



# VIVIENDO LIBERADOS

**Las cosas de la vida que nos encadenan y esclavizan son los vicios, los malos hábitos, las adicciones y otros pecados.**

**¡Hoy podemos aprender CÓMO liberarnos de esa esclavitud por el poder de Jesús el Mesías!**

---

**Steve Flatt**

## Viviendo Liberados en un Mundo Pecaminoso

Dios es amor, recto (justo), verdad, misericordia y paz. El hombre fue creado a Su imagen y semejanza y vivió en la presencia de Dios durante un tiempo. Dios incluso habló con él. Pero Adán y Eva eligieron hacer lo que sabían que Dios les había dicho que no hiciera. Ejercieron su capacidad de elección, perdieron el control y cedieron a sus deseos. Esa decisión tuvo como resultado la separación de Dios, el dolor, el sufrimiento e incluso la muerte. Adán se convirtió en un esclavo del pecado en necesidad de un redentor, un salvador. Le costó su libertad.

Al ceder a nuestros deseos, nos convertimos en esclavos del pecado. Las siguientes lecciones describen situaciones en las que hemos cedido el control de nuestras vidas a las cosas indeseables de la vida y proporcionan la solución para que recuperemos el control.

¿Estamos atados para siempre a las cosas que nos infligen a diario y no parece que tengamos control sobre ellas, no importa lo que hagamos? Las cosas de la vida que nos encadenan y esclavizan son los vicios, los malos hábitos, las adicciones y otros pecados. ¡Hoy podemos aprender CÓMO liberarnos de esa esclavitud por el poder de Jesús el Mesías!

## Capítulo 1

### Liberados de la Ira

¿Sabías que el hombre “pierde sus estribos” un promedio de seis veces por semana? La mujer solo se enoja un promedio de tres veces por semana. Las mujeres tienden a enojarse más con la gente. Los hombres tienden a enojarse más con cosas como llantas pinchados y máquinas expendedoras que no funcionan. Las personas solteras expresan enojo con el doble de frecuencia que las personas casadas y, sin embargo, el hogar es el lugar donde es más probable que expresemos nuestro enojo. La ira se expresa con mayor frecuencia e intensidad hacia las personas que amamos, en lugar de hacia los extraños.

Todos nos enojamos porque es una respuesta normal. Dios nos hizo con esa capacidad. Jesús se enojó, ¿no? ¿Recuerdas la purificación del templo? Trescientas setenta y cinco veces en el Antiguo Testamento, leemos que Dios estaba enojado. Efesios 4:26 dice: "*Airaos, pero no peques*". En otras palabras, hay una forma correcta y una forma incorrecta de enojarse. Entonces, la ira, en sí misma, no es malo.

El problema no es cómo deshacerse de toda su ira; no vas a hacer eso. Fuiste creado con la capacidad de enojarte a veces. La cuestión es cómo puedes controlar tu enojo para que tu enojo no te controle a ti, para que no te haga pecar y lastimarte a ti mismo y a otras personas.

#### I. La Ira Expresada

##### 1. El Monstruo

Esta es la persona que simplemente explota. Él o ella es una bomba de tiempo andante. Tienen un gatillo de pelo, y cuando se enojan, todo se desata, gritando, pisoteando, denigrando, enloqueciendo, arrojando y maldiciendo. ¿Te suena a alguien que conoces?

Un ejemplo bíblico del tipo de ira monstruosa es Caín, el hermano de Abel. Génesis 4: 5, "*Caín se enojó mucho, y decayó su semblante.*" Ahora escuche el versículo 8, "*Dijo entonces Caín a su hermano Abel: «Vayamos al campo.» Y sucedió que, mientras estaban ellos en el campo, Caín se levantó contra su hermano Abel, y lo mató.*" Ves, ese es el monstruo, es alguien que pierde el control. La mayoría de las veces, aquellos que expresan una ira monstruosa, se arrepienten de inmediato y piden perdón, pero el daño ya está hecho. ¿Le sorprende que los hombres más que las mujeres expresen su enfado de esta manera?

## 2. El Mudo

El mudo es exactamente lo opuesto al monstruo. El mudo es del tipo silencioso. Lo callan y lo aguantan. A veces incluso fingen que no están enojados. ¿Alguna vez has estado con un mudo y has dicho "Estás enfadado, ¿verdad?". Ellos responden: "No, no lo estoy". "Sí lo estás". "No, no lo estoy". "Sí, lo estás". "¡No, no lo estoy!" Están ocultando sus sentimientos, dejándolos hervir a fuego lento. Yo lo llamo la versión de la ira de la olla de barro. Arde todo el día.

Este tipo de ira no es tan volátil como el monstruo, pero no es menos destructiva para el individuo. Alguien dijo: "Cuando te tragas la ira, tu estómago lleva la cuenta". Personas así son susceptibles a úlceras, dolores de cabeza e hipertensión. De hecho, el Dr. *F.I. McMillan* ha escrito un libro titulado "Ninguna de Estas Enfermedades," en el que enumera 51 tipos diferentes de enfermedades importantes causadas por la ira reprimida.

Un ejemplo bíblico de este tipo de ira es el profeta Jeremías. Él dijo: "*Jamás me he sentado en compañía de gente burlona, ni me he sentido importante por causa de tu profecía; al contrario, me siento aparte, porque tú me has llenado de indignación*" (Jeremías 15:17) El pobre Jeremías está sentado allí solo aguantando su ira y esta lo estaba matando.

¿Alguna vez has escuchado a alguien decir: "¡Esto simplemente me arde!"? Están diciendo más verdad de la que creen. No es tanto lo que comes, es "¿qué te está comiendo?"

## 3. El Mártir

Este tipo es el profesional de la conmisericordia. Se inflige a sí mismo y es pasivo. Una de las principales características del mártir es la depresión. Mucha gente acudirá a los psicólogos y le dirá: "¿Sabes? Estoy deprimido". A veces, después de hablar con el psicólogo, el psicólogo dirá: "Sí, estás deprimido, pero lo que realmente estás experimentando es enojo".

Un ejemplo bíblico es el hermano mayor en la parábola del hijo pródigo. ¿Recuerdas su reacción? El hermano mayor estaba tan enojado que no quiso ir a la fiesta. Entonces, su padre salió y le suplicó. (Lucas 15:28) Ahora bien, si ese hermano mayor hubiera sido un monstruo, habría entrado en la fiesta y destrozado el lugar. Si hubiera sido mudo, habría entrado en la fiesta y, obviamente, se habría quedado en un rincón y enfadado. Pero fue un mártir. Se quedó afuera en su propia conmisericordia, por lo que su padre tuvo que salir y suplicarle. Una de las características del mártir es hacer miserables a todos los que lo rodean. Son buenos en eso.

## 4. El Manipulador

Este es el que dice, "No me enoja, me vengo". Este tipo de ira es la clave de la mayoría de los dramas de televisión y películas. Alguien se ofende, se enoja, decide vengarse, ya conoces la historia.

En el frente doméstico, puede suceder cuando la esposa quema intencionalmente el pan tostado, "solo un poquito". O, cuando el marido se burla hirientemente y luego dice sarcásticamente: "¿No puedes aceptar una broma?" Créalo o no, las personas religiosas son particularmente susceptibles a la forma de manipulación de la expresión de la ira. No creemos que sea muy espiritual explotar. Sabemos que no es muy espiritual sentarse y deprimirse. Pero si pone una sonrisa en tu rostro, puedes apuñalar a alguien por la espalda mediante manipulación.

Un ejemplo bíblico clásico son los fariseos. "*Los escribas y los fariseos se pusieron furiosos y comenzaron a discutir qué podrían hacer contra Jesús*". (Lucas 6:11) ¿Ven?, no se enojan, se vengarán.

Si caes en alguna de esas formas, tengo una gran noticia para ti. No naciste con ella, la aprendiste. Aprendiste esa respuesta de ira. La aprendiste de tus padres, de la televisión, de tus amigos, de tu entorno o de algún otro lugar. La gran noticia es que puedes desaprenderla. No tienes que ser ninguno de esos cuatro. Puedes escaparte y librarte de ese tipo de expresiones de ira.

## **II. Difundiendo la Ira**

### 1. Comprenda Por Qué.

Proverbios 19:11 dice: *"La cordura del hombre calma su furor; su honra es pasar por alto la ofensa"*. Cuanto mejor me entienda a mí mismo, más podré controlar mi ira. La verdad del asunto es que la ira no es el problema. La ira es una luz de advertencia de que algo más está mal en mi vida, y por eso me enoja.

## Causas

### a. Daño físico o emocional.

Últimamente leí un artículo interesante sobre el divorcio y aquellos que han pasado por el trauma del divorcio. Decía: "El divorcio está lejos de terminar para el cónyuge que vive enojado para siempre" y "un tercio de los que se han divorciado durante más de 10 años, todavía sienten una ira intensa". ¿Por qué? Han sido heridos profundamente y cuanto más profundo es el dolor, más intensa es la ira.

### b. Cuando nada va bien, todo va mal y hay que esperar.

La ira surge de tu frustración. El ejemplo clásico es el tráfico, ¿no? La gente hace cosas en el tráfico que no haría en otro momento. He estado en un tráfico denso y congestionado y he visto a dos personas allí arriba compitiendo y tocando bocinas, y los conocía a ambos, y se conocían entre sí, y los dos son personas cristianas. Hacían esos gestos y gritaban y sacudían el puño, y de repente se levantan uno al lado del otro y se reconocen, y sienten vergüenza. Están avergonzados. ¿Por qué? Perdieron los estribos por frustración.

### c. Inseguridad.

Estamos enojados cuando nos amenazan, tenemos miedo e inseguridad. Cuando alguien me quita la seguridad, soy como un animal pasivo acorralado. Salgo con las garras listas.

Comprenderte a ti mismo es el primer paso. ¿Qué es lo que te enoja más a menudo? ¿Es un dolor que no puedes superar? ¿Es una inseguridad que ocurre comúnmente? ¿Es una experiencia frustrante que atraviesa a diario? Comprenderte a ti mismo, esa es la clave.

## 2. Mira a Dios, no a otros, para tu autoestima.

El sentido de autoestima es esencial para controlar tu ira porque las personas inseguras se enfadan fácilmente. Las personas seguras de sí mismas no se enfadan fácilmente. Cuando tienes un buen sentido de autoestima, puedes manejar tus heridas, tus frustraciones, tus inseguridades. "No prestes atención a todo lo que dice la gente". (Eclesiastés 7:21) El secreto para superar una gran cantidad de ira en la vida es desarrollar un sentido de autoestima basado en Dios, entonces no importa lo que todos digan de ti.

Me encanta el ejemplo de los apóstoles en Hechos 4: 29, cuando Pedro y Juan fueron llevados ante el Sanedrín y fueron amenazados por ellos para que no predicaran más acerca de Jesús, o de otra manera. Pedro y Juan dijeron: *"Es necesario obedecer a Dios antes que a los hombres. El Dios de nuestros antepasados resucitó a Jesús, el mismo al que ustedes mataron y colgaron de un madero. Pero Dios, por su poder, lo ha exaltado y sentado a su derecha como Príncipe y Salvador, dando a Israel la oportunidad de arrepentirse y de que sean perdonados sus pecados. De esto somos testigos nosotros, y también el Espíritu Santo, que Dios ha dado a quienes lo obedecen"*. Mira, no se enojaron, no se pusieron a la defensiva, solo dijeron la verdad. ¿Por qué? Su autoestima no se basaba en lo que los fariseos pensaban de ellos. Su autoestima se basaba en lo que Dios pensaba de ellos.

Hay una afirmación que realmente me gusta: "Si le agrado a Dios, y yo me agrado, y no le agrado a usted, entonces usted es el que tiene el problema". ¿No es eso cierto? Es importante que yo mire a Dios para mi autoestima. De esa manera, las frustraciones, las inseguridades y las heridas no me molestarán tanto.

## 3. Detente y piensa antes de reaccionar.

Nuestra boca suele correr más rápido que nuestra mente. ¿Te has dado cuenta de que cuando te enfadas, tu lengua afilada es lo más rápido para cortarte el cuello?

Proverbios 13:16 dice: *"El inteligente piensa antes de actuar, pero el bruto exhibe su ignorancia"*. La palabra clave para el manejo de la ira es la palabra "P-I-E-N-S-A". Empieza a pensar antes de empezar a responder. Por eso Santiago dijo en Santiago 1:19: *"Por eso, amados hermanos míos, todos ustedes deben estar dispuestos a oír, pero ser lentos para hablar y para enojarse"*. ¿Sabes por qué necesitas ser lento para la ira? Simplemente date un poco de tiempo para que puedas pensar. *Thomas Jefferson* dijo una vez. "Cuando estés enojado, cuenta hasta diez". También añadió: "Cuando estés muy enfadado, cuenta hasta cien". Ese es un buen consejo que te dará diez buenos segundos para pensar. Te garantizo que muy pocas veces llegarás a la conclusión de que la mejor manera de responder es ser un monstruo, un mudo, un mártir o un manipulador. ¡PIENSA!

Sé lo que algunos de ustedes están pensando. "Oh, sí Steve, eso suena genial, suena agradable, ordenado, clínico y lógico, pero no lo entiendes. Cuando me enojo, me enojo. No puedo controlarlo. Me descamino. No puedo detenerme." ¡Sí tu puedes! ¿Me escuchas? Sí tu puedes. ¿No te atreves a creer la mentira de que no puedes detenerte y pensar antes de perderlo? De hecho, te lo demostraré.

¿Alguna vez has tenido una discusión en casa? Estás en casa discutiendo con tu cónyuge o quizás con tus hijos (todos están discutiendo en voz alta), de repente suena el teléfono. "Hola (en voz baja)". "¿Cómo estás?" "¡¡Qué bueno, que bueno saber de ti !!!" Oh, nunca has hecho eso, ¿verdad? ¿Por qué el cambio? ¿Por qué el cambio drástico? Cambiaste porque querías. Cambiaste porque elegiste hacerlo. Seamos honestos. Nadie te hace enojar, eliges estar enojado. Elijo mi ira. ¿Sabes por qué? Porque el dolor, la frustración y la inseguridad se eleva, y quiero hacer algo, así que simplemente me enojo.

Seamos honestos al respecto. A veces se siente bien estar enojado, ¿no es así? Solo se desahoga uno. Se siente bien estar enojado. El problema es que, a la larga, te duele terriblemente. Proverbios 29:11 dice: *"El necio da rienda suelta a su enojo, pero el sabio sabe cómo calmarlo"*. Eso es tan cierto que vale la pena repetirlo. "El necio da rienda suelta a su ira, pero el sabio se controla". Puedes llevar a dos personas, puedes ponerlas en el mismo ambiente, las mismas condiciones, las mismas circunstancias, el mismo estímulo, una de ellas volará la parte superior y la otra será genial. No es la circunstancia, es la elección.

Sé lo que algunos de ustedes están pensando. "Oh, sí Steve, eso suena muy bien, suena bonito, ordenado, clínico y lógico, pero no lo entiendes. Cuando me enfado, me enfado. No puedo controlarlo. Lo pierdo. No puedo evitarlo". ¡Sí que puedes! ¿Me oyes? Sí que puedes. No te atrevas a creer la mentira de que no puedes parar y pensar antes de perderlo. De hecho, te lo voy a demostrar.

¿Has tenido alguna vez una discusión en casa? Estás en casa discutiendo con tu cónyuge o tal vez con tus hijos, (todos están discutiendo a gritos), de repente suena el teléfono. "Hola (en voz baja)". "¿Cómo estás?" "¡Bien, me alegro de saber de ti!" Oh, nunca has hecho eso, ¿verdad? ¿Por qué el cambio? ¿Por qué el cambio drástico? Cambiaste porque quisiste. Cambiaste porque lo elegiste. Seamos sinceros. Nadie te hace enfadar, tú eliges estar enfadado. Yo elijo mi ira. ¿Sabes por qué? Porque el dolor, la frustración y la inseguridad se levantan, y quiero hacer algo, así que me enfado.

Seamos honestos. A veces se siente bien estar enojado, ¿no es así? Desahogarnos. Se siente bien estar enojado. El problema es que, a la larga, te hace mucho daño. Proverbios 29:11 dice: *"El necio da rienda suelta a su enojo, pero el sabio sabe cómo calmarlo"*. Eso es tan apropiado que vale la pena repetirlo. *"El necio da rienda suelta a su enojo, pero el sabio sabe cómo calmarlo"*. Puedes tomar a dos personas, puedes ponerlas en el mismo entorno, en las mismas condiciones, en las mismas circunstancias, en el mismo estímulo, y una de ellas estallará y la otra estará tranquila. No es la circunstancia, es lo que uno elige hacer.

Gálatas 5:22 enumera nueve manifestaciones del fruto del espíritu. El último es la corona de ellas. Esta es el autocontrol. Cuando caminas con el espíritu de Dios, tienes la bendición de ejercer control. PIENSA antes de reaccionar.

