudado y avergonzado en la Cruz para cubrir tu vergüenza. No luches para que Dios te ame; lucha porque ya eres Su amado y ese hábito no encaja con tu nueva realidad".
13. Soledad profunda: "Estoy rodeado de gente pero me siento solo. Siento que a nadie le importo de verdad".	Principio: "No es bueno que el hombre esté solo". Consejo: "Sal más, involúcrate en un ministerio y sirve a otros".	"Jesús vivió la soledad más extrema en el Getsemaní y en la Cruz (abandonado por todos) para que tú nunca estuvieras solo. Él es el Amigo que nunca falla y el Esposo de tu alma. Tu valor no depende de cuánta gente te busque, sino de que Cristo te buscó a ti hasta la muerte".
14. El miedo a envejecer o a la enfermedad: "Siento que mi cuerpo falla y me aterra el futuro, el dolor o la muerte".	Principio: "Nuestra morada es celestial". Consejo: "Confiesa sanidad, mantente positivo y reclama las promesas".	"Tu cuerpo se desgasta, pero tu unión con Cristo es eterna. Jesús resucitó con un cuerpo glorificado para garantizarte que el dolor y la muerte son solo un pasillo hacia Su presencia. Tu esperanza no es la salud aquí, sino la Vida que ya tienes en Él, la cual ni el cáncer ni el tiempo pueden tocar".

PISTAS Y EJEMPLOS DE EVANGELIO APLICADO II

La Realidad Cruda	El Principio / Consejo Humano (Libertinaje)	La Aplicación del Evangelio (Gracia)
15. La gestión del pecado recurrente	"No te agobies, la Gracia es infinita. Si vuelves a caer, Dios ya lo sabía y te sigue amando. No le des vueltas, vive y disfruta".	"El pecado no es solo una falta a una regla, es buscar vida donde hay muerte. Jesús murió para liberarte de esa cadena, no para que te sientas cómodo en ella".
16. Relaciones y falta de compromiso	"Eres libre de buscar tu felicidad. Si una relación te limita o te exige demasiado, Dios quiere que seas feliz y libre de ataduras".	"Cristo se comprometió contigo hasta la muerte cuando tú no le ofrecías nada. Su amor te da la seguridad para servir a otros sin miedo a perder tu libertad".
17. Desconexión de la comunidad	"No necesitas a la iglesia ni rendir cuentas. Tu fe es algo privado entre tú y Dios, y Él te acepta aunque pases de los demás".	"Jesús te rescató para insertarte en un cuerpo. Necesitas la voz de tu hermano porque solo no puedes ver la belleza de Cristo. Tu libertad es para conectar, no para aislarte".
18. El uso del tiempo y los dones	"Tu tiempo es tuyo. Dios te dio talentos para que prosperes y disfrutes la vida. No te sientas culpable por no 'servir', disfruta tu libertad".	"Fuiste comprado por precio; ya no te perteneces a ti mismo. Usar tu vida para Cristo no es una carga, es el honor de participar en lo que Él está haciendo en el mundo".
19. El cuidado del cuerpo y hábitos	"Dios mira el corazón, no lo que comes, bebes o ves. No dejes que nadie te juzgue por tus hábitos; eres libre de hacer lo que quieras con tu cuerpo".	"Tu unión con Dios es segura por la fidelidad de Cristo, no por tus ganas. Pero la Gracia te invita a buscarle no para cumplir, sino porque solo en Él hay plenitud real".

20. La apatía espiritual (el "pasotismo")	"Si no sientes leer la Biblia o orar, no lo hagas. No seas legalista. Dios te ama igual si estás conectado que si estás desconectado".	"Tu unión con Dios es segura por la fidelidad de Cristo, no por tus ganas. Pero la Gracia te invita a buscarle no para cumplir, sino porque solo en Él hay plenitud real".
21. El lenguaje y la honestidad: "Suelto mentiras piadosas o uso un lenguaje que hiere a otros. Total, todos lo hacen".	"No seas legalista con tus palabras. Dios sabe que tu corazón es bueno y que no lo haces con maldad. Eres libre de expresarte como quieras".	"Jesús es la Verdad encarnada que fue silenciada para que tú tuvieras voz ante el Padre. Tu identidad ya no necesita protegerse con mentiras ni elevarse pisando a otros con palabras".
22. El uso del dinero y el consumo: "Gasto por impulso en cosas que no necesito para llenar un vacío o por aburrimiento".	"Disfruta de tu dinero, para eso trabajas. Dios quiere que prosperes y que no te sientas culpable por darte gustos. La Gracia cubre tus deudas".	"Tu verdadera riqueza es Cristo, quien siendo rico se hizo pobre por ti. No necesitas comprar cosas para sentirte valioso; el Rey del universo ya te dio el tesoro más grande: Su propia vida".
3. La gestión del tiempo y el ocio: "Pierdo horas en redes sociales o contenido vacío porque 'me lo merezco' después de trabajar".	"Tienes derecho a desconectar como quieras. No dejes que nadie te diga en qué invertir tu tiempo libre; la Gracia significa que no tienes que ser productivo para Dios".	"Jesús descansó perfectamente en la voluntad del Padre para que tú puedas descansar de verdad. Tu tiempo es un regalo para disfrutar de Su presencia, no una vía de escape para huir de una realidad que no te gusta".

