ANCLADOS POR LA PRESENCIA

"Esta tenía una hermana que se llamaba María, la cual, sentándose a los pies de Jesús, oía su palabra" (Lucas 10:39).

PARA EL CULTO FAMILIAR: Páginas 24-26

ESTUDIO ADICIONAL PARA PADRES: Páginas 27-29

DEVOCIONAL

LA VALENTÍA DE ESTAR PRESENTES

¿Escuchas la casa ocupada? Los pies se mueven rápido por el piso, los platos hacen ruido y la gente habla cerca de la puerta. Alguien necesita agua, alguien necesita pan y alguien necesita ayuda. Marta trabaja mucho porque ama a Jesús y quiere que todo esté listo.

Pero en esa misma casa ocupada, María toma otra decisión. Se sienta cerca de Jesús y escucha. No corre de un lado a otro. No intenta demostrar que es importante. No intenta llamar la atención. La Biblia dice: "María... sentándose a los pies de Jesús, oía su palabra" (Lucas 10:39). Esa frase pequeña muestra una decisión muy grande.

María nos enseña que a veces la valentía se ve silenciosa. La valentía no siempre es ruidosa, rápida o fuerte por fuera. A veces la valentía significa detenerse cuando todo a nuestro alrededor se mueve. A veces la valentía significa escuchar a Jesús antes de correr hacia lo siguiente.

Nuestros hogares también pueden sentirse ocupados. En un **MUNDO VUCA**, donde la vida cambia rápido, se siente incierta, se vuelve confusa y es difícil de entender, nuestra atención puede verse atraída en muchas direcciones. Hay pantallas, sonidos, mensajes, tareas de la escuela, quehaceres, planes, preocupaciones y preguntas que no siempre sabemos responder. A veces nuestro cuerpo está en un lugar, pero nuestra mente corre por todas partes.

Jesús nos invita a bajar la velocidad y acercarnos a él. No nos pide una casa perfecta ni un día perfectamente tranquilo. Él sabe que la vida puede ser ruidosa, ocupada y llena de interrupciones. Simplemente nos pide nuestra atención, porque cuando lo escuchamos primero, nuestro corazón puede calmarse y nuestros ojos pueden mirarse unos a otros con más amor.

Antes de hablar de pantallas, horarios y decisiones, empecemos donde empezó María: cerca de Jesús, listos para escuchar. El mundo puede correr, sonar y atraer, pero con Jesús, nuestra familia puede detenerse, respirar y oír su palabra.

ORACION FAMILIAR

Dejen las distracciones a un lado, respiren profundamente una vez y oren: **"Querido Señor, ayúdanos a sentarnos cerca, escuchar primero y dar atención completa hoy. En el nombre de Jesús, amén".**

PENSAR

Así se sentía el mundo de María y Marta:	Con la ayuda de Dios, podemos transformarlo en:
VOLÁTIL: El dominio romano despertaba esperanzas por el Mesías.	**VAMOS:** Sentarnos con Jesús y escuchar de cerca.
INCIERTO: La gente se preguntaba quién era Jesús.	**UBICAMOS:** Descubrir lo único necesario.
COMPLEJO: La hospitalidad tenía roles culturales fuertes.	**CONSERVAMOS:** Compartir atención, no solo espacio.
AMBIGUO: ¿Servir a Jesús o quedarse cerca de él?	**ANCLAMOS:** Guardar los teléfonos y elegir conexión.

En un **MUNDO VUCA**, María nos muestra que la verdadera valentía puede comenzar con una decisión tranquila: sentarse, escuchar y estar plenamente presentes con Jesús.

HABLAR

1 Leer juntos
Lucas 10:38–42

2 Subrayen
la expresión
"sólo una cosa es necesaria"

3 Pregúntense:

- ¿Qué me mantiene ocupado pero desconectado?
- ¿Estoy cerca de ti, pero mirando una pantalla?

¿POR QUÉ?

María y Marta nos enseñan que Jesús valora los corazones que escuchan, no solo las manos que trabajan mucho. Como tu padre o madre, prometo detenerme, mirarte y escucharte con amor, para que **sepas que siempre importas más que mi teléfono, la prisa por hacer tareas o mi lista de pendientes.**

ACTIVIDAD

ACTIVIDAD FAMILIAR: El estacionamiento de teléfonos

Decoren una caja pequeña o una bandeja como el Estacionamiento de Teléfonos de la familia. Antes de la cena o del culto, todos "estacionan" su teléfono y dicen: "**Elijo estar presente**". Pregunten: "¿Cómo mostró María a Jesús que él importaba?". Luego miren a una persona, escuchen su respuesta y denle un abrazo de corazón o un choque de manos.



ESTUDIO ADICIONAL
PARA PADRES:

ANCLADOS POR LA PRESENCIA

Principio de hoy:
Practicar la verdadera presencia

La promesa de hoy para su hogar es atenta y firme:
su atención amorosa puede decirle a su hijo: "Tú importas más que cualquier notificación".

La decisión de María se convierte en una invitación diaria a bajar la velocidad, dar nuestra atención completa y crear ritmos suaves en casa, donde las pantallas se hacen a un lado para que los niños se sientan vistos, los corazones se calmen y el amor encuentre tiempo para escuchar antes de que la vida vuelva a correr.