#### 4. Aprende a relajarte.

Proverbios 14:30 dice: *"Un corazón apacible infunde vida al cuerpo, pero la envidia corroe hasta los huesos"*. ¿Te has dado cuenta de que cuando estás tenso, tienes más tendencia a enfadarte? El mal humor y la tensión siempre van juntos. ¿Alguna vez has llegado tarde a una reunión matutina, estás apurado y no encuentras algo que debes tener? ¿Qué voy a hacer? La presión y la frustración provocan mi ira. Debo aprender a relajarme. Algunos de ustedes son una bomba ambulante a punto de estallar por la tensión que sienten todo el tiempo. Algunos sienten tanta tensión en el trabajo que, en cuanto llegan a casa, le rompen la cabeza a su cónyuge. Le echan la culpa a la tensión que tienes. Las siguientes son cosas que hay que hacer para controlar nuestra tensión:

- "Sé consciente de que la tensión se está acumulando y trata de difuminarla. Puede que tengas que cambiar de trabajo. Puede que tengas que hacer algo totalmente diferente, pero no dejes que la tensión te arruine la vida.
- "Ejercita. Sé que Pablo dijo que el ejercicio corporal aprovecha poco, pero ésta es una de las formas en que aprovecha un poco. Estamos diseñados para acumular tensión, pero estamos diseñados para aliviarla físicamente. Tú lo aliviarás, si haces ejercicio.
- Lleva contigo un pequeño Nuevo Testamento de bolsillo. Ábrelo y lee algo, y has una oración de un minuto. Eso pondrá todo en una mejor perspectiva. No hay razón ponerse nervioso por cualquier cosa.
- Mantén un sentido del humor. Dios nos hizo para tener sentido de humor. Dios tiene sentido de humor. Él te hizo a ti, ¿no? Me hizo a mí. Debe tener algún sentido del humor. Y ahora la última cosa.
- Pide continuamente ayuda a Dios. No puedes tener tu vida llena de las cosas que da el espíritu de Dios y todavía tener espacio para la ira mal lanzada. *"Pero el fruto del Espíritu es amor, alegría, paz, paciencia, amabilidad, bondad, fidelidad, mansedumbre y dominio propio"*. (Gálatas 5:22-23)

### III. Resumen

He aquí una metáfora realmente profunda. Si entras en *Wendy's, McDonalds, Burger King* o cualquier otro restaurante de comida rápida y coges ese pequeño paquete de mostaza, rompes la esquina, lo pones en la mesa y lo rompes, ¿qué va a salir? Lo que haya dentro. ¿No es así? ¡Mostaza! Ahora el mundo te prensa con sus plazos de entrega y expectativas, lo que haya dentro de ti saldrá. Si estás lleno de los frutos del espíritu, amor, gozo, paz, paciencia, amabilidad, bondad, gentileza, fidelidad, autocontrol, ¡saldrán!

Escucha esta declaración, "Cuando estás lleno de amor, casi nada te molestará. Cuando estás lleno de ira, casi cualquier cosa te molestará". Lo que cuenta es lo que está en el interior.

Por eso queremos estar llenos del espíritu de Dios para que dé su fruto. Reemplaza el dolor, la inseguridad y la frustración que está causando tu ira con Jesús. Él puede sanar. [Amazing Grace Lección #1199]

#### Preguntas:

1. Dios es...

- A. \_\_\_ Amor
- B. \_\_\_ Justo
- C. \_\_\_ Verdad
- D. \_\_\_ Misericordia
- E. \_\_\_ Paz
- F. \_\_\_ Todo lo anterior
- G. \_\_\_ A y C
- H. \_\_\_ A, C y E
- I. \_\_\_ A, B y C

2. Todo el mundo se enfada ya que es una reacción normal.

Verdadero \_\_\_ Falso \_\_\_

3. La ira puede expresarse de la siguiente manera

- A. \_\_\_ Explotar (agresión verbal o física)
- B. \_\_\_ Haciendo pucheros (el tratamiento de silencio)
- C. \_\_\_ Martirizando (autocompasión)
- D. \_\_\_ Desquitarse (manipulador)
- E. \_\_\_ Todo lo anterior

4. La ira puede ser causada por

- A. \_\_\_ Daño físico o emocional
- B. \_\_\_ Frustración
- C. \_\_\_ Miedo, amenaza e inseguridad
- D. \_\_\_ Todo lo anterior

5. ¿Cuál es la palabra clave para el control de la ira?

- A. \_\_\_ Diez (contar hasta diez)
- B. \_\_\_ Llorar
- C. \_\_\_ Reír (o sonreír)
- D. \_\_\_ Caminar (alejarse)
- E. \_\_\_ Pensar

6. Se puede controlar la ira

- A. \_\_\_ Morder la lengua y no decir nada (enfadarse)
- B. \_\_\_ Comprender la causa de la ira
- C. \_\_\_ Pensar antes de reaccionar
- D. \_\_\_ Eliminar la tensión y el estrés
- E. \_\_\_ A, B y C
- F. \_\_\_ A, C y D
- G. \_\_\_ B, C y D

## Capítulo 2

### **Liberados de Actitudes Dañinas**

¿Imagina la cara o el nombre de la persona que más admiras en la vida? ¿Puedes recordar esa cara? ¿Recordar ese nombre? Ahora, ¿cuál es la razón por la que más admiras a esa persona? Redúcelo todo. Redúcelo a una palabra si puedes. ¿Pensaste en cariñoso, honesto, fiel, desinteresado, leal, cariñoso, feliz, amable o humilde? Podría seguir. Lo interesante de todas estas palabras es que todas describen actitudes. ¿No es fascinante? Todas ellas son actitudes. ¿Has elegido la apariencia, la habilidad o la inteligencia? Dudo que muchos, si es que alguno, lo haya hecho. ¿No te dice eso algo?

Jesús nos habla de las actitudes humanas en la parábola del "Buen Samaritano". *"Un hombre descendía de Jerusalén a Jericó, y cayó en manos de unos ladrones, que le robaron todo lo que tenía y lo hirieron, dejándolo casi muerto. Por el camino descendía un sacerdote, y aunque lo vio, siguió de largo. Cerca de aquel lugar pasó también un levita, y aunque lo vio, siguió de largo. Pero un samaritano, que iba de camino, se acercó al hombre y, al verlo, se compadeció de él y le curó las heridas con aceite y vino, y se las vendó; luego lo puso sobre su cabalgadura y lo llevó a una posada, y cuidó de él. Al otro día, antes de partir, sacó dos monedas, se las dio al dueño de la posada, y le dijo: "Cúidalo. Cuando yo*

*regrese, te pagaré todo lo que hayas gastado de más." De estos tres, ¿cuál crees que fue el prójimo del que cayó en manos de los ladrones?" (Lucas 10:30-36)*

### **Jesús nos muestra en esta parábola tres actitudes muy básicas:**

#### 1. Lo que es tuyo es mío y lo voy a tomar.

Alguien tuvo esa actitud en la parábola ¿puedes averiguar quién? El ladrón o los ladrones, los que encontraron al hombre, lo golpearon, le quitaron lo que tenía y lo dieron por muerto. Sabemos esto sobre él. Su actitud fue "lo que es tuyo es mío y lo voy a tomar". Francamente la mayoría de la gente no tiene esa actitud. Pero, es prevalente en este mundo. La gente con ese tipo de actitud es como el viejo perro que tenía el hueso. Fue a un lago miró y vio su reflejo. Vio lo que pensó que era otro perro con un hueso en la boca y quiso ese también. Así que lo soltó para empezar a morder al otro perro y ¿qué pasó? Perdió el hueso que tenía. "Lo que es tuyo es mío y lo voy a tomar".

#### 2. Lo que es mío es mío y no voy a compartirlo.

Me resulta interesante que Jesús hable de un sacerdote y un levita, ambos religiosos. Probablemente iban de Jericó a Jerusalén para hacer el servicio en el templo. El sacerdote y los levitas una semana de cada año tenían que realizar el servicio del templo. Tenían que hacer todos los deberes y preparar los sacrificios. Ir por esta ruta no era algo inusual, ya que Jericó no está muy lejos de la Jerusalén, y muchos sacerdotes vivían allí. Vieron a este hombre golpeado, sangrando y robado, pero prefirieron pasar por el otro lado.

Ahora bien, podría haber habido otra cosa en juego aquí. Si un sacerdote o un levita se dirigía al templo para realizar un servicio, lo último que querría hacer sería ensuciarse. De acuerdo con la ley judía, si uno tocaba un cadáver, quedaba ceremonialmente impuro. Es posible que tuvieran prisa con un trabajo importante que hacer. Incluso podrían haber pensado en el riesgo de volverse ceremonialmente impuros. Este hombre puede estar muerto o puede morir en mis manos. Así que, en lugar de arriesgarse a quedar impuros, siguieron su camino. "Lo que es mío es mío y no voy a compartirlo".

Ese es el tipo de persona que va por la vida sin hacer daño a nadie, sin romper las reglas y sin hacer enojos. De hecho, es el tipo de persona que va por la vida decidida a dejar las cosas como están. No te molestan y no quieren que les molestes. No tienen en cuenta a los que fueron antes y prepararon el camino. Alguien invirtió ayer en lo que hoy disfruta. Cuando tienes una actitud de "lo que es mío es mío y no voy a compartirlo" sólo quieres que te dejen en paz. No, quizá no eres un vaciador de la sociedad. Pero, tampoco estás dando nada a nadie.

Hace años, cuando era un joven adolescente, pasaba una semana cada verano con mi abuelo en la granja. Algunas de las mejores lecciones que he aprendido en la vida han sido esas semanas en la granja, porque yo vivía en la ciudad, un niño de los suburbios. Una vez estaba con mi abuelito *Flatt*, le llamábamos "Papá" - y estaba plantando árboles frutales. Eran pequeños arbolitos, era un día caluroso, era mucho trabajo y mi abuelo tenía casi 80 años. Le dije: "Papá, ¿para qué estás plantando esos árboles frutales? No vas a vivir lo suficiente como para comer una manzana de ese árbol". Me miró y, a su humilde manera, me enseñó una de las mayores lecciones de servicio que he conocido. Me dijo: "Ahora, hijo, no estoy plantando esto para mí. Pero mucho de lo que he disfrutado en esta granja está aquí porque alguien más hizo algún trabajo antes que yo. No soy tan ingenuo como para pensar que voy a arrancar una manzana de este árbol, pero ese no es el punto, la vida no comenzó conmigo y la vida no termina conmigo". Dijo: "Si mi vida va a ser realmente útil, dejaré algo aquí que otra persona pueda disfrutar".

Por lo tanto, no basta con decir: "Lo que es mío es mío y no voy a compartirlo".

#### 3. Lo que es mío es tuyo y lo voy a dar.

La Biblia dice que el Buen Samaritano vio a la víctima y se compadeció de ella. Lo llevó a una posada, pagó por su atención y dijo "volveré a ver cómo está para ver si tengo que hacer algo más".

Los tres personajes principales, el levita, el sacerdote y el samaritano tenían algo en común. No pienses que sólo ciertas personas pueden tener cierto tipo de actitudes. Tenían mucho en común.

- a. Vieron el mismo problema, un hombre necesitado que yacía sangrando.  
Mucha gente dice “no hago mucho, pero doy mucho, porque no tengo muchas oportunidades de hacer algo”. No es la exposición a la necesidad lo que hace que un hombre o una mujer sea un buen servidor. Es la actitud. No es la persona que tiene más oportunidades, la que se convierte en el servidor mayor.
- b. Todos tienen algo más que hacer.  
No es la cantidad de tiempo que tiene en su agenda lo que dicta si llega o no a tocar a otra persona. Es la persona que tiene la mejor actitud. Algunos de los mejores servidores que he conocido eran también las personas más ocupadas. Ves que no tiene nada que ver con tu agenda. No tiene nada que ver con tu horario. No tiene nada que ver con la cantidad de oportunidades.
- c. Todos tenían razones para no ayudar.  
Necesitaban hacer algún trabajo. No querían arriesgarse a tocar un cadáver. Pero escuchen esto. El Samaritano tenía la razón más importante de todos de no ayudar. Era la enemistad entre los judíos y los samaritanos. Los judíos odiaban a los samaritanos. Los llamaban en su cara, perros. Para ese samaritano mirar y ver a ese judío sangrando allí, no habría sido nada raro que un hombre que hubiera pasado por el tipo de aislamiento y persecución que han pasado los samaritanos dijera: "Mira quién es el perro ahora". O, si tuviera un espíritu particularmente amargado, pudo haber terminado con él ahí mismo. Pero, como ves, eso es lo bonito de la actitud.
  - Su actitud le ayudó a superar sus prejuicios y eso es lo único que lo hará. Tú y yo tenemos prejuicios. Los desarrollamos a medida que avanzamos en la vida y la única manera de vencerlos es con la actitud.
  - Le ayudó a conquistar su conveniencia. Ninguno de nosotros quiere que su conveniencia se vea afectada. Pero, la actitud de ese samaritano le hizo dar su burro, su dinero, su tiempo y todo porque tenía la actitud correcta, no porque tenía más disponibilidad o más tiempo, sino porque tenía la actitud correcta.

#### **Cuatro observaciones**

1. Tu actitud es más importante que tus habilidades. Eso se demostró en la persona que más admiramos. Admiramos más a la persona que tiene la actitud correcta. La actitud es la forma en que influimos en este mundo, no por la apariencia ni por nuestro cerebro. Cada persona tiene algo que dar a sus semejantes y algo que dar a Dios. Si piensas que no tienes nada que dar a Dios, también estás pensando que Dios no te ha dado nada. Eso es esencialmente blasfemia.
2. Tu posición no cuenta nada al lado de tu actitud. El ejemplo clásico está aquí en esta parábola. Los dos primeros hombres eran religiosos. Había un levita y un sacerdote. Si alguien estaba capacitado para ayudar a la gente, eran ellos. Si alguien había ido a la escuela para aprender a dedicar su vida a la gente, eran el Sacerdote y el Levita. No es fascinante que las personas que estaban más capacitadas, calificadas y escolarizadas, eran las que menos ayudaban.
3. Tu actitud es más importante que el momento. En esta parábola, el buen samaritano fue el más inoportuno de todos. Si ese judío golpeado estaba medio muerto cuando el sacerdote y el levita pasaron por allí, probablemente estaba casi muerto cuando el buen samaritano llegó. Pero eso no le impidió servir. No busques un momento para tener la actitud correcta. Ten la actitud correcta y deja que el tiempo se resuelva solo. Recuerda que el propósito de esta parábola era que Jesús respondiera a la pregunta, ¿quién es mi prójimo? Jesús dice que tu prójimo no tiene nada que ver con la proximidad, las asociaciones de vecinos o el tiempo. Es quien tiene la actitud correcta para ayudar.
4. La actitud correcta es activa. ¿Cuál de estos tres hombres crees que era prójimo del hombre que cayó en manos de los ladrones, el experto en la ley respondió, el que se apiadó de él? Jesús le dijo, ve y haz lo mismo.
  - a. Mira a tu alrededor y ve quién necesita ayuda
  - b. Elimina tus excusas

c. Ayúdelos a "hazlo simplemente".

[Amazing Grace Lección #1106]

**Preguntas:**

1. Relaciona a el o a los personajes con la actitud rodeando la letra correspondiente.

- A. Lo que es tuyo es mío y lo voy a coger.
- B. Lo que es mío es mío y me lo voy a quedar.
- C. Lo que es mío es tuyo y te lo voy a dar.
  - 1. El Levita y el Sacerdote A B C
  - 2. Los Ladrones A B C
  - 3. El Samaritano A B C

2. ¿Qué actitudes tenían en común el Sacerdote, el Levita y el Samaritano?

- A. \_\_\_\_ Todos veían el mismo problema
- B. \_\_\_\_ Todos tenían algo más que hacer
- C. \_\_\_\_ Todos tenían razones para no ayudar
- D. \_\_\_\_ Todas las anteriores
- E. \_\_\_\_ No tenían nada en común

3. ¿Tu capacidad es más importante que tu actitud?

Verdadero \_\_\_\_ Falso \_\_\_\_

4. Tu posición en la vida es tan importante o más que tu actitud.

Verdadero \_\_\_\_ Falso \_\_\_\_

5. Programar tu tiempo para lograr lo máximo es muy importante y tiene más prioridad que la actitud.

Verdadero \_\_\_\_ Falso \_\_\_\_

6. Una actitud correcta es activa

Verdadero \_\_\_\_ Falso \_\_\_\_

7. ¿Cuál de los tres hombres de esta parábola era “vecino” del hombre herido?

- A. \_\_\_\_ Sacerdote
- B. \_\_\_\_ Levita
- C. \_\_\_\_ Samaritano

Capítulo 3

## **Créelo o No – Conquistando Mitos Sobre la Miseria**

A todos nos han enseñado ciertos mitos mientras crecemos y la mayoría de ellos son francamente inofensivos. Pero hay algunos mitos que son extremadamente dañinos.

Hay todo tipo de cosas que hemos escuchado y absorbido, que el mundo nos ha enseñado y que simplemente no son ciertas: Mitos sobre uno mismo, mitos sobre Dios, y mitos sobre la vida y el futuro y el dinero y el sexo y las relaciones, mitos sobre el cielo y el infierno. Algunos de ellos traen consigo consecuencias extremadamente negativas.

Un mito que fortifica a muchos de los otros es que “no importa lo que creas mientras seas sincero.” ¿Has oído eso alguna vez? Seguro que sí. No importa lo que creas mientras seas sincero. Eso suena tan maduro, suena tan complaciente, tan políticamente correcto. Pero el problema con este cliché comúnmente aceptado es que es absurdo. Es absolutamente ridículo, es ingenuo y es irracional.

A medida que avanzas en la vida, te das cuenta de que muchas veces hay creencias que son la antítesis de la otra; no pueden ser ambas verdades, eso es simplemente imposible. Hace unas semanas, mi esposa y yo habíamos acordado por teléfono estar en un lugar determinado a una hora determinada. Ya sabes lo ocupados que estamos, una familia con dos coches, y me equivoqué. Creí que debía encontrarme con ella en un lugar determinado a una hora determinada y eso no es lo que ella creía. Ahora bien, ¿está bien creer lo que uno cree siempre que sea sincero? Ambos éramos sinceros, pero nunca nos reunimos. Nos costó a los dos unas tres horas de nuestro día. Ves que puedes ser sincero, pero puedes estar sinceramente equivocado.

