



**AMAR LA PALABRA. APRENDER LA PALABRA.  
VIVIR LA PALABRA.**

Día 19 de la Campaña 40 Días en la Palabra

## Disciplina Espiritual: La Batalla de las Distracciones

por Rick Warren

***“Afina tus oídos a la sabiduría y concéntrate en el entendimiento. Clama por inteligencia y pide entendimiento. Búscalos como si fueran plata, como si fueran tesoros escondidos. Entonces comprenderás lo que significa temer al SEÑOR y obtendrás conocimiento de Dios” Proverbios 2:2-5 (NTV)***

Hasta aquí les he compartido sobre **el problema de la disciplina** y **el problema de la sequia**. Si los dos primeros problemas no están afectando tu tiempo a solas con Dios, es muy probable que el diablo use contigo el **poder de la distracción**.

Es lo que yo llamo la "batalla de la mente." Uno trata de concentrarse en la oración y en el estudio de la Palabra de Dios, pero nuestra mente vaga por cualquier otro lugar. Es como un DA Espiritual (Déficit Atencional). Cuando esto nos sucede, es muy fácil poner la cabeza en la almohada, cerrar los ojos, y volver a dormirnos

O bien, puedes ganar la batalla a tu mente de la siguiente manera:

- **Dar un paseo.** ¿Has notado que a menudo, cuando Jesús estaba enseñando a la gente, ellos estaban comiendo o caminando? ¡Es difícil quedarse dormido, mientras caminas o comes!
- **Mantener una libreta cerca.** Sólo tienes que escribir cualquier distracción que está llegando a tu mente. Después, puedes olvidarlo, porque estas distracciones están en una lista, de la que luego puedes hacer frente.

No hay nada malo con distraerse durante tu tiempo a solas con Dios. Es natural. Pero se necesita un plan para cuando esto suceda.

### **Habla sobre el tema**

- No esperes hasta mañana o hasta el próximo tiempo a solas con Dios, para pelearle la batalla a la mente. ¿Qué puedes hacer para ayudar a minimizar las distracciones que puedes llegar a enfrentar?
- Considera la posibilidad de que la batalla con la mente también se lucha contra Satanás, él está tratando desesperadamente de mantenerte desenfocado de Dios. Haz esta lucha personal, y determina que no vas a permitir que Satanás tenga el control sobre tus pensamientos y tu mente.





**AMAR LA PALABRA. APRENDER LA PALABRA.  
VIVIR LA PALABRA.**

**Meditación:** \_\_\_\_\_

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**Aplicación:** \_\_\_\_\_

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**Oración:** \_\_\_\_\_

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

