

V. ALTA CONCENTRACIÓN

Una alta concentración produce resultados, porque todos los esfuerzos van a un mismo lugar. Por el contrario, la distracción hace todo lo contrario: los esfuerzos que deberían ir a un lado, terminan gastándose en otras cosas.

Si nos distraemos no alcanzamos nuestro objetivo, porque nuestra atención fue para otro lado. Esto nos puede pasar estudiando y también al reunimos para alabar a Dios. Cuando uno se distrae es como que no está en el lugar... de nada valen los libros si no estudio, de nada vale la música de alabanza si no alabo.

¿QUÉ TE DISTRAE CUANDO NOS REUNIMOS CON FINES ESPIRITUALES?

Al reunimos para cantar al Señor o escuchar Palabra de Dios, hay cosas que nos pueden distraer. ¿Cuáles son las que más te afectan?

- | | | |
|-------------------------------------|--|---|
| <input type="checkbox"/> El celular | <input type="checkbox"/> El hambre | <input type="checkbox"/> La falta de ganas |
| <input type="checkbox"/> Mis amigos | <input type="checkbox"/> Mis planes para después del culto | <input type="checkbox"/> El ruido de la gente que habla |
| <input type="checkbox"/> El sueño | <input type="checkbox"/> El cansancio | <input type="checkbox"/> Mis problemas |

Otras cosas:

Detallar qué otras cosas hacen que me distraiga en la Iglesia o en cualquier otro lugar donde nos reunimos para encontrar a Dios. La idea es identificar los elementos distractores y compartirlo con el grupo.

LO QUE LA BIBLIA DICE SOBRE CONCENTRARNOS

*“Ya que han resucitado con Cristo, busquen las cosas de arriba, donde está Cristo sentado a la derecha de Dios. **Concentren su atención en las cosas de arriba, no en las de la tierra,**” Colosenses 3:1-2*

Este pasaje ¿a quiénes va dirigido? ¿vos cumplís con esa condición?

Va dirigido a los que “han resucitado con Cristo”, es decir a los que han tenido una experiencia real y verdadera con Cristo. Si no tenemos esa relación vital con Jesús, va a ser imposible concentrarnos en las cosas de Jesús.

¿Cuáles son las dos actividades que tenemos que hacer con las cosas de arriba? ¿Que requieren esas dos cosas?

Las dos cosas son “buscar” y “concentrarnos”. Buscar es hacer todo lo posible para encontrar las cosas espirituales de Dios, concentrarnos es enfocarnos exclusivamente en las cosas de arriba. Las dos cosas requieren ESFUERZO.

A tu entender ¿qué beneficios trae hacer lo que dice este pasaje?

Concentrarse en las cosas de Dios sin duda nos trae bendición, porque clarifica nuestro objetivo en la vida; y porque si estamos atentos y conectados con Dios y las cosas de arriba (de lo alto) vamos a recibir regalos y cosas buenas: “Toda buena dádiva y todo don perfecto descienden de lo alto, donde está el Padre que creó las lumbreras celestes” Santiago 1:17

ESTRATEGIAS

Concentrarnos en las cosas de arriba es súper-beneficioso. ¿Qué estrategias podemos usar para concentrarnos en Dios y no en las cosas de la tierra?

Escuchar sugerencias. Puede ser tomar una decisión antes de ir al culto o a orar en casa, clarificar el objetivo (para qué lo hago), ponerse de acuerdo con los amigos para aprovechar bien el tiempo de alabanza, apartarse de la gente que lo interesa la concentrarse en Dios, descansar antes del tiempo de encuentro con Dios, comer/tomar/ir al baño siendo previsores para que el hambre/sed/necesidades no nos distraigan, poner el móvil en modo avión...