La otra noche estaba navegando por los canales y me encontré con una película sobre unos terroristas que habían entrado y reorganizado la computadora y las señales de radar de los principales aeropuertos. En esta película ficticia, un avión llegaba para aterrizar. El piloto pensaba que estaba a 300 pies sobre el suelo cuando en realidad, al atravesar las nubes, la pista estaba allí y se estrellaron y quemaron. Pero el piloto pensaba que estaba a 300 pies de altura... era sincero. Sólo se equivocó sinceramente.

Hay creencias con las que nos encontramos que, si no las corregimos, nos harán chocar y arder. Hay algunos principios muy simples sobre las creencias. Algunos de ellos van a parecer elementales y fundamentales, eso es porque lo son. De algunos de ellos ni siquiera somos conscientes, pero vayamos directamente al origen y partamos de allí.

### 1. Tú eliges lo que crees.

Es cierto que hay numerosas influencias en nuestra vida, pero nadie te obliga a creer cualquier cosa. Si no quiero creer en algo, no tengo por qué hacerlo. Si quiero creer en algo, puedo hacerlo. Nadie puede impedírmelo. Si quiero creer que la Biblia es la palabra de Dios, puedo creerlo, y lo hago. Si los Republicanos y los Demócratas están en estancamiento, puedes elegir creer a los Demócratas, o puedes elegir creer a los Republicanos. No hay ninguna diferencia, puedes elegir creer lo que quieras.

Nadie te obliga a creer algo. El punto es que no puedes culpar a nadie más por lo que crees. Mis padres, mis profesores, mis compañeros influyen en mis creencias, pero no las controlan. Este es un punto clave a la hora de analizar las creencias que tenemos. Usted puede encontrar que ha aceptado una creencia que ha estado equivocada por años, pero usted puede cambiar esa creencia.

Dios dijo en Proverbios 8:10 *"Escoge mis instrucciones, en lugar de la plata"*. En Romanos 1:25, Pablo estaba hablando de algunos depravados impíos y dijo: *"Cambiaron la verdad de Dios por la mentira"*. ¿Ves las dos cosas que tienen en común estos versículos? La idea es la elección, elegir lo que se cree.

### 2. Mis creencias controlan mi comportamiento.

En otras palabras, determinan cómo actúo. Proverbios 4:23 en la NVI dice: *"Sobre todo, guarda tu corazón, porque es la fuente de la vida"*. Me gusta la forma en que la traducción de *Good News* interpreta este proverbio en particular: *"Ten cuidado con lo que piensas, porque tu vida está formada por tus pensamientos"*. Es exactamente así. La antigua versión de la Biblia en inglés King James dice: *"Como un hombre piensa en su corazón, así es él"*.

Hay una creencia detrás de cada acción que realizas en la vida... Cuando te sientas en una silla, crees consciente o inconscientemente que va a soportar tu peso. Ahora, para algunos de nosotros eso podría requerir un gran acto de fe, pero esa es la creencia. Cuando saliste hacia tu coche esta mañana, pusiste la llave en el arranque y la giraste, creíste que el

coche iba a arrancar. Cada acción que realizamos tiene una creencia detrás. El problema viene cuando mis creencias son erróneas; porque mis creencias seguirán determinando mi comportamiento.

Fíjate en algunas aplicaciones prácticas. Si crees que eres una persona hosca, ¿cómo crees que vas a actuar? Bastante hosco. Si crees que eres una persona torpe, te encontrarás tropezando con todo. Si crees que no puedes confiar en nadie, irás por la vida mirando a todo el mundo con desconfianza. Actuarás como si no se pudiera confiar en ellos. Si crees que no puedes entender la Biblia, nunca la leerás. Si crees que Dios no se preocupa realmente por ti, no vas a orar. Si crees que Dios va detrás de ti, harás todo lo posible para evitar a Dios. Mira cada acción que tienes tiene detrás una creencia correspondiente. La cuestión es que, aunque tus creencias sean erróneas, afectan a tu comportamiento, así que todas nuestras creencias deben ser examinadas.

### 3. El mundo nos bombardea con falsas creencias.

Quiero decir que nos bombardea. Un lugar para encontrarlas es la cola de la caja del supermercado. Mira los titulares del *Enquirer* y del *Globe*. Cada semana hay una nueva alivio para el cáncer, si te comes esto el cáncer desaparecerá. Me gustaría creer eso, excepto que justo al lado de ese artículo hay uno sobre el último extraterrestre que ha visitado la tierra. Un amigo predicador me recortó uno que realmente disfruté. Decía: "Nuevo descubrimiento: oraciones para quemar grasa". Todo el artículo decía: "Sólo tienes que decir estas oraciones y los kilos se derretirán".

Ya es difícil saber qué creer, ¿no? Solíamos decir: "Lo creeré cuando lo vea". Pero ya ni siquiera se puede confiar en eso. La tecnología ha creado una cosa llamada "Realidad Virtual". Mezclan realidad y ficción de manera que no se puede distinguir la diferencia, como en las películas *Forrest Gump* y *Jurassic Park*. Así que realmente no podemos determinar si lo que vemos es real o no. A continuación, expongo mis diez principales mitos que se fomentan en estos programas de televisión. No son divertidos. Pero son algunos mitos culturales que la gente se cree sin excepción.

- a. Mi felicidad está por encima de mi responsabilidad.
- b. Serás feliz si consigues lo que quieres. (Eso es mentira).
- c. El mundo te debe la vida y la felicidad.
- d. Todas las creencias son igualmente válidas. (discutida en esta lección).
- e. Puedes tenerlo todo. (No, hay que sacrificar algo).
- f. Nunca hay razón para sentirse culpable.
- g. No debes esperar por nada.
- h. El hombre es básicamente bueno y desinteresado.
- i. Todos tus problemas son culpa de otros.
- j. La respuesta está dentro de ti porque todos somos Dios.

(Propagada en los programas de entrevistas) Si la respuesta estuviera dentro de mí, la habría descubierto hace mucho tiempo. ¿No es así?

Ves que ese es el tipo de cosas que una y otra vez, estamos escuchando. Hace más de 2.000 años, cuando tenía más de 90 años, el apóstol Juan advirtió: "*Amados, no crean a todo espíritu, sino pongan a prueba los espíritus, para ver si son de Dios. Porque muchos falsos profetas han salido por el mundo.*" (1 Juan 4:1) y "*Porque todo lo que hay en el mundo, es decir, los deseos de la carne, los deseos de los ojos, y la vanagloria de la vida, no proviene del Padre, sino del mundo.*" (1 Juan 2:16) El mundo nos bombardea con falsas creencias.

### 4. Falsas creencias.

Una creencia no tiene por qué ser cierta para afectar a tu felicidad y a tu estabilidad emocional. Si alguien entrara ahora mismo por una de las puertas y empezara a gritar: "¡Fuego! ¡Fuego!" pero no hay fuego. No habría mucha diferencia para muchos de nosotros, porque en cuanto escucharas a alguien gritar tan enfáticamente esa alarma, lo creerías. Entonces una serie de cosas sucederían. Tu pulso se aceleraría, tu presión arterial se elevaría, tus músculos se tensarían, y tu estómago

comenzaría a secretar ácido. Te convertirías en un manojito de nervios, una gran confusión emocional, aunque no sea cierto.

Eso sucede todo el tiempo en la vida cotidiana, y ni siquiera te das cuenta. Te preocupas por cosas que no son ciertas. Tienes miedo de cosas que no son reales. Confías en cosas para dar sentido y propósito a tu vida que nunca fueron diseñadas para ello. El resultado es la confusión y la miseria. Así que, aunque una creencia no sea cierta, sigue causando confusión emocional en tu vida. Si quieres superar el estrés, la culpa, la ira, la preocupación y los problemas emocionales, tienes que aclarar y corregir las creencias erróneas de tu vida.

Encontré una frase de un psicólogo, el Dr. *Chris Thurman*. Dijo: "La verdad es el mapa de carreteras para negociar los retos difíciles de la vida. Sin ella nos perdemos y desarrollamos problemas emocionales que nos dicen que estamos perdidos. A menudo nos conformamos con una verdad a medias o con ninguna verdad porque es más fácil". Es una gran frase, tiene razón. Hay algunas hechas por psicólogos con las que no estoy de acuerdo, pero creo que da en el clavo. También dijo: "Pero la verdad es el único camino hacia la salud emocional, no hay otro camino". Es una gran cita, pero Jesús tenía una mejor. Era más poderosa y concisa y decía esencialmente lo mismo. "*Yo soy el camino, yo soy la verdad y yo soy la vida*". (Juan 8:32)

El objetivo de esta serie de lecciones es exponer las mentiras que nos han enseñado y que algunos de nosotros hemos creído. También vamos a desvelar la verdad, y la verdad te liberará de aquellas cosas que traen miseria a tu vida.

##### 5. La única fuente de verdad absoluta es Dios.

Fíjate bien en eso. Él es la única fuente de verdad absoluta. "*Yo no he hablado en secreto, en algún lugar recóndito de la tierra ... Yo soy el Señor, el que habla con justicia y da a conocer lo que es recto*". (Isaías 45:19) Jesús, que era el Hijo de Dios, era Dios venido en carne. En Juan 14:16 Jesús le dijo: "*Yo soy el camino, y la verdad, y la vida; nadie viene al Padre, sino por mí*".

La pregunta fundamental que tienes que hacerte y que todo ser humano tiene que hacerse, seas o no cristiano, es: ¿Cuál va a ser la autoridad de mi vida? ¿Cuál va a ser mi norma? ¿Cuál va a ser mi brújula? ¿Cuál va a ser mi guía? ¿En qué voy a basar mi vida?

Tienes dos opciones. Puedes basarte en el mundo, o puedes basarte en la Palabra. Puedes tener lo que el hombre dice, y el hombre dirá un millón de cosas diferentes y contradictorias, o puedes tener lo que Dios dice. Puedes construir tu vida sobre lo que dice la cultura, o sobre lo que dice Cristo. ¿Cuál de los dos crees que es más fiable?

El problema no es sólo que el hombre sea a menudo deshonesto y comparta mentiras descaradas; el problema con el hombre es que somos tan ignorantes que incluso cuando creemos que estamos diciendo la verdad, no sabemos toda la verdad. La revista *Newsweek* tiene una sección llamada Sabiduría Convencional. ¿Lo has visto? Piensa en lo que significa. Sabiduría Convencional significa que es sabia hoy en día. La verdadera sabiduría nunca es convencional; la verdadera sabiduría es eterna. Uno de los problemas del hombre es que siempre estamos aprendiendo más. Así que nos cuesta descubrir lo que es infinitamente sabio.

Hace unos años me di cuenta de algo con lo que algunos de ustedes pueden identificarse. Setenta y tres millones de nosotros somos hijos de la generación "*Baby Boomer*" que se criaron con el segundo libro más vendido de todos los tiempos, sólo superado por la Biblia. ¿Sabes cuál es ese libro? *El Libro del Bebé* del Dr. *Spock*. Él lo escribió, "Cómo criar a sus hijos". Toda una generación de estadounidenses fue criada con ese libro. El único problema es que hace unos años, a sus setenta años, el Dr. *Spock* dio una conferencia de prensa y dijo: "¡Uy! Me equivoqué". ¿Que se equivocó en qué? Es demasiado tarde, soy disfuncional. ¿Qué quieres decir con que te equivocaste? Toda una generación se crió con las teorías de un hombre y llega a descubrir que nunca fueron correctas en primer lugar. Eso es Sabiduría Convencional.

El promedio de vida de un texto de ciencia utilizado en el nivel universitario hoy en día es de 18 meses. Ese es el tiempo de vida de un texto de ciencias. En ese tipo de entorno, no pones tu fe en algo de lo que no puedes depender mañana, de lo contrario puedes pensar que estás subiendo la escalera del éxito y descubres que está apoyada en la pared equivocada.

¿En qué voy a basar mi vida? Jesús dijo: *"El cielo y la tierra pasarán, pero mis palabras nunca pasarán"*. (Lucas 21:33) David dijo: *"Tu palabra, Señor, es eterna; permanece firme en los cielos"*. (Salmo 119:89) Escucha, la palabra de Dios ha resistido la prueba del tiempo como ninguna otra cosa lo ha hecho o lo hará. Pueden confiar en ella como su norma, su brújula y su guía, porque no se basa en la sabiduría convencional, sino en el carácter y el conocimiento último de Dios. Él es la única fuente de verdad absoluta.

#### 6. ¡Construye tu vida sobre la verdad de Dios!

Esa es la clave. La verdad de Dios se encuentra en cada página de la Biblia. Te animo a que leas toda de ella, si quieres. En última instancia, y de forma más clara, está encarnada en Jesucristo. Una de las razones por las que 1 Pedro 2:21 dice que Jesús vino, es que vino a darnos un ejemplo. Muchos oímos y muchos leemos, pero la mayoría aprendemos mejor cuando vemos un modelo. Jesús era Dios venido en carne y hueso. Dijo: *"Yo soy el camino, yo soy la verdad y yo soy la vida"*. En todo lo que dijo, en todo lo que hizo, en todo lo que era, estaba la verdad.

Mientras me recuperaba de una operación de rodilla, decidí releer los evangelios. Leí Mateo, Marcos, Lucas y Juan, porque si voy a enseñarles la verdad, quiero conocer a este hombre que dijo: *"Yo soy la verdad"*. Ochenta veces diferentes en las Escrituras, Jesús dijo: *"Yo os digo la verdad"*. Interesante, ¿verdad? Ochenta veces, dice enfáticamente, quiero que escuchen esto. Veinte veces diferentes, dijo, *"Ahora lo has oído decir, pero quiero decírtelo a ti"*. ¿Sabes lo que estaba haciendo? Estaba aclarando mitos que traen miseria. El dijo ahora aquí hay cosas que has creído, pero ahora déjame decirte la verdad.

Al estudiar las cosas que Jesús dijo y las cosas que otros escritores bíblicos han compartido con nosotros que son verdaderas, comprométanse a tres cosas.

#### a. Comprométete a buscar la verdad.

Tenga ese deseo en su corazón. *"Pero rechaza los cuentos irreverentes y tontos, y más bien entrénate para una vida dedicada a Dios. El ejercicio físico te sirve de algo, pero una vida dedicada a Dios te trae bendiciones tanto para la vida presente como para la venidera"*. (1 Timoteo 4:7) Más tarde, Pablo advirtió a Timoteo, un joven predicador: *"Porque llegarán tiempos en que la gente no querrá escuchar la verdadera enseñanza que conduce a una vida recta y sólo buscarán rodearse de maestros que los complazcan diciendo lo que quieren escuchar."* (2 Timoteo 4:3,4)

El punto es probar todo lo que escuchas, ves o experimentas contra la verdad de Dios. El mundo, o la gente que me rodea, puede decir "Está de moda, es lo que está de moda, todo el mundo lo está haciendo," La verdad puede declarar que no está bien. Podría alargarme demasiado dando un ejemplo clásico. Déjenme decirles lo que me viene a la mente. La astrología y las líneas telefónicas psíquicas, esas tienen que estar haciendo millones de dólares, hay demasiadas en la televisión para no estarlo haciendo. Estoy seguro de que la mayoría de las personas que se dedican a esas cosas, algunas de ellas son serias, algunas de ellas lo hacen por diversión y algunas de ellas son sólo una broma. La palabra de Dios dice que no es chistoso. Puedo mostrarte una docena de pasajes diferentes que dicen que está mal, que es malo, que te alejes de ello. Yo pruebo todo por la palabra de Dios, incluso mi propia experiencia.

Una de las cosas en las que nuestra generación cree es en la experiencia personal. Es la verdad suprema. Si lo conozco, lo siento o lo percibo, tiene que ser así. Ahora piensa en eso. Si la tecnología puede crear una experiencia de realidad virtual tan parecida a la vida que no puedo decir si es falsa, ¿no crees que el diablo puede hacer lo mismo? De hecho, ¿no crees que ha tenido ese poder durante años, y años, y años? Pongo a prueba incluso la experiencia, que estoy convencido de haber tenido, frente a la verdad de la palabra de Dios, y si las dos chocan, ¿cuál acepto? Acepto

la verdad de la palabra de Dios, y punto. El hecho de que lo haya experimentado no significa que sea correcto, verdadero, o que esté en lo cierto.

La mayoría de nosotros hemos visto en la defensa de autos la calcomanía que dice: "Dios lo dice, yo lo creo, eso lo resuelve". No está tan mal ¿verdad?, pero tengo una mejor para ti: "Dios lo dijo, eso lo resuelve todo, lo creas o no". Si lo creo o no, no hace ninguna diferencia; Dios lo dijo, así es. La verdad es la verdad, la creas o no.

La cuestión es que yo la busque. Pero ¿dónde la busco? No en las colas del supermercado.

(1) La busco en Cristo. Jesús dijo: "...he venido al mundo: para dar testimonio de la verdad. Todo aquel que es de la verdad, oye mi voz." Juan 18:37).

(2) La busco en la palabra de Dios. La Biblia dice: "Tu palabra es la verdad". Proverbios 30:5 dice: "Las palabras de Dios son todas puras".

(3) La busco a través de su iglesia. Pablo le dijo a Timoteo: "Sabrás cómo debe comportarse la gente en la casa de Dios, que es la iglesia del Dios vivo, columna y fundamento de la verdad." (1 Timoteo 3:15)

#### b. Comprometerse a creer y abrazar la verdad.

No basta con buscarla y no basta con conocerla, hay que abrazarla. La palabra "creer" es otra palabra que me llamó la atención a lo largo de los relatos evangélicos. Juan 3:18, dice: "El que cree en él no es condenado, pero el que no cree ya está condenado porque no ha creído en el nombre del Hijo único de Dios". Incluso el diablo tiene un ascenso intelectual de Dios, una creencia y no un abrazo.

