

Parte 4: El Regalo del Contentamiento ***4 de Octubre, 2026***

GUÍA DE CONVERSACIÓN

GRUPOS PEQUEÑOS

A lo largo de ***Simplifica*** hemos descubierto que hacer espacio para lo que realmente importa también requiere examinar aquello que ocupa nuestro corazón, nuestra atención y nuestro ritmo de vida. Pero aun después de reducir distracciones, dejar de perseguir más y aprender a vivir sin tanta prisa, podemos seguir creyendo que estaremos mejor cuando algo cambie o finalmente tengamos aquello que nos falta. Esta semana descubrimos un regalo que nos permite disfrutar lo que Dios ya nos ha dado: el contentamiento.

En ***Filipenses 4***, Pablo explica que estar contento no dependía de vivir siempre en circunstancias favorables. Había aprendido a vivir tanto con abundancia como con necesidad porque su fortaleza provenía de Cristo. Sus palabras no significan que podemos lograr cualquier cosa que deseemos, sino que Cristo nos sostiene para permanecer fieles en circunstancias cambiantes. El contentamiento, entonces, no consiste en negar nuestras necesidades o estancarnos; es aprender que nuestra seguridad y satisfacción más profundas no dependen de cuánto tenemos, sino de a Quién tenemos.

> **No es que haya pasado necesidad alguna vez, porque he aprendido a estar contento con lo que tengo. Sé vivir con casi nada o con todo lo necesario. He aprendido el secreto de vivir en cualquier situación, sea con el estómago lleno o vacío, con mucho o con poco. Pues todo lo puedo hacer por medio de Cristo, quien me da las fuerzas.**
>
> **Filipenses 4:11-13 (NTV)**

HABLEMOS DE ELLO

1. Pablo dice que ***aprendió*** a estar contento cualquiera que fuera su situación. ¿Cómo entiendes la diferencia entre encontrar contentamiento en nuestras circunstancias y encontrarlo en Cristo?

2. Leamos ***1 Timoteo 6:7.*** Cuando piensas en tu propia vida, ¿qué cosas que hoy parecen indispensables adquieren una perspectiva diferente al recordar esta verdad?
3. ¿Qué hace más difícil que estemos contentos con lo que tenemos hoy: compararnos con otros, preocuparnos por el futuro, pensar constantemente en lo que nos falta o algo más? ¿Qué revela eso acerca de dónde buscamos satisfacción?

El contentamiento no viene de tener más, sino de tener a Cristo.

HAZLO PRÁCTICO

Esta semana, aprendamos a estar contentos:

1. **Suelta lo que no puedes conservar, para aferrarte a lo que no puedes perder.** Identifica algo temporal que esté ocupando demasiado espacio en tus pensamientos. Esta semana, reduce la atención que le das y dedica ese espacio a tu relación con Jesús.
2. **Da gracias por lo que ya tienes, en vez de correr tras lo que te falta.** Cada día, antes de pensar en algo que quisieras tener o cambiar, escribe tres cosas que ya tienes y por las cuales dar gracias. Permite que la gratitud cambie el enfoque de tu día.

ORACIÓN

"Dios, gracias porque nuestra vida no depende de cuánto tenemos y porque en Jesús encontramos algo que nada ni nadie puede quitarnos. Ayúdanos a reconocer cuándo nuestro corazón comienza a buscar satisfacción en cosas que no pueden sostenernos. Enséñanos a vivir agradecidos, a confiar en Ti en cada temporada y a practicar el contentamiento durante esta semana. Amén."

CONSEJOS

- **Aprende, no aparentes.** Pablo dijo que aprendió a estar contento. No tienes que fingir que nunca deseas algo diferente; puedes reconocer esos deseos y rendirlos a los pies de Jesús.
- **No midas esta semana por lo que te faltó.** Al terminar cada día, presta atención a lo bueno que estuvo presente. Entrena tus ojos para reconocer lo que la ambición por lo siguiente nos hace pasar por alto.
- **Haz del contentamiento una práctica.** Simplificar también significa aprender qué merece ocupar nuestro corazón a diario. El contentamiento no solo se recibe una vez. Se practica todos los días.

Ayuda a que otros encuentren la iglesia y experimenten el amor de Jesús.
TU VOZ *crea puentes*
Comparte tu experiencia en Google Maps