

Llenando la mente con lo noble y puro

Bosquejo 86

Lee antes de preparar: Filipenses 4:8-9. El versículo 8 sigue directamente al mandato de no angustiarse: primero se lleva la preocupación a Dios, después se llena la mente de lo bueno.

Idea central, en una frase: La paz del ánimo se cuida con lo que dejamos entrar y detenemos en nuestra mente.

Duración aproximada: 15 a 20 minutos.

Para empezar

Pregunta: ¿cuánto tiempo al día miras noticias, redes o videos, y cómo te dejan? Deja que respondan con sinceridad.

1 • Escoger en qué pensar (versículo 8)

Qué dice el texto: Pablo enumera cualidades en las que ocupar la mente, como lo verdadero, lo justo, lo puro y lo amable.

Qué explicar: no todo pensamiento «llega solo»; muchos los alimentamos. Pablo pide una decisión: ocuparse de lo bueno. No es negar la realidad, sino no vivir en ella todo el día.

Pregunta para dejar en el aire: ¿qué alimenta tu mente en un día normal?

2 • Pensar con detenimiento

Qué dice el texto: el verbo que Pablo usa para «pensad» es de los que significan considerar con atención, hacer cuentas, no pasar la mente de largo.

Qué explicar: no se trata de un pensamiento fugaz, sino de detenerse en lo bueno hasta que forme la manera de ver. Para eso también hay que sacar algo de la mente: el chisme, lo morboso, lo que solo destruye. Conviene revisar qué aplicaciones, canales o conversaciones dejan un mal sabor.

Una imagen que ayuda: una cocina. Antes de guardar comida nueva hay que tirar la que está podrida.

3 • Practicar lo aprendido (versículo 9)

Qué dice el texto: Pablo cierra pidiendo poner en práctica lo que aprendieron, con la promesa de que el Dios de paz estará con ellos.

Qué explicar: pensar bien lleva a actuar bien, y «el Dios de paz» acompaña a quien lo vive.

Aplicación práctica durante la semana

Propónsela a la congregación como un compromiso personal, algo concreto para vivir esta semana lo que escucharon:

Haz esta semana una limpieza: quita o silencia una fuente de contenido que te deja mal, y añade una que te edifique.

Cierre y llamado

1 · **Recoge el mensaje (un minuto).** Vuelve a la pregunta con la que abriste: ¿cuánto tiempo al día miras noticias, redes o videos, y cómo te dejan? Respóndela con Pablo: lo que dejamos entrar y detenemos en la mente nos forma; por eso pide ocuparla en lo verdadero, lo justo, lo puro y lo amable. Y repite en voz alta la idea central: *La paz del ánimo se cuida con lo que dejamos entrar y detenemos en nuestra mente.*

2 · **El llamado (dos o tres minutos).** Con tus palabras, más o menos así:

Lo más verdadero y amable que puede llenar una vida es Jesús. Si nunca lo has recibido como tu Señor y Salvador, hoy puedes hacerlo. Y si ya lo conoces, pero tu mente se llenó de lo que no edifica, hoy puedes volver a él y consagrarle de nuevo tu vida.

Invita a responder según la costumbre de tu iglesia: orar en su lugar o hablar contigo al terminar. Deja un momento de silencio para que cada quien pueda responder con calma. **Con cariño y con libertad:** la urgencia se dice como una invitación.

3 · **Oración.** Ora por quienes respondieron, y para que los presentes cuiden lo que entra en su mente. Quédate disponible al terminar para quien quiera hablar contigo.

¡Dios te bendiga!

Material gratuito de Audiovisión Musical · audiovisionmusical.com. Puede reproducirse libremente para uso de tu congregación.