#### c. Comprometerse a vivir la verdad.

Lo busco, lo creo y lo abrazo, y la vivo. Lo obedezco. Lo hago. Empiezo por obedecer el evangelio poniendo mi confianza en la buena noticia de que Jesús es la verdad personificada, Dios que vino al mundo. Esta guía, Su Palabra [La Biblia], comparte con nosotros la forma sencilla de hacerlo. Comienza con la creencia de que Jesús es el hijo de Dios, una creencia que nos lleva a confesarlo verbalmente, declarando al mundo nuestra lealtad a él. (Romanos 10:9-10) Dice que una vez que tienes un compromiso de tu corazón y tu afecto hacia él, toda tu obediencia al evangelio se culmina con una experiencia llamada bautismo, una inmersión física en el agua. El mismo Jesús le dijo a Nicodemo (antes de morir en esa muerte expiatoria, en la cruz) "el que no nazca de agua y del Espíritu, no puede entrar en el reino de Dios". (Juan 3:5) "No saben ustedes que todos los que fuimos bautizados en Jesucristo nos unimos a él en su muerte. Cuando fuimos bautizados, también fuimos enterrados con Cristo y así compartimos su muerte para que, así como Cristo resucitó por el gran poder del Padre, nosotros también andemos de acuerdo con la nueva vida." (Romanos 6:3-4)

Amigos, esa es la verdad sobre tu compromiso con Jesús. Esa es la verdad sobre cómo comienzas tu vida como cristiano, cómo te conviertes en cristiano. Desde ese compromiso, vives amándolo y caminando en la luz de la verdad de Dios. Pero depende de ti. Recuerda que tienes la libertad de creer lo que quieras. Pero creas lo que creas, la verdad sigue siendo la verdad.

Pero, hay una gran advertencia: "se pierden, por no haber querido recibir el amor de la verdad para ser salvados." (2 Tesalonicenses 2:10) Alguien me preguntó el otro día: "¿El fumar me enviará al infierno?" Le dije: "Bueno, no lo sé, pero olerá como si hubieras estado allí". Pero no empezamos a elegir pequeños pecados. Todos cometemos pecados. ¿Sabes lo que va a enviar a alguien al infierno? 2 Tesalonicenses 2:10 nos dice, es negarse a aceptar, amar y seguir la verdad. Dios no manda a nadie al infierno; Él deja que cada uno elija lo que va a creer y lo que va a hacer con esas creencias.

[Amazing Grace Lección #1244]

#### Preguntas:

1. ¿No importa lo que uno crea mientras sea sincero?

Verdadero \_\_\_ Falso \_\_\_

2. ¿Es uno libre de elegir lo que desee creer?

Verdadero \_\_\_ Falso \_\_\_

3. ¿Lo que uno cree no afecta a sus acciones?

Verdadero \_\_\_ Falso \_\_\_

4. ¿Mi felicidad está por encima de mi responsabilidad?

Verdadero \_\_\_ Falso \_\_\_

5. Serás feliz si consigues lo que quieres

Verdadero \_\_\_ Falso \_\_\_

6. El mundo te debe sostenimiento y la felicidad.

Verdadero \_\_\_ Falso \_\_\_

7. Todas las creencias son igualmente válidas.

Verdadero \_\_\_ Falso \_\_\_

8. Puedes tenerlo todo sin ningún sacrificio.

Verdadero \_\_\_ Falso \_\_\_

9. Nunca hay motivos para sentirse culpable.

Verdadero \_\_\_ Falso \_\_\_

10. No deberías tener que esperar por nada.

Verdadero \_\_\_ Falso \_\_\_

11. El hombre es básicamente bueno y desinteresado.

Verdadero \_\_\_ Falso \_\_\_

12. Todos tus problemas son por culpa de otros.

Verdadero \_\_\_ Falso \_\_\_

13. La respuesta está dentro de ti porque todos somos Dios.

Verdadero \_\_\_ Falso \_\_\_

14. La fuente de la verdad absoluta es:

A. \_\_\_ El intelecto del hombre

B. \_\_\_ La ciencia

C. \_\_\_ Dios

15. Para construir una vida sobre la verdad de Dios hay que

A. \_\_\_ Comprometerse a buscar la verdad

B. \_\_\_ Comprometerse a creer y abrazar la verdad

C. \_\_\_ Comprometerse a vivir la verdad

D. \_\_\_ Todo lo anterior

E. \_\_\_ No hay una verdad absoluta

## ¿Por Qué Debo Perdonar?

Pedro le preguntó a Jesús un día hace mucho, mucho tiempo *"Entonces se le acercó Pedro y le dijo: «Señor, si mi hermano peca contra mí, ¿cuántas veces debo perdonarlo? ¿Hasta siete veces?»"* (Mateo 18:21) Lo que realmente está escrito "entre líneas" o el pensamiento detrás de las líneas es: Señor, ¿por qué tengo que perdonar? Me parece interesante que Pedro preguntara: *"¿cuántas veces tengo que perdonar a mi hermano?"*. A veces es más fácil perdonar una ofensa única, incluso si es algo tan importante como un intento de asesinato, que perdonar esas irritaciones frecuentes.

Cada uno de nosotros tiene una, dos, quizá tres fuentes de irritación constante en su vida. Yo la llamo "lija celestial," sólo borra nuestras asperezas. ¿Quién es tu lija celestial?

Pedro preguntó: *"Señor, ¿cuántas veces he de perdonar a mi hermano?"*. Hasta esta semana no me di cuenta de que existe la posibilidad de que Pedro sea extremadamente literal aquí. Puede que estuviera hablando de su hermano físico. Hace un par de semanas leí que el noventa por ciento de los resentimientos se producen en nuestras propias familias. La mayor parte del resentimiento que albergamos en nuestras vidas es hacia las personas más cercanas a nosotros.

Ya conoces el viejo adagio: "Morar arriba con los que amamos será una gloria, pero morar abajo con los que conocemos, eso ya es otra historia". A veces son las personas que están más cerca de nosotros. Tal vez fue Andrés, el hermano de Pedro. No está fuera del alcance de la imaginación considerar que Andrés dejaba la leche afuera, o que exprimía la pasta de dientes de la mitad del tubo, o algo que era un irritante constante para Pedro. Pero tanto si se trataba de Andrés o de un hermano imaginativo, Pedro lo estaba pasando mal con toda esta cuestión del perdón.

Es posible que Pedro esperara que Jesús dijera: "Pedro, eso es muy generoso de tu parte. Estoy impresionado". La ley judía sólo requería que perdonaras a un hermano tres veces. Después de perdonarlo tres veces por la misma ofensa, podías decirle que se fuera. Así que Pedro pudo haber pensado que la ley dice "Debo perdonar a mi hermano tres veces, voy a duplicar eso y voy a agregar una por buena medida". "Señor, ¿crees que estaría bien perdonar a un hermano siete veces?" Nuestro Señor dijo: "No Pedro, ¿creerías 70 veces siete veces?" o sea que no hay límite en el número de veces que hay que perdonar.

Si se trata de llevar la cuenta, no es realmente perdón. ¿Alguna vez has llevado la cuenta con alguien? Después de que Jesús le dice a Pedro: "No, no siete veces, sino setenta veces siete". Jesús cuenta una parábola, una historia, para explicar por qué debemos aprender a perdonar.

La historia comienza así. Jesús dice que hay un hombre que está desesperadamente endeudado con un rey. La Biblia dice en Mateo 18:23-24 que le debe al rey diez mil talentos. Ahora bien, los talentos eran en realidad una medida de peso más que de solo dinero, así que depende de cuál fuera el metal precioso. Pero la deuda aquí es reconocida por todos los eruditos como millones y millones de dólares. ¡Esa sí que es una deuda importante! ¿cómo cae uno en una deuda tan profunda? ¿Cómo puede un servidor pedir prestado tanto dinero? En aquellos tiempos, cuando no podías pagar una deuda, el principio de la bancarrota era simple. Simplemente tomaban a tu mujer y a tus hijos y los vendían como esclavos y te metían en la cárcel. Eso era la bancarrota.

*"El siervo cayó de rodillas ante él. 'Ten paciencia conmigo', le rogó, 'y te lo devolveré todo'".* (Versículo 26) Tienes que ver el humor en eso; es una de las declaraciones más risibles que he leído. Un siervo debe 16 millones de dólares y dice: "dame unos días más". ¿Para hacer qué, conseguir un pasaporte y comprar un boleto de ida a otro país?

Hice un pequeño cálculo. Si pagara mil dólares al día a los tipos de interés actuales, tardaría 40 años. Ahora el punto de la historia, amigos, es mostrarnos tres razones por las que tú y yo necesitamos perdonar a otras personas.

Necesitamos perdonarnos porque hemos sido perdonados por Dios. La respuesta del rey después de la súplica fue: "El amo del siervo se compadeció de él y canceló la deuda". (lo he subrayado en mi Biblia) "*canceló la deuda y lo dejó ir*". ¿Conoces a alguien más que perdona una deuda de 16 millones de dólares? ¿Quién dirá: "¿Muy bien, cancelémosla y dejémoslo ir"? ¡Qué rey! Completamente perdonado. Pero el punto de la parábola es: Eso no es nada comparado con el perdón que Dios nos ha dado, absolutamente nada.

Este es el paralelismo. Yo tengo una deuda con Dios, y tú también. La Biblia incluso lo llama una deuda de pecado. Cuando transgredo contra Dios, se acumula una deuda con él que nunca podré pagar. La Biblia dice en Romanos 3:23: "*Todos hemos pecado y estamos destituidos de la gloria de Dios*". La Escritura lo deja muy claro, yo no puedo pagar mi deuda, tú no puedes pagar la tuya, pero Dios ha elegido en su amor a través del regalo de su Hijo Jesús como el sacrificio perfecto para perdonarnos, para hacer "borrón y cuenta nueva," para cancelar la deuda y decir: "Vamos a empezar de nuevo". Ese es el evangelio, las Buenas Nuevas [Noticias o Evangelio]. Todo está ligado a la muerte, sepultura y resurrección de Jesús. Las buenas noticias que Jesús tiene para nosotros cuando venimos obedientemente a Él confesando, arrepintiéndonos y siendo bautizados en Su nombre pidiéndole que nos perdona y "borre nuestra pizarra".

Dios espera que haga por los demás lo que él ha hecho por mí. De hecho, ese es realmente el mensaje. ¿Cómo te sentirías si te borrarán una deuda de 16 millones de dólares? ¿Sentirías alivio, alegría y libertad? Esas palabras pueden ser demasiado superficiales. ¿Qué tal si mas bien te sintieras profundamente conmovido, y una gran gratitud ¿Cómo crees que tratarías a la gente si te acabaran de perdonar una deuda de 16 millones de dólares que te preocupaba constantemente? ¿No crees que estarías tranquilo? ¿No crees que dirías: "¿Sí, estoy de muy buen humor"? No pasa nada, te perdono".

Mira la reacción de este siervo que comienza en el versículo 28. "*Cuando aquel siervo salió, se encontró con uno de sus conservos, que le debía cien días de salario, y agarrándolo por el cuello le dijo: «Págame lo que me debes.»*"<sup>29</sup> *Su conservo se puso de rodillas y le rogó: «Ten paciencia conmigo, y yo te lo pagaré todo.»*<sup>30</sup> *Pero aquél no quiso, sino que lo mandó a la cárcel hasta que pagara la deuda.*" ¿Te lo puedes creer? Debía 16 millones de dólares a su amo y fue perdonado. Ahora su conservo le debía cien denarios, una cantidad extremadamente pequeña comparada con la que le había perdonado su amo. Este se niega a tener piedad y, en cambio, lo mete en la cárcel.

Tú dirás, ¿cómo es posible que responda de esa manera? Ese siervo que debía la deuda cancelada de 16 millones de dólares no se sentía realmente perdonado. Todavía, por la razón que sea, sentía "la espada" sobre su cabeza. Así que, tontamente, intentaba cobrar una cantidad tan pequeña para seguir pagando esa supuesta deuda de 16 millones de dólares.

La verdadera tragedia es que muchos cristianos viven así hoy en día. Ellos obedecen el evangelio, ellos vinieron a Cristo y la deuda de pecado fue cancelada; pero ellos todavía viven sus vidas sintiendo la deuda y parecen decir, "Señor, yo te pagaré. Sé que te debo mucho, así que voy a pagar eso. Voy a trabajar en mi deuda por mis pecados" sabiendo que ellos nunca podrán hacerlo. Son exigentes, demandantes e implacables con las personas que los rodean en sus frustraciones. Tristemente, he visto demasiado de eso. Por eso es tan importante que cada cristiano entienda la gracia. Cuando crees que eres perdonado, serás capaz de perdonar a otros. Pero no antes.

Observa la dureza del primer siervo en la parábola. Agarró y empezó a estrangular al segundo siervo exigiéndole que pagara su deuda. Bajo la ley romana se podía hacer eso. Si alguien te debía dinero, podías estrangularlo hasta que pagara. Pero después de que este tipo lo ahogara un rato y no le sacara nada, lo hizo meter en la cárcel.

Siempre que encuentres a alguien duro, sentencioso, hipercrítico, negativo, implacable y sin gracia, está cargando con una culpa no resuelta. Una persona crítica y negativa, que siempre está menospreciando a otra persona, que nunca extiende a nadie la oferta de perdón, está cargando con una culpa no resuelta. Cuando nos sentimos sin perdón, tendemos a ser despiadados.

A veces se ve eso en los padres. Ves a un padre que es exigente, rígido y dominante. Están reaccionando a la culpa que sienten como padres. A veces se ve en los jefes. A veces se ve en los compañeros de trabajo. Pablo dijo en Efesios 4:32: *"Sed amables y compasivos unos con otros, perdonándoos mutuamente, como Dios os perdonó en Cristo"*. La clave del perdón es reconocer lo mucho que Dios me perdona hoy.

### **El resentimiento me hace sentir miserable.**

Es un infierno en la tierra. Te tortura. Mira conmigo en la parábola en el versículo 31, *"Cuando los otros siervos vieron lo que había sucedido,"* (esto fue después de que el primero había echado al segundo en la cárcel) *"se angustiaron mucho y fueron a contarle a su amo todo lo que había sucedido. Entonces el amo llamó al siervo. Siervo malvado",* le dijo, *"te he cancelado toda esa deuda porque me has suplicado. ¿No deberías haber tenido misericordia de tu siervo igual que yo de ti? Enfurecido, su amo lo entregó a los carceleros para que lo torturaran, hasta que pagara todo lo que debía."* Mira, cuando el rey se enteró de lo despiadado que era su siervo, se dirigió a él y le dijo: si tú vas a ser así, yo también lo seré. Entonces lo entregó al carcelero para que lo torturara.

Alguien preguntó si esta parábola es un símbolo del infierno. Sí lo es, pero también es símbolo de un infierno en la tierra. Porque cuando el resentimiento se mete dentro de ti y el resentimiento crece y te infecta, te tortura y te encierra en una prisión. Te destruye mucho más que a la persona a la que odias y no quieres perdonar. La pregunta que debemos hacernos de vez en cuando es: ¿las acciones amargas y no perdonadas nos están robando la felicidad? ¿Qué te sigue haciendo daño? Si algún día encuentras una, déjala ir. Sólo te atormenta. Es posible que la otra persona a la que odias y no perdonas ni siquiera lo sepa: puede ser que ni lo sepa. A nuestro alrededor hay millones de personas encarceladas por la culpa, esclavizadas por su propia ira y ansiedad y atormentadas por el resentimiento, a veces año tras año. El perdón de Cristo es la única llave para abrir esa cárcel. Por tu propio bien, perdona. Aprende a pedir perdón y aprende a ofrecer el perdón. Mi lema es: "Perdón", disfrútalo y empléalo, o vivirás una vida de miseria.

### **Necesitaré el perdón en el futuro.**

*"Así es como mi Padre celestial tratará a cada uno de ustedes si no perdonan a su hermano de corazón"*. (Mateo 18:35) A Juan Wesley le dijo una vez un hombre que le conocía: "Nunca podría perdonar a cierta persona". Wesley respondió: "Espero que nunca peques". El punto de su advertencia; si vas a vivir el resto de tu vida en perfección, entonces tal vez no necesites perdonar a nadie más. Pero si vas a cometer otro pecado, será mejor que te asegures de estar preparado y dispuesto a perdonar, porque el perdón es una calle de doble sentido. No te atrevas a quemar el puente por el que vas a tener que pasar para llegar al cielo.

En lo que llamamos el "Padre Nuestro", en el "Sermón del Monte", donde nuestro Señor nos enseña como orar, dijo: *"Perdónanos nuestras deudas como nosotros perdonamos a nuestros deudores"* ¿Entiendes lo que dice esa oración? Eso es orar: "Padre, perdóname tanto como yo esté dispuesto a perdonar a las otras personas que me rodean". Ahora te pregunto, ¿realmente quieres hacer esa oración? Verás, la Biblia dice que sólo podemos recibir lo que estamos dispuestos a ofrecer a otras personas.

En ese mismo Sermón del Monte en la parte que llamamos las "Bienaventuranzas". Jesús dijo: *"Bienaventurados los misericordiosos porque recibirán misericordia"*. Lo que ofrecemos a otra persona podemos recibirlo, pero lo que no estamos dispuestos a ofrecer a otra persona, no podemos recibirlo. Dios dice: "Sé compasivo porque yo quiero ser capaz de perdonarte".

Mira de nuevo el versículo 35, *"si no perdonas de corazón"*, no de labios, no un débil reconocimiento intelectual, sino de corazón, hasta el fondo de tu espíritu. En pocas palabras, la parábola enseña que el perdón es una forma de vida. Es la única manera de vivir y la razón es que todos somos seres imperfectos. Vas a herir a los demás y los demás te van a herir a ti porque somos seres imperfectos, así que tenemos que vivir en un estado constante de perdón. Hay que disfrutarlo y luego usarlo como tu manera de vivir.