V VAMOS MÁS ALLÁ DEL TEMOR EN UN MUNDO VOLÁTIL

Un hogar apresurado puede hacer que el amor parezca silencioso, aunque todos estén en la misma habitación. Los padres pueden estar ocupados haciendo cosas buenas: cocinar, trabajar, limpiar, responder mensajes, ayudar a los niños y atender muchas necesidades. Pero la historia de María y Marta nos recuerda con ternura que hacer muchas cosas para Jesús no es lo mismo que estar presentes con él.

Marta no estaba equivocada por servir. El problema fue que su corazón quedó jalado en demasiadas direcciones. María muestra otro tipo de valentía. Se detuvo. Se sentó. Escuchó. En un mundo ruidoso y demandante, la presencia puede parecer pequeña, pero puede llegar a ser profundamente poderosa.

Para los padres, esta es una invitación a notar hacia dónde va la atención. Un niño no necesita un padre perfecto, pero sí necesita un padre presente. Cuando nos detenemos el tiempo suficiente para escuchar, comunicamos un mensaje poderoso sin palabras: "Tú importas más que mi prisa".

PREGÚNTESE HOY: ¿ESTOY PLENAMENTE PRESENTE, O SOLO ESTOY CERCA MIENTRAS MI ATENCIÓN ESTÁ EN OTRA PARTE?

U UBICAMOS LA VERDAD PROFUNDA EN TIEMPOS INCIERTOS

Lea Lucas 10:38-42 y subraye las palabras de Jesús: "sólo una cosa es necesaria". Marta no estaba equivocada por servir. Su trabajo importaba. La comida, la bienvenida y la hospitalidad eran buenos regalos. Pero ella cargaba tanto que casi perdió de vista a la Persona que tenía delante.

La presencia no significa quedarse quieto mientras la vida se desarma. La presencia significa saber cuándo el amor necesita toda su atención. Es escoger la voz de un hijo por encima de una notificación, un momento familiar por encima de otra tarea, y escuchar por encima de correr.

PREGUNTE HOY CON TERNURA: ¿ESTOY HACIENDO MUCHAS COSAS BUENAS, PERO PERDIENDO DE VISTA EL CORAZÓN QUE TENGO AL LADO

C CONSERVAMOS UNA BRÚJULA FIRME EN MEDIO DE LA COMPLEJIDAD

ELos principios educativos de Elena G. de White nos recuerdan que se llega mejor a los niños por medio de relaciones cálidas y cuidadosas. Elena G. de White escribió: ***"Sólo podemos comprender al ponernos en contacto con ellos por medio de la simpatía; y necesitamos comprenderlos para poder beneficiarlos más eficazmente"*** (La educación, p. 212).

Este es el corazón de la presencia. Los padres no guían mejor a sus hijos desde lejos, distraídos, apurados o escuchando a medias. Los guiamos acercándonos. Enseñamos al estar realmente presentes.

Estar presente es más que estar en la misma habitación. Una familia puede sentarse junta mientras todos viven en mundos diferentes a través de una pantalla. La verdadera presencia significa compartir la atención. Significa mirarse a los ojos, escuchar sin interrumpir, dejar el teléfono cuando alguien habla y notar los sentimientos, no solo las palabras.

Jesús modeló este tipo de presencia. No amó a las personas desde lejos. Se detuvo. Miró. Escuchó. Se acercó. Cuando los padres hacen lo mismo, dan a sus hijos un mensaje poderoso: "Tú eres más importante que cualquier notificación".

Por eso la conexión viene antes que la corrección. Cuando los niños se sienten distantes, las reglas pueden sonar como control: “Solo quieres detenerme”. Pero cuando se sienten amados, vistos y comprendidos, la misma regla puede sonar como cuidado: “Me estás protegiendo”. La regla es la misma; la relación cambia la manera en que los niños la reciben.

La tecnología no es el enemigo; la distracción lo es. Los padres ocupados quizá no tengan muchas horas, y eso está bien. La presencia significa que, cuando la familia está junta, todos eligen estar realmente juntos.

UN VÍNCULO FUERTE CONVIERTE LAS REGLAS EN UN LENGUAJE DE AMOR.

A ANCLAMOS LA SEGURIDAD QUE PERMANECE FIRME EN MEDIO DE LA AMBIGÜEDAD

Esta actividad comienza con los adultos. Prueben un ritmo sencillo llamado **COMPAÑEROS DE PRESENCIA**, donde mamá y papá, o los adultos que cuidan el hogar, eligen los primeros momentos en que los teléfonos se harán a un lado.

Elijan dos espacios diarios: un espacio familiar, como la cena o el culto, y un espacio de padres, como diez minutos tranquilos después de que los niños duermen. Coloquen los teléfonos en un lugar visible, no como castigo, sino como señal de que el amor está escogiendo la atención.

Antes de comenzar, digan juntos: “Elijo estar presente”. Esto transforma el momento de regla en promesa compartida.

PREGÚNTESE: ¿QUÉ MOMENTO PUEDO PROTEGER HOY PARA QUE MI FAMILIA SE SIENTA VISTA Y AMADA?



ANCLADOS POR LA PRESENCIA

Marta estaba cerca, pero María estaba conectada. En un **MUNDO VUCA** ruidoso, el amor se detiene, escucha y construye lazos suficientemente fuertes para sostener a la familia cuando la vida corre rápido.