

Matutina para Mujeres | Martes 12 de Marzo de 2024 | ¿Quién dirige tu vida, tu celular o tú?

Descripción



¿Quién dirige tu vida, tu celular o tú?

“El silencio es la primera piedra del templo de la sabiduría”. Pitágoras

Según los expertos, el uso excesivo del celular tiene cuatro consecuencias negativas:[27](#)

1. Disminuye nuestra capacidad de concentración.
2. Aumenta nuestra ansiedad.
3. Potencia nuestra sensación de soledad.
4. Causa depresión.

Ahora, considerando estos datos, piensa en lo siguiente...

1. *Si el uso excesivo del celular disminuye tu concentración, ¿no crees que afecta a tu capacidad de escuchar a Dios en silencio; de orar pensando lo que dices; y de leer la Biblia con entendimiento? ¿No crees que limita tu capacidad de reflexionar sobre las cuestiones fundamentales de la vida, de manera que tu conciencia quede sólidamente edificada?*
2. *Si el uso excesivo del celular aumenta tu ansiedad, ¿no crees que se opone frontalmente al deseo del Maestro de darte paz y sosiego? ¿Es inteligente, pues, contrarrestar la influencia divina por causa de un aparato electrónico?*
3. *Si el uso excesivo del celular potencia nuestra sensación de soledad, ¿no crees que debemos dejarlo a un lado varias horas cada día para poder conectar con Dios? Con Dios en nuestra vida, es imposible sentirse sola.*
4. *Si el uso excesivo del celular causa depresión —y ese es el más oscuro de todos los pozos—, ¿no sería lo más inteligente alejarse de él?*

Si lo analizas bien, verás que a través de tu celular entra demasiado ruido a tu vida (redes sociales, videos de YouTube, conversaciones innecesarias, música, publicidad y propaganda que no interesan...), cuando lo que Dios quiere, para encontrarse a solas contigo, es que hagas silencio. ¿Por qué? Teresa de Calcuta lo explica muy bien: porque “el fruto del silencio es la oración. El fruto de la oración es la fe. El fruto de la fe es el amor. El fruto del amor es el servicio. El fruto del servicio es la paz”. ¿Entiendes lo que te pierdes al dedicarle tanto tiempo al celular?

Te reto a intentar reducir ese tiempo que le dedicas, porque es un requisito indispensable para dos cosas: 1) tener una relación significativa con Dios; y 2) ser tú quien dirige tu propia vida.

“Porque así dijo Jehová el Señor, el Santo de Israel: En descanso y en reposo seréis salvos; en quietud y en confianza será vuestra fortaleza. Y no quisisteis” (Isa. 30:15, RVR60).

27 Javier Cortés y Olivia López Bueno, “¿Serías capaz de pasar 24 horas sin mirar el móvil?”, *El País*, 29 de julio de 2019.