### ¿Por qué necesito perdonar?

1. Porque Dios me ha perdonado.
2. Para escapar del tormento del resentimiento que me va a encadenar si no perdono.
3. Porque no quiero quemar el puente que voy a tener que cruzar. Quiero perdonar para que Dios me perdone.

### ¿A quién necesitas perdonar?

1. ¿Culpas a alguien más en el mundo por tu infelicidad? ¿Culpas a un cónyuge? Si mi marido se pusiera las pilas, me iría mucho mejor. Vendría más a la iglesia si él me acompañara. ¿Culpas a tus padres? Si mis padres no me hubieran hecho esto cuando era pequeña, si eso no hubiera sido parte de eso, entonces mi vida sería mucho mejor hoy. ¿Culpas a un profesor? Si mi profesor solo hubiera... ¿Culpas a un jefe? Si simplemente tuviera un jefe diferente. Si culpas a alguien de tu infelicidad, eso es un indicio de resentimiento. La culpa es una indicación de un mal no perdonado, ya sea real o percibido, no hace ninguna diferencia, y eres tú quien no está perdonando. Tienes que dejarlo ir ahora mismo. Déjalo ir o te torturará y perjudicará tu vida futura.

2. ¿He estado llevando la cuenta? ¿Hay una hoja de puntuación en mi mente con respecto a esta persona, de modo que cada vez que hace algo, piensas: me lo debe? ¿Su cónyuge cometió un error importante en algún momento del pasado? Él o ella se arrepiente y la vida ha seguido adelante, pero tú se lo estás echando en cara. Te has convertido en una persona desagradable porque, pase lo que pase, forma parte de un pozo sin fondo. No importa lo buena que sea una persona, estás pensando en tu mente, me debe. Hoy quiero decirte algo de la manera más directa posible. Por muy malo que sea lo que se haya hecho, eres tú quien está matando el matrimonio. Lo estás matando por tu falta de perdón. Nunca has perdonado y el cónyuge puede estar llegando al punto de preguntarse: "¿De qué sirve? Parece que nunca puedo ser perdonado".

El matrimonio es sólo una de las áreas que esto puede aplicarse. Es posible que te hayan descuidado de niño. Puede que hayas sufrido abusos de niño. Puede que no hayas sido amado como debías de niño. No conozco a ninguno de nosotros que haya sido amado como debería haber sido de niño. ¿Por qué? Porque no somos capaces de amar perfectamente. Somos seres imperfectos.

3. ¿Te encuentras actuando de cierta manera hacia alguien porque te recuerda a alguien con quien estás resentido?

Sé que suena extraño, pero hay todo tipo de personas que mirarán a una persona y dirán: "Me recuerda a alguien de mi infancia". Así que los tratará de manera totalmente diferente simplemente por un problema del pasado que nunca ha dejado atrás. Si buscamos en nuestras almas, muchos de nosotros tenemos mucho más que perdonar de lo que nos damos crédito. ¡Necesitamos hacerlo ahora! [Amazing Grace Lección #1239]

### Preguntas:

1. Dios es...

- A. \_\_\_ Amor
- B. \_\_\_ Justo
- C. \_\_\_ Verdad
- D. \_\_\_ Misericordia
- E. \_\_\_ Paz
- F. \_\_\_ Todo lo anterior
- G. \_\_\_ A y C
- H. \_\_\_ A, C y E
- I. \_\_\_ A, B y C

2. ¿Cuántas veces debes perdonar?

- A. \_\_\_ Una
- B. \_\_\_ Siete
- C. \_\_\_ Cien

D.  Cada vez que alguien lo pida.

3. Cuando uno perdona, ¿lleva la cuenta de las ofensas?

Verdadero  Falso

4. La obediencia al Evangelio cancela nuestra deuda con Dios?

Verdadero  Falso

5. ¿Cuándo se cancela el pecado y la rebelión del hombre?

- A.  Nuestra muerte física
- B.  Nuestra muerte al pecado
- C.  Nuestra confesión de que Jesús es el Señor
- D.  Cuando confiamos en Dios para perdonarlo y obedecerlo
- E.  A, B y C

6. La clave del perdón es reconocer cuánto nos ha perdonado Dios?

Verdadero  Falso

7. ¿Por qué necesito perdonar?

- A.  Porque Dios me ha perdonado
- B.  Para escapar del tormento del resentimiento
- C.  No quiero quemar el puente que tendré que cruzar
- D.  Quiero que Dios me perdone
- E.  Todo lo anterior
- F.  A y D

## Capítulo 5

### **¿Es Pecado la Homosexualidad?**

Hace veinticinco años, la palabra homosexualidad sólo se pronunciaba en un susurro, y rara vez, incluso. Luego, hace unas dos décadas, la homosexualidad se abrió paso entre el público de una manera muy importante. Esta vez con un nuevo nombre, "la Comunidad Gay", y con un nuevo movimiento, llamado "Derechos Gay". La homosexualidad salió literalmente "del armario" y dejó de ser algo tabú en los medios de comunicación o en las conversaciones públicas. En lugar de ello, se presentaba como algo llamado "un estilo de vida alternativo".

Es interesante que, durante siglos, el pueblo cristiano haya creído que la homosexualidad era una violación incuestionable y directa de la voluntad de Dios. Pero ahora esa premisa está siendo confrontada por una opinión pública mucho más liberal, ¿cuál es la correcta? ¿Es la homosexualidad un estilo de vida alternativo, o es pecado? Es una flagrante desviación de la ley de Dios. Pues bien, los que aceptamos la Biblia como la Palabra inspirada e inerrante de Dios, el mismo aliento de Dios para el hombre, no tenemos más remedio que acudir a esta Palabra para encontrar esa respuesta. Antes de acudir a la Biblia y a sus versículos específicos en su contexto, creo que podría ser útil considerar algunos hechos sobre el trasfondo de esta cuestión, en todo el mundo.

Por ejemplo, la homosexualidad no es realmente un tema contemporáneo en absoluto. Las investigaciones antropológicas han indicado que el comportamiento homosexual existía, incluso entre las tribus más antiguas. Hay muy poco al respecto en la historia registrada. Pero es interesante en la civilización occidental, especialmente en la historia británica, se encuentran algunos hechos fascinantes, la mayoría de ellos en forma de prohibiciones contra el comportamiento

homosexual. Por ejemplo, en el año 1290, la ley británica ordenaba que un sodomita fuera enterrado vivo. En 1533, *Enrique VIII* cambió el modo de ejecución, pero seguía siendo un delito capital. Finalmente, en la ley británica, en 1861, sustituyó la pena capital por la cadena perpetua, pero se seguía considerando un tipo de delito muy odioso. ¿Podría creer que la cadena perpetua seguía siendo la pena para un homosexual convicto en Gran Bretaña hasta el año 1967? En Estados Unidos ha habido leyes similares, aunque con penas menos severas.

Los tiempos han cambiado. Las prácticas homosexuales no sólo son en gran medida legales, sino que son cada vez más comunes y aceptadas en nuestra cultura. La pregunta que surge es: "¿hasta qué punto son normales?". Francamente, hay muy pocos datos fiables. El primer estudio importante sobre la actividad homosexual en los Estados Unidos Americanos en este siglo no se produjo hasta 1950. Fue realizado por el *Dr. E. G. Kinsey*. Viajó por todo el país, entrevistando literalmente a miles de hombres -su estudio era sólo sobre varones- y llegó a la conclusión de que alrededor del diez por ciento de la población masculina tenía al menos tres años de experiencia homosexual entre los 16 y los 65 años. En 1972, el *Instituto Nacional de Salud Mental* encargó al *Dr. Paul Gebhardt* otro estudio. Su estudio mostró resultados aún más elevados: hasta una cuarta parte de los varones de Estados Unidos estaban involucrados en ese comportamiento.

Ha habido estudiosos más conservadores que han refutado y rechazado esas afirmaciones. Sigue siendo muy difícil conseguir datos fiables. Pero la mayoría de los expertos, tanto conservadores como liberales (y en cualquier punto intermedio), estarían de acuerdo en que al menos el siete por ciento de la población masculina estadounidense y alrededor del cinco por ciento de la población femenina estadounidense están involucrados activamente en la práctica de la homosexualidad. Aunque no conozcamos las cifras, lo cierto es que el movimiento por los derechos de los homosexuales ha cobrado un gran impulso. Ahora tienen sus propias revistas y comunidades. Dirigen sus propios lugares de recreo y locales nocturnos, y tienen uno de los grupos de presión legislativos más fuertes de los Estados Unidos de América.

Hay otra cosa que quiero que veamos, sin embargo, antes de pasar a la Biblia y ver lo que las escrituras dicen sobre la homosexualidad. Creo que es necesario que definamos los términos, aunque estoy seguro de que todos tenemos una connotación en nuestra mente de lo que es la homosexualidad.

Un acto homosexual es un acto de relación sexual entre dos miembros del mismo sexo. Es un acto. Quiero diferenciar eso, por definición, de una orientación homosexual. Escuchen bien. Una orientación homosexual es una tendencia o un deseo de preferir una relación homosexual a una heterosexual.

Amigos, hay una diferencia entre esos dos y verán por qué los distinguimos en un momento. Un acto homosexual es una acción; una orientación homosexual es el deseo o el anhelo. Esos dos son tan diferentes como un acto heterosexual es diferente de una orientación heterosexual. Ahora hay dos términos técnicos que deben ser definidos, pervertidos e invertidos.

Hay quienes serían etiquetados como pervertidos. Los pervertidos, o la perversión, son aquellos individuos que eran heterosexuales por naturaleza, pero que han cambiado a una orientación homosexual. Usted dice: "¿por qué alguien cambiaría su anhelo sexual, su orientación sexual?". De nuevo, la investigación es escasa y las razones varían. Es interesante observar que ha habido una mayor correlación entre la perversión y ciertos entornos, por ejemplo, las instituciones mono-sexuales. Los lugares donde hay un solo género, por ejemplo, la cárcel o el internado, incluso las Fuerzas Armadas, han visto generalmente una mayor incidencia de la perversión que la población en general.

Luego hay una segunda categoría de aquellos individuos que serían homosexuales. Estos individuos se llaman invertidos que nunca recuerdan haberse sentido atraídos por miembros del sexo opuesto. Desde el principio de su vida adulta consciente, se han sentido atraídos por el mismo sexo. Las investigaciones son escasas en cuanto a las causas de la inversión. Pero existe una correlación. Uno de los factores ha sido la ausencia de figuras paternas en el hogar. De hecho, en los barrios de Estados Unidos, donde hay una mayor incidencia de ausencia de padre, hay una incidencia correspondiente de inversión, aproximadamente el doble que en la población nacional.

Vamos a volver a estos términos más tarde, pero recuerde, la diferencia entre un acto homosexual, una orientación homosexual, la perversión y la inversión.

Ahora vayamos a la Biblia. ¿Qué dice la Biblia sobre el comportamiento homosexual? La Palabra de Dios no tiene una gran cantidad de material sobre el tema, pero cuando la Biblia tiene algo que decir sobre la homosexualidad, habla fuertemente en contra de tal comportamiento. Supongo que el primer lugar donde se encuentra en la Biblia es en Génesis 19. Lot, que era pariente de Abraham, recibió a dos forasteros en la ciudad de Sodoma y su casa fue literalmente bombardeada por los lascivos y viles compañeros de la ciudad, hombres que eran obviamente homosexuales, tanto en su orientación como en su acción. Así que asaltaron la casa de Lot. Finalmente, por cierto, Sodoma y su ciudad hermana, Gomorra, fueron destruidas. En Jueces 19, se lee sobre una situación similar, esta vez en la ciudad de Gabaa.

*D. S. Bailey* en su libro, *Homosexuality and the Christian Tradition* (Homosexualidad y la Tradición Cristiana), ha tratado de argumentar que los transgresores --particularmente en el episodio que involucra a Lot y a los extraños en su casa-- estaban realmente violando las reglas de hospitalidad y es por eso por lo que estaban siendo reprendidos, no por su actividad homosexual. Pero, la teoría del Sr. *Bailey* no resiste la prueba del escrutinio, porque se nos da una interpretación de lo que ocurrió en Sodoma y Gomorra. Se encuentra en el pequeño libro de Judas, versículo 7. *"De manera similar, Sodoma y Gomorra y las ciudades circundantes se entregaron a la inmoralidad sexual y a la perversión. Sirven de ejemplo de los que sufren el castigo del fuego eterno"*. Eso lo deja bastante claro, ¿no es así? La carta que llamamos Judas está escrita para hacernos saber -al menos esa parte- que esos individuos fueron condenados por su comportamiento homosexual. Francamente, eso corresponde a algunas prohibiciones del Antiguo Testamento, como Levítico 18:22 y Levítico 20:13, donde la homosexualidad masculina se describe como una abominación para la que se prescribe la pena de muerte.

La fuerza de estas afirmaciones se encuentra tanto en su contexto como en la severidad de la pena que conlleva. Luego, cuando se pasa del Antiguo Testamento al Nuevo, se encuentra que Pablo sigue deplorando la actividad homosexual. *"Incluso las mujeres cambiaron las relaciones naturales por las antinaturales. Del mismo modo, los hombres también abandonaron las relaciones naturales con las mujeres y se inflamaron de lujuria entre ellos"*. (Romanos 1:24-25) Todo eso está dentro del contexto de aquellos individuos que se han alejado de Dios--no tienen Dios--y Dios no tolerará ese tipo de comportamiento. Palabras fuertes, pero realmente lo mismo que Pablo dijo también en 1 Corintios 6:9 cuando enumeró a los que eran injustos, e incluyó a los homosexuales. En 1 Timoteo 1:10, los sodomitas fueron listados entre los injustos y desobedientes.

Ahora quiero señalar algo aquí que, si usted no ha escuchado antes, probablemente escuchará en el futuro. Ha habido un movimiento en marcha, entre los teólogos liberales, para subrayar que Pablo en esas tres amonestaciones contra la homosexualidad, estaba condenando la perversión, no la inversión. ¿Recuerdan la diferencia? Que Pablo estaba diciendo a aquellos individuos que "nacieron con una atracción natural por el sexo opuesto", pero que han cambiado, que para esos individuos hacer eso está mal. La implicación allí es, "si alguien es un invertido que elige practicar el comportamiento homosexual, esa persona no estaría prohibida".

Eso no es correcto... esa teoría no se sostiene en absoluto. Hay al menos dos razones por las que puedo mostrarte de las escrituras que es verdad:

1) La razón principal es la palabra que Pablo usó para condenar el comportamiento homosexual en Romanos 1, en 1 Corintios 6, y en 1 Timoteo 1. Él usa una palabra griega que es realmente un término que cubre a todo el comportamiento homosexual. En contraste, podría haber utilizado uno de los tres términos griegos diferentes que se habrían referido específicamente a la perversión sexual, pero eligió no hacerlo. Así que la implicación es clara, ya sea en la versión o en la perversión, la actividad homosexual es condenada.

2) Nótese que el contexto en Romanos 1 es el de la creación. La prohibición de la homosexualidad no se dirige sólo a los individuos, ya sean invertidos o pervertidos. Afirma que eso viola el orden de las cosas de Dios. *"Ya que lo que se puede conocer de Dios es claro para ellos porque Dios se lo ha hecho saber. Porque desde la creación del mundo, la cualidad invisible de Dios, su poder eterno y su naturaleza divina se han visto claramente, entendiéndose por lo que ha sido hecho, de modo que los hombres no tienen excusa"*. (Romanos 1:19-20)

Como ves, el contexto de Romanos 1 es que Dios ha dejado claro cuál era su designio. Es que un hombre elija a una mujer, y que los dos estén juntos dentro del contexto del matrimonio, en una relación de por vida. Esa es la forma natural en que Dios hizo las cosas, la forma en que ha elegido dirigir este mundo. Está muy claro en el lenguaje.

## **Conclusión:**

### **A. En general**

- 1) La homosexualidad es probablemente más común en nuestra cultura de lo que cualquiera de nosotros quisiera admitir.
- 2) La homosexualidad es un tema que se está abriendo paso en la actualidad.
- 3) La consistencia y el fervor con el que la Biblia habla en contra de los actos homosexuales significa que un cristiano no puede aceptar tal práctica, como un estilo de vida ordenado o aceptado por Dios. Esto sería cierto independientemente de la orientación sexual o la motivación del individuo.

### **B. Para los cristianos**

1) La Biblia enseña que aborrecemos el pecado, pero amamos al pecador. Cuando llamamos a un hombre o a una mujer homosexual, ¿nos referimos a lo que son o a lo que hacen? Piensa en ello por un momento. ¿Cuándo llamarías a una persona asesina? Cuando ha cometido un asesinato, ¿verdad? ¿Cuándo llamarías a una persona ladrona? Cuando ha robado algo. En una nota más positiva, ¿cuándo llamarías a una persona fontanero? Sólo si ha demostrado habilidad en esa tarea. Para muchos de nosotros, que somos cristianos, la naturaleza del pecado de la homosexualidad es de tal desagrado para nosotros, entonces tal vez hemos tenido un tiempo más difícil de separar el pecado del pecador.

Hay aquellos en nuestro mundo que pueden tener una orientación homosexual, pero que están luchando contra el pecado. Dios puede rescatarlos de eso, al igual que puede rescatarnos a ti y a mí de nuestras tendencias a cualquiera que sea nuestro "talón de Aquiles" del pecado --y el nuestro puede ser totalmente diferente. Pero imploro a los cristianos que, al enfrentar el tema de la homosexualidad, no huyan del problema, enfréntenlo. Amen al pecador mientras aborrecen el pecado. Eso es lo que hizo Jesús, eso es lo que él esperaba que hiciéramos con respecto al pecado de la homosexualidad, así como los pecados de la prostitución, la dependencia química, la ira y todos los demás pecados.

