

SEMANA 3

Para Todo Hay Tiempo

REFLEXIÓN INICIAL

¿Cuántas veces hemos dicho: “No tengo tiempo”? La Palabra de Dios nos dice que para todo hay un **tiempo adecuado**. Podemos sugerir entonces que parte de la sabiduría en la vida es saber cuándo hacer qué?.

Ordenar nuestras **prioridades** nos ayuda en esa tarea. Tenemos tiempo para todo, cuando aprendemos a decir <<**si**>> a lo que nos impulsa al desarrollo de nuestro propósito y <<**no**>> a lo que nos roba tiempo de manera que nos resta efectividad.

Cuando dedicamos nuestro tiempo **sabiamente**, tendremos tiempo hasta para tirar y recoger piedras como lo dice el libro de Eclesiastés!

Si buscar a Dios (fuente de sabiduría) es nuestra prioridad #1, el resto de nuestro tiempo será **productivo**, aun nuestros tiempos de descanso y vida familiar. De esta manera tendremos vidas balanceadas que le dan gloria a nuestro Creador!

Versículo clave: “*Todo tiene su tiempo, y todo lo que se quiere debajo del cielo tiene su hora.*” — Eclesiastés 3:1

DESAFÍOS DE LA SEMANA

LUNES - Audita tu Tiempo

Desafío: Durante todo el día de hoy, anota cada hora cómo usaste tu tiempo. No cambies nada, solo observa. Al final del día, revisa: ¿dónde se fue tu tiempo realmente?

Aplicación práctica: En el trabajo, nota cuánto tiempo pasas en reuniones productivas vs. interrupciones. En familia, mide cuánto tiempo real de calidad tuviste con ellos vs. estar presente físicamente pero mentalmente ausente. En desarrollo personal, calcula cuántos minutos dedicaste a cosas que te acercan a tus metas vs. distracciones.

Reflexión: ¿Tu uso del tiempo refleja tus prioridades declaradas o revela otras prioridades ocultas?

MARTES - Identifica tus Ladrones de Tiempo

Desafío: Basándote en la auditoría de ayer, identifica 3 actividades que te roban más tiempo sin darte valor. Pueden ser: notificaciones constantes, reuniones innecesarias, conversaciones tóxicas o perfeccionismo en cosas sin importancia.

Aplicación práctica: Sé específico. Si las redes sociales te roban 2 horas diarias, reconócelo. Si las quejas y chismes en el trabajo te consumen 30 minutos cada día, admítelo. Si ver TV sin propósito te roba tu tarde completa, escríbelo. La Verdad te hará libre.

Reflexión: ¿Qué podrías lograr con el tiempo que estos ladrones te están robando?

MIÉRCOLES - Aprende a Decir No

Desafío: Di <<no>> a al menos una cosa que normalmente aceptarías pero que sabes que no te acerca a tus prioridades. Puede ser un compromiso social innecesario, una tarea que otros pueden hacer, o una distracción tentadora.

Aplicación práctica: En el trabajo, di <<no>> a proyectos que no son tu responsabilidad si ya estás saturado. En familia, di <<no>> a los niños si te piden algo que pueden hacer ellos mismos. En lo personal, di <<no>> a quedarte despierto viendo series cuando necesitas descansar. Cada <<no>> a lo incorrecto es un <<si>> a lo correcto.

Reflexión: ¿Por qué te cuesta tanto decir <<no>>? ¿Miedo al rechazo, necesidad de aprobación, o falta de claridad en tus prioridades?

JUEVES - Prioriza lo Primero Primero

Desafío: Mañana, antes de revisar tu teléfono, antes del trabajo, antes de cualquier cosa, dedica los primeros 15 a 30 minutos a buscar a Dios (lectura, oración, adoración). Hazlo hoy jueves también.

