



**“Cada momento cuenta”
Más cerca de Dios**

Por: Pr. Jonathan Pérez/Énfasis en Mayordomía – sábado 12 de abril

Propósito: Destacar la importancia de administrar correctamente el tiempo de manera que glorifique a Dios y permita un equilibrio saludable entre las diversas responsabilidades y nuestra vida espiritual.

Servicio de canto (8:45 – 9:00)

Himno #446 “Más cerca oh Dios de ti”, #248 “Que mi vida entera esté”

Introducción

El tiempo es uno de los regalos más valiosos que Dios ha dado, sin embargo, a menudo se desperdicia con facilidad. Cada momento es una oportunidad para vivir con propósito y alinearnos con la voluntad divina. Hoy, reflexionaremos sobre cómo podemos gestionar mejor nuestro tiempo para glorificar a Dios y servir a los demás.

A) ACTIVIDAD CONGREGACIONAL 9:00 – 9:30

Bienvenida

¡Bienvenidos, queridos hermanos y hermanas! Hoy nos reunimos para explorar cómo podemos administrar mejor el tiempo que Dios nos ha dado. Cada día es un regalo y una oportunidad para vivir con propósito y dedicación. Reflexionemos juntos sobre cómo utilizar cada momento de manera que honre a Dios y enriquezca nuestras vidas. ¡Estamos aquí para aprender a ser mejores administradores de nuestro tiempo y a hacer cada segundo contar para la eternidad!

Himno de alabanza

Entonemos el himno #253 “Tuyo soy, Jesús”.

Lectura bíblica

Efesios 5: 15-16. "Mirad, pues, con diligencia cómo andéis, no como necios sino como sabios, aprovechando bien el tiempo, porque los días son malos".

Oración de rodillas

Que la oración incluya el deseo de ocupar mejor el tiempo que Dios nos ha dado en este mundo.

Nuevo horizonte

¿Cómo puedo hacer un mejor uso de mi tiempo durante el día? Primero, establece prioridades diarias. Identifica lo que es más importante para ti y asegúrate de dedicar tiempo a esas áreas cada día. Haz una lista de tus prioridades y revísala regularmente para mantenerte enfocado en lo esencial. Recuerda que el día se debe iniciar y terminar tomados de la mano de Dios, esa es nuestra principal prioridad. Ahora tenemos el Nuevo Horizonte.

Himno de alabanza o canto especial

Utilice un calendario o agenda. Planifique su semana usando un calendario o una agenda. Programe tiempo para actividades importantes, incluyendo momentos de oración, estudio bíblico y servicio a los demás. Esto te ayudará a gestionar mejor tu tiempo y evitará que se sienta abrumado. Serán muchos los inconvenientes que se ahorrará al usar una agenda, pues le permitirá organizarse de mejor manera. A continuación, escuchemos un canto especial. (Que el canto aborde el tema de la consagración).



Misionero mundial

Establezca límites en el uso de la tecnología. La tecnología puede consumir mucho tiempo si no se usa con cuidado. Establezca límites para el uso de redes sociales y otras aplicaciones que puedan distraerlo y dedique tiempo específico para usarlas. Es difícil, pero necesario si quiere tener éxito a lo largo del día. Busque aplicaciones o configuraciones en sus dispositivos que le permitan trabajar sin ser distraído con alguna otra aplicación. Esto permitirá que trabaje de una manera óptima. A continuación, el Misionero Mundial.

Informe secretarial

Establezca de manera intencional un tiempo para la oración y la reflexión. En el bullicio y las demandas de nuestra vida diaria, a menudo el tiempo para la reflexión y la oración puede ser uno de los primeros sacrificios que hacemos. Dedicar tiempo específico para la reflexión y la oración nos permite encontrar guía y sabiduría. A través de la oración, buscamos la dirección divina en nuestras decisiones diarias. La reflexión nos ayuda a examinar nuestras acciones y alinearlas con los principios de Dios. Sin este tiempo de comunicación, es fácil desviar el rumbo y perder el enfoque espiritual. A continuación, el informe secretarial.

Repetición del versículo para memorizar de la semana

Reflexione y repita con su congregación el versículo de memoria.

B) ACTIVIDAD EN EL GRUPO PEQUEÑO 9:30 – 10:10

Confraternización y registro de tarjeta
Repaso de la lección

C) ACTIVIDAD CONGREGACIONAL 10:10 – 10:45

Capacitación Primero la Misión
Crecimiento Integral
Clausura de Escuela Sabática

Himno final

Practique el Manejo del Estrés: La gestión del estrés es vital para mantener una salud mental y emocional equilibrada. El estrés crónico tiene efectos perjudiciales sobre el cuerpo, incluyendo un mayor riesgo de enfermedades cardíacas, trastornos digestivos y debilitamiento del sistema inmunológico. Incorporar técnicas de manejo del estrés, como la meditación, la oración y la relajación, es beneficioso. La meditación ayuda a reducir la ansiedad y mejora la capacidad de concentración, la oración ofrece un espacio para la reflexión y la conexión espiritual, aliviando la presión mental. La relajación, a través de ejercicios de respiración profunda o actividades recreativas, permite al cuerpo y a la mente recuperarse. "Echad toda vuestra ansiedad sobre Él, porque tiene cuidado de vosotros" (1 Pedro 5:7). Entonemos el himno #441 "Jesús, te necesito".

Conclusión

El cuerpo es un don precioso de Dios y debe ser cuidado con diligencia y respeto. Al practicar una buena mayordomía de la salud, no solo mejoramos nuestro bienestar, sino que también honramos a Dios y reflejamos nuestro compromiso con su plan para nuestras vidas. Que este programa inspire a cada uno a ver la salud como una forma de adoración y a vivir con un propósito renovado para glorificar a Dios a través del cuidado de su templo.

Oración final