Hace años, el *Interpreter's Bible* (un comentario sobre la Biblia) escribió sobre Romanos 1:27: "El tema es uno, en el que, debe ser enfrentado en la honestidad, pero uno en el que ningún hombre de fino sentimiento debe detenerse".

Supongo que eso ha descrito nuestra perspectiva sobre la homosexualidad y el comportamiento homosexual durante décadas. Me temo que vivimos en una época en la que nuestras mentes deben detenerse en ello por más tiempo, debido al lugar que ha tomado en nuestra sociedad.

[*Amazing Grace* Lección #1013]

## **Preguntas:**

1. Desde la creación la homosexualidad ha sido aceptada o tolerada por la sociedad?

Verdadero \_\_\_ Falso \_\_\_

2. Un acto homosexual es una relación sexual entre dos miembros del mismo sexo?

Verdadero \_\_\_ Falso \_\_\_

3. La orientación homosexual es una tendencia o deseo hacia la relación homosexual sobre la heterosexual?

Verdadero \_\_\_ Falso \_\_\_

4. Los hombres de Sodoma y Gomorra se entregaron a la perversión sexual?

Verdadero \_\_\_ Falso \_\_\_

5. Toda actividad sexual fuera del matrimonio, es decir, la homosexualidad y la fornicación, ¿es pecado?

Verdadero \_\_\_ Falso \_\_\_

6. El apóstol Pablo condenó la homosexualidad y se le cita diciendo *"Incluso las mujeres cambiaron las relaciones naturales por las antinaturales. Del mismo modo, los hombres también abandonaron las relaciones naturales con las mujeres y se inflamaron de lujuria entre ellos."*

Verdadero \_\_\_ Falso \_\_\_

## Capítulo 6

### **Liberados de la Dependencia Química**

Un predicador miraba a su congregación de 300 miembros. Cada asistente se caracteriza por tener una cara sonriente, ropa bonita, pelo peinado y dientes pulidos. El predicador acababa de pronunciar un fuerte sermón sobre el estilo de vida cristiano, que incluía un recital sobre los males de la bebida y una apasionada advertencia a su gente para que se abstuviera totalmente de consumir ocasionalmente incluso alcohol o drogas más fuertes.

Al concluir su lección, mira a la multitud suponiendo en el fondo de su corazón que tal vez unos pocos beberían en alguna ocasión, pero se siente seguro de que ninguno de sus miembros tiene un problema serio con la bebida o con las drogas. No se da cuenta de que, a mitad de camino, a la izquierda, se encuentra Mike. Mike es un estudiante de medicina de 24 años que imparte la clase de jóvenes de la iglesia donde asiste. Forma parte del comité de misiones y todo el mundo le admira por su celo, su trabajo y su dedicación. Pero lo que nadie sabe es que el padre de Mike vive en otra ciudad y es alcohólico, y que Mike se ve impulsado compulsivamente a conseguir logros cada vez mayores en un vano intento de ganarse la aprobación de su padre y de elevar su propia autoestima. Todo el mundo en la iglesia piensa que Mike tiene todo bajo control. Creen que tiene una relación sana y vital con Dios. Pero lo que no ven es un profundo sentimiento de inutilidad que está llevando a Mike a una úlcera.

Cuatro filas detrás de Mike están Clarence y Sharon. Sharon asiste fielmente mientras que Clarence sólo viene una vez al mes. El predicador sabe que Clarence es un hombre de negocios muy exitoso. Ha oído que gana más de seis cifras, lo que no sabe es que Clarence es alcohólico. Y cuando se emborracha, se vuelve malo, violento y golpea a Sharon.

Al otro lado del pasillo están Tim y Allison, y su pequeña hija Amanda. El predicador ha oído que tienen problemas, incluso que se han separado durante un tiempo. Esta misma semana se ha enterado de que Tim puede estar pasando por un mal momento en el trabajo. No tiene ni idea de que todo se debe a los excesos de cocaína de Tim cada dos semanas.

Luego, en la tercera fila, adelante a la derecha, está la dulce Emma. Ahora viuda, Emma fue miembro fundador de la congregación local cuando ésta comenzó hace 47 años. Siempre fiel a la asistencia, Emma empezó a faltar a algunos servicios últimamente, los amigos notaron que le temblaban las manos. Y temían que estuviera sufriendo las primeras fases de la enfermedad de Parkinson. No sabían que el temblor de sus manos se debía a la abstinencia temporal de los analgésicos que empezó a tomar hace dos años, tras una pequeña intervención quirúrgica, recetas que había rellenado repetidamente mintiendo a su médico y engañando a su farmacéutico.

En la fila de atrás está Marvin, cuyo hijo de 12 años murió a manos de un conductor ebrio. Enfrente, dos adolescentes que hicieron destrozos en la escuela de la zona después de haber bebido cerveza y fumada mariguana. La lista sigue y sigue y sigue. Ahora, amigos, los nombres que les he presentado son puramente hipotéticos, pero los escenarios que acabo de compartir con ustedes son reales. Ellos y cientos de otros se repiten en esta y en todas las iglesias del país. La dependencia química y el abuso de drogas están plagando nuestro país y destruyendo millones de vidas. Cinco de cada 12 personas han visto su vida afectada por la dependencia química.

Detengámonos unos instantes y consideremos de qué estamos hablando. ¿Qué entendemos por dependencia química? La dependencia química se define como el estado que resulta del proceso de recurrir cada vez más al uso de sustancias químicas para satisfacer las necesidades de la vida. En otras palabras, el producto químico puede ser el alcohol, la droga más extendida, peligrosa, costosa y mortal de nuestra cultura. Puede ser la nicotina, la cocaína, el crack, la heroína, las anfetaminas, la morfina, los tranquilizantes o cualquier número de medicamentos recetados. Si existe una dependencia de alguna sustancia química para pasar el día, la semana o para satisfacer las necesidades de la vida; sea cual sea la sustancia, eso se llama dependencia química. Puede significar tomar una copa al día. Puede significar tener que tomar varias bebidas cada dos horas. Puede significar un tranquilizante nocturno para poder dormir. Puede significar un atracón de cocaína cada dos fines de semana. Eso es dependencia química.

La dependencia química a menudo conduce a una adicción física. Ahora mira esa definición, vamos a entender de qué estamos hablando. La adicción física ocurre cuando las células del cuerpo cambian su funcionamiento debido al uso de ciertas sustancias. Una adicción física significa, literalmente, que estás alterado fisiológicamente y que tu cuerpo anhela esa sustancia química para poder funcionar.

Ahora permíteme decirte la tragedia de estas dos cosas. La dependencia química invariablemente no satisface las necesidades vitales que el usuario busca satisfacer. No mintamos al respecto. Una dosis de algo para un consumidor de drogas se siente bien inicialmente. Por eso la toman. Hay un placer. Pero en un corto período de tiempo, ese producto químico comienza a aislar a esas personas, las aísla de Dios, de otros que aman y de las cosas que realmente pueden satisfacer las necesidades de su vida. Después de un período de dependencia química comienza la adicción física y la adicción física es un proceso de muerte. A veces es lento, a menudo rápido, pero siempre fatal a menos que se rompa el ciclo y eso rara vez ocurre.

### **¿Qué tan devastador es el problema de la dependencia y el abuso?**

#### Es una catástrofe.

Las estadísticas del *Alcohol and Drug Council of Middle Tennessee* muestran que, en Nashville, Tennessee, las drogas están implicadas en el 50% de los abusos a los cónyuges, el 50% de las muertes por accidentes de tráfico, el 35% de los suicidios, el 62% de las agresiones, el 52% de las violaciones, el 49% de los asesinatos en los que está implicado el alcohol o la adicción a sustancias químicas, el 38% de los abusos a menores, el 68% de los homicidios y el 69% de los ahogamientos.

Pero el que realmente me dejó boquiabierto fue un artículo del *Tennessean* de 1994 que decía que, en Nashville, más del 80 por ciento de los delincuentes condenados localmente lo son por un delito relacionado con las drogas. Dejemos que eso se asimile. Si no fuera por las drogas, se podría sacar de la cárcel a cuatro de cada cinco condenados en nuestra comunidad. Está destruyendo vidas, está destruyendo familias.

#### Nos está arrasando.

Es la herramienta que Satanás está usando para matarnos. A nivel nacional en 1960, en nuestro país hubo menos de 30,000 arrestos por ofensas relacionadas con drogas. En 1990, había más de un millón. Hoy, en 1994, las celdas de las prisiones americanas están llenas de traficantes de drogas, adictos, alcohólicos y enfermos mentales, a menudo enfermos mentales debido al abuso de sustancias.

Algunas personas tienden a decir: "Bueno, pongamos más de ellos en prisión". Ya tenemos cuatro millones de ellos en prisión ahora mismo. Hoy en día, Estados Unidos tiene el mayor porcentaje de encarcelamiento de cualquier país industrializado del mundo. Quinientos diecinueve de cada 100.000 ciudadanos estadounidenses están en prisión; el 80 por ciento de ellos debido a las drogas. Compárese Estados Unidos con Canadá, que tiene 116 por cada 100.000 y en Japón sólo 36 por cada 100.000. Los casos relacionados con las drogas son tan epidémicos que las salas de justicia de nuestra nación se están volviendo impotentes.

Médicamente en nuestro país, las drogas nos están costando 75 mil millones de dólares al año; y medio millón de recién nacidos cada año. Esto me rompe el corazón. Medio millón de recién nacidos cada año están expuestos a las drogas durante el embarazo. Los bebés adictos al crack, que hace una década eran una rareza, hoy se agolpan y llenan salas de pediatría de 2.000 dólares al día. Es una catástrofe.

### Causas específicas.

La causa no empezó como una epidemia; se remonta al uno a uno. ¿Por qué la gente se mete con las drogas? ¿Cuál es la raíz? Ya las conoces.

" La presión de los compañeros - Esta presión afecta especialmente a los jóvenes. Su curiosidad quiere saber de qué se trata. A algunos les gusta jugar con fuego. No sé por qué, pero lo hacen.

" Dolor - Todo alcohólico busca aliviar el dolor. Es la razón número uno para beber. Puede ser emocional, físico o psicológico. Pero el dolor es una razón.

" Falta de autoestima - Los jóvenes que recurren a las drogas suelen ser los más inseguros. Algunos son grandes y atrevidos y tienen mucho braveado, pero cuando atraviesan eso, son ellos los que son inseguros. A los adultos les pasa lo mismo. La idea del cóctel es la idea de que no puedo relacionarme en mi estado natural, pero dame un poco de química y me soltaré. Seré aceptable, tengo autoestima.

### Raíz de la causa.

Algunos van a pensar que esto es simplista, pero es la verdad. La raíz de la epidemia se remonta al Jardín del Edén. Cuando Adán y Eva eligieron pecar, perdieron la vida. Perdieron la vida real, es decir, no sólo perdieron una cantidad infinita de vida en lo que entonces era una tierra perfecta, sino que perdieron la calidad de vida. Antes de ese momento, no sabían lo que era el dolor, no sabían lo que era la frustración, no sabían lo que era la preocupación. No sabían lo que era estar triste. Tenían un sentido absoluto de la vida. Pero cuando pecaron, lo perdieron, y lo perdieron para todos nosotros. Durante siglos, hombres y mujeres han intentado recuperarlo. Hemos probado con las drogas, el dinero, el poder, el trabajo, el juego, la religión y otras mil cosas más.

### Mensaje Central.

Sólo hay una cosa que recuperará la vida real que se perdió en el Jardín del Edén, es Jesucristo.

Jesús hablaba a menudo de ser la vida... Dijo: "*Yo soy el pan de vida*" (Juan 6:48), "*Yo soy el camino, yo soy la verdad, yo soy la vida*" (Juan 14:6), "*Yo he venido para que tengan vida y la tengan en abundancia*" (Juan 10:10) y "*Yo soy la resurrección y la vida*" (Juan 11:25). Once veces diferentes en los relatos evangélicos, Jesús dijo: "*Yo soy la vida*". Él es la vida que hemos perdido. Una relación genuina con Jesús es lo único que puede reemplazar lo que se perdió en el Edén. Usar cualquier otra cosa para tratar de llenar ese vacío es pecado.

### Pecado.

¿Sabes qué significa la palabra "pecado"? En hebreo significa "errar el blanco." Se usaba para referirse a un arquero que fallaba el blanco. Por cierto, escucho esta pregunta todo el tiempo. ¿Es el alcoholismo un pecado, o es una enfermedad? ¿La dependencia química es un pecado o es una enfermedad? Siempre se pregunta como si tuviera que ser una u otra. La

verdad es que es ambas cosas. ¡ES AMBAS COSAS! Es pecado, como el materialismo, o la avaricia, o la adicción al trabajo, o mil otras cosas, se pierde totalmente el objetivo en la búsqueda de la vida real. Es pecado, pero también lo son muchas otras. Pero se convierte en una enfermedad una vez elegida y frecuentada. Esas sustancias químicas atormentan y asolan el cuerpo, literalmente, más allá del control del individuo.

Para alrededor del 10% de nuestra población que es alcohólica, una vez que empiezan a beber, la combinación de su físico, su constitución psicológica, y el poder de la droga, hace que sea prácticamente imposible que dejen de hacerlo por pura fuerza de voluntad. Algo tendrá que intervenir. Para nosotros, mirar piadosamente a una persona que es alcohólica y decirle "Deja de beber" sería como decirle a un ahogado "Empieza a nadar". Ambos lo harían si pudieran. No pueden.

### Esclavización

Los poderes adictivos psicológicos y físicos de las drogas son increíbles. En 1 Corintios 6:12, los Corintios decían: "*Todo me está permitido, todo me está permitido*". Estaban haciendo mal uso de su libertad. Pablo dice (los está citando) "*Todo me está permitido, pero no me dejaré dominar por nada*". Lee otra vez ese último punto, "No me dejaré dominar por nada". El hecho es que aquellos que hacen tonterías con las drogas, se convierten en tontos. Serán dominados por esas sustancias hasta el punto de tener que inhalar, drogarse, beber, fumar, tomar una pastilla o un trago, lo que sea.

Pablo dice que somos esclavos del pecado o somos esclavos de Dios. "*Hablo en términos humanos, por la debilidad de su naturaleza humana*". Ahora no lo admitimos, pero cada uno de nosotros es débil. Somos débiles como gatitos. "*Así como para practicar la iniquidad presentaron sus miembros para servir a la impureza y la maldad, ahora, para practicar la santidad, presenten sus miembros para servir a la justicia*". (Romanos 6:19) Dice que no se ofrezcan de esa manera. Pero les diré algo sobre la esclavitud de la droga. Aquí está la clave: Satanás, si recuerdas en Juan 8:44, es llamado por Jesús un mentiroso, y el padre de todas las mentiras. ¿Sabes lo que Satanás le dice a los que dependen de las drogas, y a aquellos de ustedes que son dependientes de las drogas? ¿Sabes lo que les dice? Les dice una y otra vez, que pueden dejar de hacerlo cuando quieran. ¿Sabes lo que hacen los dependientes de las drogas? Dejarán de hacerlo por un tiempo, sólo para darse una falsa prueba de que pueden hacerlo. Pero no pueden.

Hoy en día hay 18 millones de alcohólicos en Estados Unidos, sólo una droga, 18 millones de alcohólicos. Sólo el 15% busca ayuda. ¿Sabes por qué sólo tres millones buscan ayuda? Es porque los otros 15 millones creen la mentira. Creen la mentira de que han dominado la droga, cuando la droga los ha dominado a ellos.

### **El Remedio**

La fuerza de voluntad no puede hacerlo. ¿Es un ciclo absolutamente interminable? No, hay un remedio para la persona que depende de las drogas.

#### 1. Darse cuenta de lo inadecuado y destructivo del abuso de drogas.

En primer lugar, la persona debe darse cuenta de lo inadecuado y destructivo del abuso de drogas. La persona debe llegar a un punto en el que continuar en el camino actual sea más doloroso de lo que sería recuperarse. En otras palabras, la persona tiene que darse cuenta de su dependencia a las drogas. El primer paso del programa de 12 pasos desarrollado por Alcohólicos Anónimos es (y este es el fundamento): Cuando un individuo venga y diga en presencia de otros: "Admito que soy impotente ante el alcohol y que mi vida se ha vuelto ingobernable". Hasta que no estén dispuestos a admitirlo, no habrá ayuda. Cuando lo admiten, la puerta se abre.

#### 2. Crear que Cristo puede llenar el vacío en la vida.

Él o ella debe creer que Cristo puede llenar el vacío en la vida. Usted dice, ¿qué vacío? El vacío del que hablamos antes. El vacío creado cuando el pecado entró en el mundo, el vacío que la droga y los productos químicos tratan de llenar en primer lugar para ayudarte a pasar el día, para superar el dolor o para darte el "subidón". Ellos no lo hacen, pero Jesús sí. Él es el camino, la verdad y la vida.

Amigos, Esto no es algo nuevo, se remonta a 2.000 años atrás cuando Pablo dijo en Efesios 5:18, *"No se emborrachen con vino"*. Ahí está la droga del alcohol. El dijo, que eso no llena el vacío. *"más bien, llénense del Espíritu"*. ¿De qué está hablando? El está hablando del Espíritu de Cristo, el Espíritu de Dios y el Espíritu Santo que Dios deja morar en ti cuando vienes a Cristo. Por cierto, el segundo paso en Alcohólicos Anónimos, es decir: "He llegado a creer en un poder superior a mí mismo que puede devolverme la cordura". Tienen razón, sólo que yo voy a ir más allá. La fuente de ese poder es Jesucristo. Él y sólo Él te devolverá la cordura en última instancia.