Aplicación práctica: Pon tu alarma 20 minutos más temprano si es necesario. Prepara tu espacio la noche anterior (Biblia abierta, café listo). En el trabajo, llegarás con otra perspectiva. En familia, comenzarás el día con más paciencia. En lo personal, notarás cómo el resto del día fluye diferente cuando Dios es lo primero.





Reflexión: ¿Qué pasa cuando Dios no es tu prioridad #1 sino algo que encajas “si te sobra tiempo”?

VIERNES - Diseña tu Tiempo Ideal

Desafío: Crea un horario ideal de tu semana que refleje tus verdaderas prioridades. Incluye: tiempo con Dios, familia, trabajo, descanso, desarrollo personal, ejercicio, amistades. Sé realista pero intencional.

Aplicación práctica: No se trata de un horario militar rígido, sino de bloques intencionales. Por ejemplo: “Lunes, miércoles y viernes hacer ejercicio 30 min antes del trabajo”, “Martes y jueves cenar con familia sin celulares”, “Sábados tiempo con amigos”, “Domingos descanso y reflexión”. En el trabajo, bloquea tu calendario para tareas importantes antes de que otros llenen tu tiempo.

Reflexión: ¿Si vivieras según este horario por 3 meses, cómo sería diferente tu vida?

SÁBADO - Evaluación y Oración

EXAMEN SEMANAL

Reflexiona honestamente sobre esta semana:

- ¿Hiciste la auditoría de tu tiempo el lunes? ¿Qué descubriste?

- ¿Identificaste claramente tus ladrones de tiempo?
- ¿Lograste decir NO a algo esta semana? ¿Cómo se sintió?
- ¿Pusiste a Dios primero en tu día jueves y viernes?
- ¿Diseñaste un horario que refleje tus verdaderas prioridades?
- ¿Qué cambio notaste cuando organizaste mejor tu tiempo?
- ¿Te sientes más cerca de una vida balanceada?

ORACIÓN DE CIERRE

Padre Celestial,

Gracias por enseñarme que el problema no es la falta de tiempo, sino cómo lo uso. Reconozco que pierdo tiempo innecesariamente.

Perdóname por decir: “No tengo tiempo para orar” o “para mi familia”, cuando sí tengo tiempo para redes sociales, quejas y distracciones. Perdóname por robarme el tiempo que podría invertir en lo que realmente vale.

Señor, dame sabiduría para discernir entre lo urgente y lo importante, entre lo bueno y lo mejor.

Dame valentía para decir <<no>> a lo que no es para mí. Ayúdame a recordar que cada <<si>> es un <<no>> a otra cosa y que mis decisiones reflejan mis verdaderas prioridades.

Ayúdame a ponerte primero, para que buscar Tu rostro sea mi prioridad número uno, no algo que hago si me sobra tiempo. Cuando Te busco primero, todo lo demás encuentra su lugar.

Ayúdame a tener disciplina para vivir intencionalmente, pero flexibilidad para seguir Tu dirección. Que mi tiempo Te glorifique: al trabajar duro, descansar bien, amar y servirte fielmente.

En el nombre de Jesús, Amén.

DOMINGO - Notas de Reflexión

ESPACIO PARA TUS NOTAS

Si fuiste a la iglesia hoy:

- ¿Qué aprendiste sobre el uso del tiempo o las prioridades?
- ¿Hay algún ajuste que Dios te está pidiendo hacer en tu horario?
- ¿Cómo puedes aplicar el mensaje de hoy para tener una semana más balanceada?

Si no fuiste a la iglesia:

- ¿Qué área de tu vida necesita más tiempo esta próxima semana?
- ¿Qué ladrón de tiempo vas a eliminar o reducir significativamente?
- Escribe un compromiso específico sobre cómo usarás tu tiempo:

Espacio libre para escribir: _____

Versículo para llevar a la próxima semana: *“Enséñanos de tal modo a contar nuestros días, que traigamos al corazón sabiduría.”* — Salmos 90:12