BUSCA A CRISTO EN TODO

Este es el ejercicio de inVICEM: en cada café, busca a Cristo. No te conformes con repetir principios o dar consejos que tú mismo no puedes cumplir. Ve más profundo.

No hemos venido a "arreglarnos" el uno al otro, sino a ser un eco de la Gracia del Evangelio.

Tu tarea es detectar cómo la vida, muerte y resurrección de Jesús responde específicamente a la herida y necesidad de tu hermano. Anímate a encontrar a la Persona detrás del problema.

Cuando aprendemos a ver a Cristo en todo, el crecimiento deja de ser un esfuerzo disciplinario agotador. Se convierte en la consecuencia natural de vivir rendidos a Su presencia y a Su obra ya terminada



¿TE ATREVES A PROBARLO?

El Evangelio no se vive en solitario; se experimenta en el intercambio. Por eso, el paso más importante es simplemente empezar. No busques el momento perfecto ni el escenario ideal; busca a esa persona con la que puedas caminar. No está mal elegir a alguien con quien ya tengas química, alguien que esté en una etapa de vida similar a la tuya o que entienda tus batallas diarias... o puede que prefieras a alguien totalmente diferente. No hay reglas rígidas, solo la intención de mirarse a los ojos y juntos mirar a Cristo.

inVICEM, al ser un compromiso por un tiempo limitado (3 a 6 meses), tienes la libertad total de probar la dinámica sin presiones. Es una temporada para resetear el alma y ver qué sucede cuando la Gracia se vuelve el tema central de tus cafés. Y si no sabes con quién empezar, o si te da un poco de vértigo dar el primer paso, no te preocupes: contacta con tu pastor de campus. Él estará encantado de ayudarte a encontrar el partner ideal para que no te pierdas esta inyección de vida.



01

UNA HORA A LA SEMANA

60 minutos de reloj. Suficiente para una inyección de vida, lo suficientemente corto para que no sea una carga en tu agenda.

02

DOS CAFÉS A COMPARTIR

(O té, o cañas). Lo importante es el entorno: un lugar real, fuera de las cuatro paredes de una iglesia, donde la conversación sea natural.

03

NADA DE CONSEJOS, MORALISMOS O JUICIOS

Aquí no venimos a decir "tienes que hacer esto". Venimos a decir "Jesús ya hizo aquello". Sustituimos el consejo humano por el recordatorio del Evangelio.

04

ABSOLUTA CONFIDENCIALIDAD

Lo que se suelta en el café, se queda en el café. Sin filtros significa que puedes ser tú mismo con la seguridad de que tu vulnerabilidad está a salvo.

05

DOS PERSONAS, CARA A CARA

El formato ideal es el binomio. Un compromiso de 3 meses mínimo, extendible a 6. La constancia es lo que permite que la Gracia permee en el día a día.

06

EL FACTOR MULTIPLICACIÓN

Si después de 6 meses queréis seguir caminando juntos, es el momento de abrir el círculo. Se incluye a una tercera persona para que la Gracia siga expandiéndose y no se convierta en un club cerrado.

¿TE FALTA PARTNER PARA inVICEM?

Si tienes ganas de empezar pero no tienes con quién quedar, déjanos tus datos. Te ayudamos a conectar con alguien para que puedan arrancar con ese café semanal.

1. El Quién

Nombre: _____

IG / WhatsApp: _____

2. Tu situación (¿En qué onda estás?) Para conectarte con alguien que sepa de qué hablas cuando sueltas tu semana:

☐ Estudiando / De exámenes / Viendo qué sale

☐ A tope con el trabajo (Día a día laboral)

☐ Con el jaleo de los niños (Padre/Madre)

☐ Emprendiendo / Gestionando proyectos

☐ Senior (+56)

☐ Otro: _____

3. El Cuándo (Lo práctico) ¿En qué hueco de tu agenda cuadramos esos 45 min?

☐ Tempranito (Antes de arrancar el día)

☐ A la hora del almuerzo / Mediodía

☐ Por la tarde (Al salir de los compromisos)

☐ El fin de semana

5. El Match ¿Qué prefieres?

☐ Alguien que esté en una situación parecida a la mía.

☐ Me da igual, me gustaría conocer a alguien distinto.





*in***vicem**

36

TRES|DIECISÉIS