### 3. Formar parte de una comunidad de salud.

La persona dependiente pasa a formar parte de una comunidad de salud. Una "comunidad de tratamiento" puede ser Alcohólicos Anónimos (AA) u otro grupo de apoyo. Pero quiero que escuches esto y que lo escuches bien. No estamos hablando solo con gente con dependencias, estamos hablando con mucha gente que es parte de una familia, se vuelve co-dependiente. Una persona con dependencias químicas no puede mejorar por sí misma. ¿Has oído eso? Na persona con dependencias químicas no puede mejorar por sí misma. No identificará el problema por sí misma. No buscará ayuda por sí misma. Solos, no seguirán el curso de la recuperación. Es por eso por lo que Dios fue tan sabio cuando dijo en el Eclesiastés 4:9-11, *"Más valen dos que uno, pues trabajando unidos les va mejor a ambos. Si uno cae, el otro lo levanta. En cambio, al que está solo le va muy mal cuando cae porque no hay quien lo ayude"*.

La recuperación de la dependencia química es un proceso que dura toda la vida. Por eso se puede ver a alcohólicos que llevan 10 años sobrios asistiendo a las reuniones de AA, porque la persona dependiente tiene que formar parte de una comunidad de recuperación. Ahora quiero decir algo a la gente de la iglesia. Amigos, esa debería ser la iglesia. ¿Me escuchan? Es una pena que un programa como Alcohólicos Anónimos no haya surgido en las iglesias, sino fuera de ellas.

En 1978, en una encuesta de *Gallup*, uno de cada cuatro estadounidenses admitió tener un problema personal con el alcohol. Pero sólo el ocho por ciento dijo que acudiría a la iglesia o a su personal capacitado si ellos o un miembro de la familia tuvieran un problema con la bebida; sólo el ocho por ciento. Verán, hemos hecho un trabajo terriblemente bueno señalando que perseguir una droga está mal, no hemos hecho un trabajo muy bueno tratando de extender una mano y diciendo: "Aquí está la manera de arreglarlo. Así es como se arregla". Tenemos que hacer ambas cosas.

Gálatas 6:1 dice: *"Hermanos, es posible que alguno de ustedes caiga en la trampa del pecado. Ustedes, que son guiados por el Espíritu, acérquense a él y ayúdenle a corregir su error."* Y luego el siguiente verso dice: *"Sobrelleven los unos las cargas de los otros"*. Y la palabra allí significa un viaje prolongado, no sólo decir: "Debes dejar eso". Toma la carga y ponla en tu espalda y llévala con ellos durante un largo camino.

### 4. Se franco y honesto sobre la manipulación, la mentira y la racionalización.

La persona con dependencias químicas debe ser franca y honesta sobre su manipulación, su mentira, su racionalización, porque todas las personas adictas a las drogas pasan por eso. Mienten a todo el mundo.

*"Si confesamos nuestros pecados, Dios nos perdonará. Él es fiel y justo para limpiarnos de toda maldad"*. (1 Juan 1:9)  
Tiene que admitir su situación. Eso libera su espíritu.

### 5. Re-aprender hábitos de una vida saludable.

La persona con dependencias químicas vuelve a aprender hábitos de una vida saludable.

### 6. El papel de la familia.

a) Mantener el amor ágape por el adicto, por el dependiente. Eso significa un amor que busca lo mejor para ellos, nunca se rinde, sino que hace lo mejor.

b) No ayudar o instigar el mal comportamiento del dependiente. No eches leña fuego. Mantén el amor ágape. Sé como el padre de la parábola del hijo pródigo. No siguió enviando dinero. Sabía que el chico tenía que entrar en razón; tenía que volver a casa.

c) Enfrentate con cuidado. A veces hay que confrontar. El adicto no mejorará bien solos. Tienes que mostrarles lo que está pasando en sus vidas. ¿Sabes cuántas confrontaciones se necesitan en promedio para que una persona dependiente busque la recuperación? Cincuenta y cuatro, ¡sí 54! Si vives con un alcohólico, si vives con un drogadicto y has intentado una y otra vez ayudarles a buscar la ayuda que necesita, anímate con esa estadística.

Si estás persiguiendo cualquier cosa que te dé un verdadero significado en la vida que no sea Jesús, estas fallando tu objetivo. Puede ser tu trabajo, puede ser solo entretenimiento, puede ser tus finanzas; o lo que sea. Si hoy eres dependiente de químicos o sea adicto, espero que estés en el punto en el que dirás, en presencia de alguien como tu familia, o un grupo pequeño, hoy mismo: "Mi vida se ha vuelto ingobernable, y soy impotente para cambiarla". Hasta que hagas esto, seguirás esclavizado. [Amazing Grace Lección #1202]

### Preguntas:

1. La dependencia química es el proceso de recurrir cada vez más al uso de sustancias químicas para satisfacer las necesidades de la vida.

Verdadero \_\_\_ Falso \_\_\_

2. La dependencia química nunca conduce a la dependencia física.

Verdadero \_\_\_ Falso \_\_\_

3. ¿Por qué la gente se mete en las drogas?

- A. \_\_\_ Presión de los compañeros
- B. \_\_\_ Dolor
- C. \_\_\_ Falta de autoestima
- D. \_\_\_ Todo lo anterior
- E. \_\_\_ Ninguna de las anteriores

4. La raíz de la dependencia química es

- A. \_\_\_ "Uno así nace"
- B. \_\_\_ La sociedad
- C. \_\_\_ El hambre
- D. \_\_\_ Pecado

5. Uno puede dejar de ser dependiente cuando lo desee

Verdadero \_\_\_ Falso \_\_\_

6. Para liberarse y sanar de la dependencia química uno tiene que...

- A. \_\_\_ Darse cuenta de lo incorrecto y destructivo del abuso de drogas
- B. \_\_\_ Creer que Cristo puede llenar el vacío en la vida.
- C. \_\_\_ Formar parte de una comunidad de apoyo
- D. \_\_\_ Ser abierto y honesto sobre la manipulación, la mentira y la racionalización.
- E. \_\_\_ Reaprender habilidades de vida saludable.
- F. \_\_\_ Todo lo anterior
- G. \_\_\_ Ninguna de las anteriores

7. El amor familiar se enfrentará a la dependencia química pero no la financiará

Verdadero \_\_\_ Falso \_\_\_

8. ¿Cuántas confrontaciones hacen falta para que una persona dependiente de sustancias químicas busque la recuperación?

- A. \_\_\_ 24

- B. \_\_\_ 54
- C. \_\_\_ 84
- D. \_\_\_ 104
- E. \_\_\_ 1004

## Capítulo 7

# Superando la Procrastinación

### Introducción:

Procrastinación... millones de vidas son menos de lo que pueden o deberían ser espiritual, física, intelectual, emocionalmente, etc., porque perpetuamente procrastinan. ¿Cómo podemos liberarnos de la procrastinación?

La procrastinación es un problema universal que la mayoría de nosotros pospone. La mayoría de nosotros sabemos lo que hay que hacer, pero tendemos a posponerlo y, después de un tiempo, se convierte en nuestro estilo de vida. ¿Es usted un procrastinador? ¿Aplazas constantemente las cosas? ¿Te describe este pequeño poema?

Procrastinar es mi pecado,  
Sólo me trae tristeza.  
Sé que debería dejarlo,  
De hecho, lo haré, mañana.

Esta lección analiza las causas, los costos y la solución de la procrastinación.

### Causas

#### 1. La indecisión.

¿Has estado alguna vez en un restaurante, se acerca el mesero y haces que se vaya porque no te decides? O, ¿alguna vez has examinado el menú, has pedido y después de que llegue el plato principal dices: "Ojalá hubiera elegido lo que has pedido". La indecisión nos hace procrastinar, nos hace posponer la compra de un coche, la elección de una universidad o el cambio de trabajo.

#### 2. El miedo.

Cuando tengo miedo aplazo las cosas. ¿Alguien ha pospuesto alguna vez una visita al dentista que sabe que necesita? ¿Alguien ha pospuesto una cirugía que necesita? ¿Ha pospuesto compartir su fe con un compañero de trabajo? ¿Por qué? Es porque tienes miedo. El miedo nos hace procrastinar.

#### 3. Perfeccionismo.

El perfeccionismo tiende a hacernos procrastinar. Salomón dijo: "*Quien mira el viento, no plantará; quien mira las nubes, no cosechará*". (Eclesiastés 11:4) En otras palabras, si esperas a que todo esté bien, las nubes y la presión barométrica, nunca lo lograrás. *La Nueva Biblia Viva* (NBV) parafrasea ese versículo: "*Si esperas condiciones perfectas, nunca realizarás nada*". Amén. El perfeccionismo provocará la procrastinación.

#### 4. La ira.

La procrastinación puede ser una forma de vengarse de la gente que no nos gusta, o de la gente a la que no queremos complacer.

¿Alguno de ustedes, que son padres, les ha dicho alguna vez a sus hijos: "¿Apaga la televisión, lávate las manos y ven a la mesa a comer"? Dos minutos después repiten: "Apaga la tele, lávate las manos y ven a la mesa a comer" Cinco minutos

después: "...". ¿Por qué? ¿Es porque el programa es muy bueno, o porque los niños son maestros en procrastinar para hacerte saber que quieren su independencia?

¿Alguien tiene un compañero al que lleva meses pidiéndole que haga una determinada cosa y no lo hace? Una de las razones puede ser que se resistan a tu control. La procrastinación es a veces una forma de resistencia pasiva. Puede ser causada por la ira.

## 5. La Pereza.

La más frecuente de todas las causas es pura y simplemente, la pereza. Los Proverbios usa una palabra para referirse a una persona perezosa; "babosa" y se refiere a un molusco que se arrastra lentamente del cual estamos bien familiarizados. "*El perezoso [babosa] desea y nada consigue, pero el que es diligente será prosperado*". (Proverbios 13:4)

Nuestra generación tiene una baja tolerancia al sacrificio y al dolor. Recuerdo cuando mi bisabuelo trabajó diligentemente en el campo hasta sus primeros 80 años. En cambio, a nuestra cultura de "teleadictos" le encanta la palabra "fácil". Si es fácil, me gusta, si es difícil, no. ¿Has visto con qué frecuencia se utiliza la palabra "fácil" en la publicidad? Fácil de usar, fácil de aplicar, fácil de conseguir. ¿Se convertirían libros en *bestsellers* con los siguientes títulos? "Diez Pasos Difíciles Para Cambiar Tu Vida" o "Siete Maneras Dolorosas Para Ponerte en Forma" ¿Quién los compraría? Queremos todo fácil. Dos conceptos erróneos comunes sobre la procrastinación son (a) "Es más fácil evitar este problema que afrontarlo" y (b) "Será más fácil de manejar mañana". No, cuanto más se retrase, más difícil será. Rara vez es más fácil mañana.

## **El Costo**

### 1. La procrastinación crea obstáculos.

"*El camino del perezoso (el procrastinador perezoso) está plagado de espinas*". (Proverbios 15:19) La procrastinación siempre empeora el problema. ¿Qué sucede cuando pospones ese techo con goteras, y lo pospones, y lo pospones? ¿Necesitas un nuevo techo! ¿Alguien ha tenido alguna vez una reparación importante del motor porque ha pospuesto la revisión o el cambio de aceite de su coche? La demora convierte un problema en una crisis. Crea obstáculos y eso es costoso.

### 2. La procrastinación desperdicia oportunidades.

"*El perezoso no ara a tiempo, así que en el tiempo de la cosecha no encuentra nada*". (Proverbios 20:4) El procrastinador no aprovecha la oportunidad de sembrar, así que no cosecha. Cuando la oportunidad llama, abre la puerta.

*John Greenleaf Whittier* dijo: "Las palabras más tristes de la lengua de los hombres son: 'Podría haber sido'. 'Si sólo' son dos de las palabras más inútiles del idioma inglés. Mientras lo posponemos, la vida pasa. La procrastinación desperdicia la oportunidad.

### 3. La procrastinación perjudica a otras personas.

La pereza nos impide ser cordiales. El amor requiere compromiso y esfuerzo. Mucha gente no quiere hacer ese esfuerzo.

Es más fácil ser perezoso, que ser amoroso. No puedo decirte cuántos matrimonios se rompen simplemente porque dos personas son perezosas. Aplazan lo que saben que deben hacer. He escuchado a parejas sentadas en mi oficina decir: "Sé lo que debería hacer, pero simplemente no puedo". No, no es que no puedas, es que no quieres. Crees que lo pospondrás y que mejorará.

Las personas que procrastinan perjudican a sus hijos. Los padres perezosos producen hijos problemáticos. Crea problemas con sus hijos si pospone (a) la enseñanza de los hechos de la vida, cuando sabe que lo necesitan, (b) la disciplina para formar el carácter y la responsabilidad y (c) pospone otras vacaciones familiares en las que se produce la unión familiar y se desarrollan los buenos recuerdos. Estás destruyendo a tus hijos. La procrastinación realmente hace daño a los demás.

## Remedios

### 1. Deja de poner excusas.

"*El perezoso dice: 'Hay un león afuera', o 'Me van a matar en la calle'*". (Proverbios 22:13) Si no has entendido el sentido de ese proverbio, déjame aclararlo. ¿Cuántos leones crees que rondan la Tierra de Israel en los días de Salomón? Salomón está diciendo que el procrastinador inventa todo tipo de excusas. Todos los demás tienen excusas, pero yo tengo razones. Esta semana me encontré con algo que me pareció genial. Era una lista de excusas que la gente había presentado a las compañías de seguros para cobrar por los accidentes. Una de ellas decía: "El tipo iba por toda la carretera. Tuve que desviarme varias veces antes de golpearlo". ¿Y esta otra? "Me aparté de la orilla, miré a mi suegra y caí en el desnivel". Otro dijo: "En mi intento de matar una mosca, me estrellé contra un poste telefónico". Me gusta esta: "Llevaba 40 años conduciendo mi coche cuando me quedé dormido y tuve un accidente". Bueno, no me extraña, es mucho tiempo. Como este tipo, hablando de una excusa, tratando de poner la responsabilidad en otro lugar. "El poste de teléfono se acercaba rápidamente; intenté desviarme de su trayectoria cuando golpeó mi parte delantera". Mi favorita es esta última: "El peatón no tenía ni idea de por dónde ir, así que lo atropellé".

¿Cuál es tu excusa? ¿Qué es lo que te lleva a decir: "Un día de estos..."? La Biblia dice: "*El hombre perezoso está lleno de excusas*". Benjamín Franklin dijo: "La gente que es buena para inventar excusas rara vez es buena para otra cosa". La excusa número uno que la gente usa para procrastinar "Cuando las cosas se calmen, voy a \_\_\_\_\_" (Llene el espacio en blanco.) Tengo noticias para todos ustedes. Las cosas nunca se calmarán. Solo se calmarán cuando el Señor venga de nuevo.

### 2. Deja de demorar.

Para el procrastinador "Uno de estos días" es "ninguno de estos días". Deja de demorar, hazlo hoy. Empieza ahora.

Si tiendes a procrastinar, estas tres palabras cambiarán tu vida. "Hazlo ahora". Escríbelo. Coge un marcador, y escríbelo en una cartulina; ponlo en tu refrigerador, en el espejo del baño, en tu escritorio o en la visera de tu coche. Ponlo frente a ti: "¡Hágalo ahora!". Cada vez que empieces a pensar: "Ya lo haré más tarde", mira esas tres palabras enfrente de ti y ¡hazlo ahora! La NASA nos dice que la mayor cantidad de energía que se gasta es la de sacar el cohete de la plataforma. Una vez que se pone en órbita, es pan comido. Deja de dar rodeos, ponte en marcha y si no puedes terminarlo hoy, haz una parte. Haz 10 minutos hoy, 10 minutos mañana y 10 minutos al día siguiente. Ve lo mucho que lograrás en seis cortas semanas. Te asombrará.

### 3. Empieza a programar.

"*Arregla tus negocios en la calle y realiza tus tareas en el campo, y luego podrás construir tu casa*". (Proverbios 24:27) En otras palabras, establece tus prioridades, lo que hay que hacer primero, y programa un tiempo para hacerlo. ¿Nunca tienes tiempo? ¡debes hacer tiempo!

Programa lo importante y lo no importante. Programa tiempo para el estudio bíblico personal y familiar, tiempo para estar con su esposa, tiempo adicional para la familia y programa tiempo para estar solo (tu tiempo tranquilo). Si no te comprometes a dedicar tiempo a las cosas, simplemente no se harán. Sin embargo, no basta con programar algo, sino que hay que trabajar el horario y más de una vez al día. En raras ocasiones, al esperar a alguien o por algo, puede ser imposible seguir trabajando en su tarea más prioritaria. Entonces trabaja en una tarea menos importante hasta que el obstáculo se elimine o se resuelva en la tarea de máxima prioridad.

"*Aprovecha cada oportunidad*". (Efesios 5:16) Hubo un famoso autor que escribió su primer libro mientras viajaba en el metro de Nueva York, y aprovechó al máximo cada oportunidad. Otro hombre memorizó mil versículos de la Biblia en los semáforos. ¡Eso es aprovechar al máximo cada oportunidad! Los hombres y mujeres sabios planifican, programan y ejecutan.

### 4. Enfréntate a tus miedos.

Recuerda que la principal causa de la procrastinación es el miedo. Cuando evitas algo, probablemente le tienes miedo. Identifícalo y enfréntate a él. El mayor miedo es el miedo al fracaso. Por eso aplazamos más cosas que cualquier otra cosa. Tenemos miedo a fracasar. Amigos, afrontadlo, el miedo no es un signo de debilidad, es un signo de humanidad. *Mark Twain* dijo: "El valor no es la ausencia de miedo, es seguir adelante a pesar de tu miedo". Si huyes de tus miedos, éstos se hacen más grandes. Si te enfrentas a ellos, se reducen.

