



## You Are Not Alone

September 27th, 2026

Just as a body, though one, has many parts, but all its many parts form one body, so it is with Christ. 1 Corinthians 12:12

The Bible knows nothing of solitary religion.  
-John Wesley

Even among committed, practicing Christians, 1 in 5 say they experience loneliness every single day.

The health risk associated with lacking social connection has been compared to **smoking up to 15 cigarettes a day**.

Satan watches for those vessels that sail without convoy.  
-George Swinnock

Be sober-minded; be watchful. Your adversary the devil prowls around like a roaring lion, seeking someone to devour.  
1 Peter 5:8

The eye cannot say to the hand, I don't need you! And the head cannot say to the feet, I don't need you! On the contrary, those parts of the body that seem to be weaker are indispensable, and the parts that we think are less honorable we treat with special honor.  
1 Corinthians 12:21-23

Now you are the body of Christ, and each one of you is a part of it.  
1 Corinthians 12:27

Praise be to the God and Father of our Lord Jesus Christ, the Father of compassion and the God of all comfort, who comforts us in all our troubles, so that we can comfort those in any trouble with the comfort we ourselves receive from God.  
2 Corinthians 1:3-4

For we do not have a high priest who is unable to empathize with our weaknesses, but we have one who has been tempted in every way, just as we are—yet he did not sin. Hebrews 4:15

Praise be to the God and Father of our Lord Jesus Christ, the Father of compassion and the God of all comfort, who comforts us in all our troubles, **so that we can comfort those in any trouble with the comfort we ourselves receive from God.**  
2 Corinthians 1:3-4

Carry each other's burdens, and in this way you will fulfill the law of Christ.  
Galatians 6:2

But encourage one another daily, as long as it is called "Today," so that none of you may be hardened by sin's deceitfulness.  
Hebrews 3:13

Rejoice with those who rejoice, weep with those who mourn.

Romans 12:15

If one part suffers, every part suffers with it; if one part is honored, every part rejoices with it.

1 Corinthians 12:26

No weapon forged against you will prevail, and you will refute every tongue that accuses you. This is the heritage of the servants of the LORD, and this is their vindication from me, declares the LORD.

Isaiah 54:17

There is one body and one Spirit, just as you were called to the one hope that belongs to your call—one Lord, one faith, one baptism, one God and Father of all, who is over all and through all and in all.

Ephesians 4:4-6

Now you are the body of Christ, and each one of you is a part of it.

1 Corinthians 12:27

**Fellowship** (koinonia) refers to intimate, not casual, community spirit.

Connect groups, church, discipleship.

Consider it pure joy, my brothers and sisters, whenever you face trials of many kinds, because you know that the testing of your faith produces perseverance. Let perseverance finish its work so that you may be mature and complete, not lacking anything.

James 1:2-4

Please see below for the one-page printable.

I RENOUNCE THE LIE THAT I AM WORTHLESS, INADEQUATE, HELPLESS,  
OR HOPELESS. IN CHRIST I AM SIGNIFICANT. GOD SAYS:

- I am the salt of the earth and the light of the world (see Matthew 5:13-14)
- I am a branch of the true vine, Jesus, a channel of His life (see John 15:1-5)
- I have been chosen and appointed by God to bear fruit (see John 15:16)
- I am a personal, Spirit-empowered witness of Christ (see Acts 1:8)
- I am a temple of God (see 1 Corinthians 3:16)
- I am a minister of reconciliation for God (see 2 Corinthians 5:17-21)
- I am a fellow worker with God (see 2 Corinthians 6:1)
- I am seated with Christ in the heavenly realms (see Ephesians 2:6)
- I am God's workmanship, created for good works (see Ephesians 2:10)
- I may approach God with freedom and confidence (see Ephesians 3:12)
- I can do all things through Christ who strengthens me! (see Philippians 4:13)

## NO ESTÁS SOLO

### 1 Corintios 12:12

Porque de la manera que el cuerpo es uno, y tiene muchos miembros, empero todos los miembros del cuerpo, siendo muchos, son un cuerpo, así también Cristo.

**“La Biblia no sabe nada de una religión solitaria.”**

— John Wesley

Incluso entre los cristianos comprometidos y practicantes, **1 de cada 5** dice experimentar soledad todos los días.

El riesgo para la salud asociado con la falta de conexión social se ha comparado con fumar hasta **15 cigarrillos al día**.

