

29

¿QUÉ HACER CUANDO LA MENTE DIVAGA?

JOYA BÍBLICA

"Tú guardarás en completa paz a aquel cuyo pensamiento en ti persevera; porque en ti ha confiado" (Isaías 26:3).



PREGUNTA

¿Cómo podemos evitar que nuestra mente divague mientras estamos orando?

RESPUESTA

Hacerla volver: "La oración diaria es tan esencial para el crecimiento en la gracia y aun para la misma vida espiritual, como el alimento temporal lo es para el bienestar físico. Deberíamos acostumbrarnos a elevar con frecuencia los pensamientos a Dios en oración. Si la mente se desvía, debemos hacerla volver; por el esfuerzo perseverante, el hábito lo hará fácil al final". *Mensajes para los jóvenes*, p. 79.



Se requiere esfuerzo: "Ceñid los lomos de vuestro entendimiento, dice el apóstol; luego gobernad vuestros pensamientos, y no les deis rienda suelta. Podéis guardar y dominar vuestros pensamientos mediante esfuerzos resueltos". *El hogar cristiano*, p. 44.

Oración por ayuda: "Por grande que sea la luz espiritual de uno, por mucho que goce del favor y de las bendiciones divinas, debe andar siempre humildemente ante el Señor, y suplicar con fe a Dios que dirija cada uno de sus pensamientos y domine cada uno de sus impulsos". *Patriarcas y profetas*, p. 445.

"Cristo solo puede dirigir correctamente los pensamientos". *Consejos para los maestros*, p. 307.

Estar constantemente en guardia: "Dios desearía que confiara en su amor, y que protegiera constantemente su alma cerrando las puertas de sus pensamientos, para que no se tornen ingobernables". *Hijos e hijas de Dios*, p. 300.

Escuchar la voz de Dios: "Debemos oírle individualmente hablarnos al corazón. Cuando todas las demás voces quedan acalladas, y en la quietud esperamos delante de él, el silencio del alma hace más distinta la voz de Dios. Nos invita: 'Estad quietos, y conoced que yo soy Dios'". *El Deseado de todas las gentes*, p. 331.

Arrodillarse ante Dios: "Tanto en el culto público como en el privado, nos incumbe inclinarnos de rodillas delante de Dios cuando le dirigimos nuestras peticiones". *Profetas y reyes*, p. 33.

"Demostrad por medio de este acto que vuestra alma, vuestro cuerpo y vuestro espíritu están por entero sometidos al Espíritu de verdad". *Mensajes selectos*, tomo 2, p. 362.

"El hombre debe ponerse de rodillas, como un súbdito de la gracia, cuando suplica ante el estrado de la misericordia". *Ibíd.*, p. 363.

Orar en voz alta: "Pasó noches enteras en oración en las montañas solitarias [...] Fue en nuestro favor que Él derramó sus oraciones a su Padre con fuertes clamores y lágrimas". *Testimonios para la iglesia*, tomo 3, p. 418.

"Al sonido de la oración ferviente, toda la hueste de Satanás tiembla". *Ibíd.*, tomo 1, p. 309.

RESUMEN Y PENSAMIENTO PARA LA ORACIÓN

La salvación es valiosa y gratuita, no podemos ganarla y ciertamente no la merecemos. ¡La salvación es un regalo! Es dada libremente cuando vamos con corazón humilde reconociendo nuestra gran necesidad.

Después de la salvación tenemos una tarea difícil por delante. Nada menos que sangre, sudor y lágrimas sobre nuestras rodillas, mucho trabajo arduo en oración y una concentración total de nuestra atención nos ayudarán a desarrollar una relación íntima con Dios. Requiere mucho esfuerzo establecer una relación significativa e íntima con la Trinidad.

Debemos reenfocar y ordenar todas nuestras prioridades, cambiar nuestros blancos y propósitos y aprender a concentrarnos en nuestras nuevas metas gloriosas. Todo lo demás debe quedar en el camino.

Amoroso Señor Jesús, ni siquiera podemos concentrar nuestra mente por nosotros mismos cuando oramos. Por favor, ayúdanos y fija nuestra mente en metas eternas. Ayúdanos a concentrarnos con atención plena en el cielo y, por favor, reprograma nuestro cerebro divagante para que se incline al cielo y nada nos desvíe de tu propósito eterno para nuestra vida.