**“Satanás acecha a aquellas embarcaciones que navegan sin compañía.”**

— George Swinnock

### 1 Pedro 5:8

Sed templados, y velad; porque vuestro adversario el diablo, cual león rugiente, anda alrededor buscando á quien devore.

### 1 Corintios 12:21–23

Ni el ojo puede decir á la mano: No te he menester; ni asimismo la cabeza á los pies: No tengo necesidad de vosotros.

Antes, mucho más los miembros del cuerpo que parecen más flacos, son necesarios; Y á aquellos del cuerpo que estimamos ser más viles, á éstos vestimos más honrosamente.

### 1 Corintios 12:27

Pues vosotros sois el cuerpo de Cristo, y miembros en parte.

### 2 Corintios 1:3–4

Bendito sea el Dios y Padre del Señor Jesucristo, el Padre de misericordias, y el Dios de toda consolación,

El cual nos consuela en todas nuestras tribulaciones, para que podamos también nosotros consolar á los que están en cualquiera angustia, con la consolación con que nosotros somos consolados de Dios.

### **Hebreos 4:15**

Porque no tenemos un Pontífice que no se pueda compadecer de nuestras flaquezas; mas tentado en todo según nuestra semejanza, pero sin pecado.

### **2 Corintios 1:3–4**

Bendito sea el Dios y Padre del Señor Jesucristo, el Padre de misericordias, y el Dios de toda consolación,

El cual nos consuela en todas nuestras tribulaciones, para que podamos también nosotros consolar á los que están en cualquiera angustia, con la consolación con que nosotros somos consolados de Dios.

### **Gálatas 6:2**

Sobrellevad los unos las cargas de los otros; y cumplid así la ley de Cristo.

### **Hebreos 3:13**

Antes exhortaos los unos á los otros cada día, entre tanto que se dice Hoy; porque ninguno de vosotros se endurezca con engaño de pecado.

### **Romanos 12:15**

Gozaos con los que se gozan: llorad con los que lloran.

### **1 Corintios 12:26**

De manera que si un miembro padece, todos los miembros á una se duelen; y si un miembro es honrado, todos los miembros á una se gozan.

### **Isaías 54:17**

Toda herramienta que fuere fabricada contra ti, no prosperará; y tú condenarás toda lengua que se levantara contra ti en juicio. Esta es la heredad de los siervos de Jehová, y su justicia de por mí, dijo Jehová.

### **Efesios 4:4–6**

Un cuerpo, y un Espíritu; como sois también llamados á una misma esperanza de vuestra vocación:

Un Señor, una fe, un bautismo,

Un Dios y Padre de todos, el cual es sobre todas las cosas, y por todas las cosas, y en todos vosotros.

### **1 Corintios 12:27**

Pues vosotros sois el cuerpo de Cristo, y miembros en parte.

**Comunión (koinonía)** se refiere a un espíritu de comunidad **íntimo, no casual**.

**Grupos de conexión, iglesia, discipulado.**

### **Santiago 1:2–4**

Hermanos míos, tened por sumo gozo cuando cayereis en diversas tentaciones;

Sabiendo que la prueba de vuestra fe obra paciencia.

Mas tenga la paciencia perfecta su obra, para que seáis perfectos y cabales, sin faltar en alguna cosa.

**Renuncio a la mentira de que no tengo valor, que soy incapaz, indefenso o que no tengo esperanza. En Cristo soy importante. Dios dice:**

- Soy la sal de la tierra y la luz del mundo. *(véase Mateo 5:13–14)*
- Soy una rama de la vid verdadera, Jesús, un canal de Su vida. *(véase Juan 15:1–5)*
- He sido escogido y designado por Dios para llevar fruto. *(véase Juan 15:16)*
- Soy un testigo personal de Cristo, capacitado por el Espíritu. *(véase Hechos 1:8)*
- Soy templo de Dios. *(véase 1 Corintios 3:16)*
- Soy ministro de reconciliación para Dios. *(véase 2 Corintios 5:17–21)*
- Soy colaborador de Dios. *(véase 2 Corintios 6:1)*
- Estoy sentado con Cristo en los lugares celestiales. *(véase Efesios 2:6)*
- Soy hechura de Dios, creado para buenas obras. *(véase Efesios 2:10)*
- Puedo acercarme a Dios con libertad y confianza. *(véase Efesios 3:12)*
- Todo lo puedo en Cristo que me fortalece. *(véase Filipenses 4:13)*