Hay dos cosas que debes preguntarte cuando te enfrentas a un miedo: (a) "¿Qué es lo peor que puede pasar?" Normalmente no es tan malo como crees y (b) Recita Filipenses 4:13, "*Todo lo puedo en él que me fortalece*". Recita eso unas tres veces, y será más fácil afrontar lo que sea que tengas delante sabiendo que Dios te fortalece.

#### 5. Concéntrate en la recompensa de sus esfuerzos.

Hay muy pocas cosas en la vida que sean fáciles. La vida es dura. Hay que perseverar para ver la recompensa. Concéntrate en la ganancia más allá del dolor. Concéntrate en lo bien que te sentirás cuando termines la tarea.

He aquí una pequeña ilustración. Cuando los niños llegan a casa después del colegio, si se sientan y terminan primero los deberes, disfrutarán del resto de la tarde y disfrutarán más de la noche porque los deberes sin hacer no rondan por su cabeza. Es la filosofía "puedes pagar ahora y jugar después, o puedes jugar ahora y pagar después".

El principio es: "*No nos cansemos de hacer el bien, porque a su debido tiempo recogeremos la cosecha si no nos damos por vencidos.*" (Gálatas 6:9) La pregunta equivocada es "¿qué me apetece hacer?". La pregunta correcta es "qué quiere Dios que haga". Sólo una persona muy inmadura vive su vida según sus sentimientos. Todo lo anterior nos lleva a las siguientes dos preguntas.

#### **¿Qué es lo que hay que cambiar en tu vida?**

¿Es "un día de estos me voy a hacer cristiano"?

¿Es "uno de estos días voy a involucrarme en el ministerio que Dios me ha asignado"?

¿Es "uno de estos días voy a leer y estudiar la Biblia diariamente"?

¿Es "uno de estos días voy a dejar de beber, ser un mejor padre, pasar algún tiempo con la esposa y los hijos o lo que sea que he estado posponiendo y que sé que debe hacerse"?

#### **¿Qué se necesita para empezar?**

Dios dice: "Quiero ayudarte". El mayor error en la vida es posponer o retrasar la oportunidad de que Jesucristo te cambie y te salve.

"No conozco a nadie que no quiera eventualmente arreglar su vida con Dios. Ellos dicen, "Uno de estos días, voy a hacer ese compromiso. Uno de estos días, voy a poner mi vida en orden. Uno de estos días, voy a obedecer a Dios arrepintiéndome de mis pecados, confesando mi creencia de que Jesús es Dios, para ser sepultado para la remisión de mis pecados en el bautismo en agua y levantarme como un nuevo cristiano limpio siendo perdonado de todos mis pecados."

¿Por qué no ahora? Una buena intención no es más que una dilación. Ya conoces el viejo dicho, y es cierto: "El camino al infierno está empedrado de buenas intenciones". ¿Por qué no hoy?

[*Amazing Grace* Lección #1200]

#### **Preguntas:**

1. Las causas de la procrastinación.

- A. \_\_\_ Indecisión
- B. \_\_\_ Miedo
- C. \_\_\_ Perfeccionismo
- D. \_\_\_ Ira
- E. \_\_\_ Pereza

- F.  Todo lo anterior
- G.  A y C
- H.  A, D y E
- I.  B, C y D

2. El costo de la procrastinación.

- A.  Crea obstáculos. (Prov. 15:19)
- B.  Desperdicia oportunidades. (Prov. 20:4)
- C.  Perjudica a otras personas.
- D.  Todo lo anterior
- E.  A y B
- F.  A y C
- G.  B y C

3. La solución.

- A.  Deja de poner excusas. (Prov. 22:13)
- B.  Deja de demorar.
- C.  Empieza a programar. (Prov. 24:27)
- D.  Enfrentate a tus miedos. (Fil. 4:13)
- E.  Concéntrate en la recompensa de sus esfuerzos. (Gál. 6:9)
- F.  Todo lo anterior
- G.  A, B y C
- H.  A, C y D
- I.  B, C y E
- J.  B, C, D y E

4. La expresión favorita de un procrastinador es "un día de estos yo" mientras que la de Dios dice "Hoy es el Día".  
Verdadero  Falso

5. ¿Cuál es la cosa más importante que generalmente pospone un procrastinador?

- A.  Expresar su sentimiento de amor a un familiar
- B.  Decirle a alguien su dolor pidiendo perdón.
- C.  La salvación, la obediencia a Dios para obtener el perdón.

## Capítulo 8

### El Orgullo y la Humildad

Muchas personas desean la respuesta a las preguntas (1) ¿cómo me libero de la lujuria, las adicciones y las colgadas que desordenan la vida? y (2) ¿cómo obtengo el poder para hacer los cambios necesarios o cómo obtengo el poder de Dios en mi vida?

El punto de partida es admitir el problema, no sólo la manifestación física del problema, sino la raíz del problema. La raíz del problema es. "yo estoy al mando y no necesito a Dios". Ese era el problema que tenían Adán y Eva. Pablo luchó con eso en Romanos 7, y eso es nuestro problema.

La clave se encuentra en Santiago 4:6. Todo en el resto de la lección va a surgir de ese gran texto. Santiago dijo: *"Dios se opone a los soberbios, pero da gracia a los humildes"*. Vale la pena repetirlo. *"Dios se opone a los soberbios, pero da gracia a los humildes"*. La Biblia afirma que la clave del poder en tu vida es la humildad y la barrera clave para el poder de Dios es el orgullo, porque una persona llena de orgullo no puede ver la necesidad de cambiar o mejorar. Sólo cuando uno está lleno de humildad, se le dará el poder para cambiar.

La Biblia habla de dos tipos de orgullo. Realmente hay una clase de orgullo bueno. Si no lo cree, lea Gálatas 6:4, o 2 Corintios 7:4. El tipo de orgullo bueno es sinónimo de respeto por uno mismo, de satisfacción por el trabajo bien hecho y de alegrarse al ver a los demás tener éxito. Sólo dos o tres veces en la Biblia se ve el orgullo referido de esa manera. El 99% de las veces se habla del orgullo de una manera muy negativa, cuando se relaciona con la presunción, el egoísmo, la arrogancia o el egoísmo. Alguien dijo: "El egoísmo es la única enfermedad que, cuando se tiene, enferma a todos los demás". Observando a una serie de personas famosas e importantes, se puede ver cómo uno puede ser fácilmente víctima.

¿Recuerdan a *Muhammad Ali* --ustedes de mi generación o de más edad-- y lo descarado y orgulloso que era *Ali* en su mejor momento? Se cuenta que una vez *Ali* estaba en un avión que estaba a punto de despegar. El auxiliar de vuelo se acercó a *Ali* y le dijo: "Señor, tendrá que abrocharse el cinturón". *Ali*, con su típica actitud altanera, dijo: "Superman no necesita ningún cinturón de seguridad". A lo que la azafata respondió: "El superhombre tampoco necesita un avión". Se abrochó el cinturón.

El orgullo es muy fácil de ver en los demás, pero es difícil de ver en nosotros mismos, pero está ahí. No es sólo el problema básico del ser humano, es tu problema básico, y es mi problema básico también.

### **Orgullo que lleva a otros problemas.**

#### 1. El orgullo impide el crecimiento personal.

Crees que lo tienes todo y que no necesitas cambiar, crecer o mejorar. Tienes el orgullo habitando en tu espíritu. Alguien dijo: "Cuando la cabeza empieza a hincharse, la mente deja de crecer". La única forma segura de saber que necesitas esta lección es si no crees que la necesitas.

Salomón dijo *"¿Has visto gente sabia en su propia opinión? ¡Más esperanza tiene el necio que esa gente!"*. (Proverbios 26:12) *"Acatar la corrección conduce a la vida; desechar la repreensión es perder el camino"*. (Proverbios 10:17) Estos dos versículos juntos están diciendo que el hombre o la mujer orgullosos sólo se guían por la autoevaluación. Piensan que saben todo lo que hay que saber y no tiene sentido recibir consejo de otros.

Si tienes problemas matrimoniales y no quieres hablar con nadie de ello, eso es orgullo. Eso es todo lo que es, puro y simple. Si tienes dificultades financieras y no buscas consejo al respecto, eso es sólo tu orgullo. Si estás fracasando en tu trabajo, en la escuela o en alguna relación y sólo tratas de encubrirlo, eso es orgullo. Con demasiada frecuencia preferimos parecer inteligentes que serlo. La manera de ser inteligente es siendo humilde. El orgullo impide que uno crezca.

#### 2. El orgullo sabotea mis relaciones.

El orgullo es la raíz de todos los conflictos y la falta de armonía en las relaciones. Cuando uno actúa por orgullo, tiende a ser exigente, poco comprensivo, incluso odioso y grosero.

¿Has visto alguna vez a una persona orgullosa tratar a un camarero en un restaurante de lujo? Es desagradable, son exigentes y nunca están satisfechos. El orgullo nos hace guardar rencor y llevar la cuenta. Nos hace incapaces de admitir que nos equivocamos. *"La soberbia sólo engendra peleas"*. (Proverbios 13:10) Voy a repetirlo. *"La soberbia sólo engendra peleas"*.

La raíz de prácticamente todas las discusiones o peleas en un matrimonio es el orgullo. Usted no quiere admitir que su esposo o esposa puede tener parte de razón. Tantos conflictos familiares podrían resolverse si pudiéramos tragarnos nuestro orgullo.

¿Cuántas veces crees que se ha representado este escenario? Un joven se pone rebelde y confronta a su padre y éste pierde los nervios y le dice: "Vete de casa y no vuelvas". Se distancian durante quién sabe cuánto tiempo porque ninguno de los dos se puede forzar a pronunciar estas cuatro palabras más difíciles del idioma: "Me equivoqué. Lo siento". El orgullo destruye las relaciones, y el orgullo también produce estrés y ansiedad.

El enfoque de una persona orgullosa está en el "yo". Está en "mi estatus" y "mi imagen". Los políticos tienen ahora asesores de imagen. No les importa la verdad, sólo quieren que la imagen sea correcta. La imagen lo es todo. Pero realmente revela una inseguridad y un sentimiento de inferioridad.

¿Has visto alguna vez en FOX, CNN u otro canal una de las cumbres mundiales, o una reunión de la ONU a esos dictadores y a embajadores de los países más pequeños entrar desfilando en uniformes brillantemente adornados con ocho hileras de barras y cuarenta medallas? Mientras otros entran simplemente con un modesto traje oscuro. ¿Por qué? No necesitan impresionar a nadie. Están seguros.

*Tony Campolo*, uno de mis autores favoritos, dijo: "El orgullo suele destruir a los que más queremos". El orgullo de los padres puede llevar a la destrucción de los hijos. Las personas que quieren demostrar que son mejores que los demás suelen utilizar a sus hijos con este fin. *Campolo* va y explica lo que ya sabemos. "Cuántos padres se han enorgullecido de las notas de sus hijos, de su carrera deportiva, de la belleza de sus hijos, y todo bajo el pretexto de hacerlo para su bien. Están destrozando su psique, mientras inflan su propio ego personal". *Campolo* concluye diciendo: "La felicidad es a menudo la víctima del orgullo".

Proverbios 29:25 dice que es algo peligroso preocuparse por lo que los demás piensen de ti. El orgullo causa ansiedad y estrés porque si estoy tratando de vivir una imagen, pero por dentro soy otra cosa, me estreso, me desanimo y me desilusiono. Por el contrario, lo primero que dijo Jesús nuestro Señor en el Sermón del Monte fue "*Felices los humildes*".

### **La felicidad a través de la humildad**

Si vas a liberarte de las cosas que te encadenan, no podrás hacerlo hasta que empieces a desarrollar la mentalidad de humildad. Este es el verdadero meollo de la lección.

#### 1. Reconoce honestamente tus debilidades.

*"El que oculta sus pecados no prospera, pero el que los confiesa y renuncia a ellos encuentra misericordia"*. (Proverbios 28:13) Si no admites tus debilidades, si no admites tus áreas perpetuas de fracaso espiritual, ni tú ni Dios podrán trabajar en ellas.

Me encanta la historia del adolescente que le dijo a su hermana: "Hermana, me temo que soy culpable del pecado de la vanidad". Ella lo miró y le dijo: "Tú, vanidad, ¿cómo?". Él contestó: "Pues porque cada vez que paso por el espejo, me sorprendo a mí mismo parándome a mirar y diciendo: "Vaya, qué guapo"". Ella se rió y dijo: "No, eso no es vanidad, es sólo ignorancia".

Muchos de ustedes se inclinarán y orarán esta noche antes de irse a dormir, y dirán: "Señor, si he cometido un pecado hoy". Deténganse ahí, deténganse y piensen. Deja el "si", porque no hay duda de que hoy has cometido un pecado. Tómate el tiempo para aislar el pecado en tu vida, particularmente el pecado perpetuo, el pecado que estás tratando de esconder en el armario. Tal vez sea tu aventura adúltera, tal vez sea tu lengua mentirosa, tal vez sea el odio de un padre, tal vez sea una relación rota en el trabajo o tal vez sea algo que estás fingiendo que no existe. Ponlo sobre la mesa y extiéndelo ante Dios. Hasta que no admitas tu debilidad, no conocerás la genuina humildad.

## 2. Evalúa tus fortalezas de manera realista.

El orgullo se basa en una falsa evaluación de uno mismo, pero la humildad se basa en la verdad. Jesús dijo: "*Conoceréis la verdad, y la verdad os hará libres*". Pablo dijo: "*No tengas más alto concepto de ti mismo que el que te corresponde, sino más bien piensa en ti con juicio sobrio*". (Romanos 12:3) En otras palabras, sé realista sobre quién eres. Algunas personas piensan que la humildad es un complejo de inferioridad. La humildad no consiste en decir: "Oh, soy miserable, horrible, sin valor o nada. Sólo soy un viejo gusano". Eso no es cierto. No eres un gusano, no eres nada, eres algo. Jesús no murió por nada. Cada uno de nosotros, es único en la creación, está hecho a imagen de Dios. El hecho es que tienes fortalezas. Todos nosotros las tenemos. Dios nos los dio, pero también somos débiles en algunas áreas. La humildad es ser honesto sobre tus debilidades y realista sobre tus fortalezas.

Me encanta la historia de la niña que entró en *Baskin Robbins*. Apenas podía ver por encima del mostrador y dijo: "Señor, quiero un helado en uno de esos vasos grandes, sin tapa, sólo una cuchara". El tipo la miró y le dijo: "Bueno, pequeña, ¿estás segura de que puedes comer todo eso?". "Oh, sí señor", dijo ella. "Soy mucho más grande por dentro que por fuera".

El orgullo es pretender que eres mucho más grande por fuera que por dentro. "*Cada uno debe evaluar sus propios actos y estar satisfecho de sus logros sin compararse con los demás*". (Gálatas 6:4) Ese es uno de los textos de mi vida. También hay un tipo de orgullo bueno. Pablo dijo: disfruta de tus propias habilidades, disfruta de tus propios éxitos, de un trabajo bien hecho, pero no compares. Hay dos razones para no comparar.

- a. Siempre puedes encontrar a alguien que no esté haciendo un trabajo tan bueno como el tuyo y te sentirás orgulloso.
- b. Siempre puedes encontrar a alguien que está haciendo un mejor trabajo que tú y te desanimarás.

Dios dice, no quiero que seas ninguno de esos. Te hice absolutamente único. Eres como el copo de nieve, no hay dos iguales. Dios sólo quiere que seas tú. Si no vas a ser tú, ¿quién va a ser tú? No te compares con otras personas - te sentirás orgulloso o desanimado.

Gálatas 6:4 es un mandamiento difícil de obedecer, especialmente en una cultura en la que todo se basa en la competencia. Seamos sinceros, en Estados Unidos sólo queremos a los mejores. Sólo queremos ganadores de medallas de oro. Sólo queremos al vendedor del año. Si ves durante el otoño durante el partido de fútbol cuando la cámara televisa la banca de los jugadores, ¿Qué dicen? --Su récord de equipo puede ser cuatro partidos ganados a siete perdidos--. pero mirarán a la cámara y dirán: "Somos el número uno, somos el número uno". ¿Cuántas veces has visto a un jugador de fútbol volverse a la cámara y decir: "¿Somos número cuatro, somos número cuatro, y estamos orgullosos de ello"? ¡No! ¡No! Ser el número uno no es de lo que se trata, nunca ha sido el estándar de Dios. Se trata de admitir tu debilidad honestamente mientras reconoces y usas tu fuerza.

## 3. Disfruta de tus éxitos con gratitud.

Pablo dijo "*¿Qué tienes que no hayas recibido? Y si no lo recibiste, ¿por qué te jactas como si lo hubieras recibido?*". (1 Corintios 4:7) ¿Sabes lo que Pablo estaba diciendo? Todo lo que tú y yo tenemos nos lo ha dado Dios. Decimos, he construido mi negocio con mis propias manos. Fue mi idea. Genial, pero ¿de dónde sacaste esa mente, tu salud o tus manos? Todo vino de Dios. ¿De dónde sacaste el ADN que formó tus cromosomas que te hicieron como eres? Verás, el hecho es que todos tenemos genes de diseño, si me permites el juego de palabras. Pero no los diseñamos nosotros, lo hizo Dios.

¿Cuántos de ustedes eligieron a sus padres, dónde iban a nacer o cuándo iban a nacer? Todos esos son regalos de Dios, y lo que haces con ellos es tu regalo a Dios. La humildad, pues, disfruta del éxito en la vida, pero lo hace con gratitud, conociendo el origen de ese éxito. "*Todo don bueno y perfecto descende del Padre*". (Santiago 1:17) Tenemos que recordar eso y la lección de la ballena. Cuando la ballena llega a la cima, y empieza a soplar, es cuando es arponeada. Un

minuto puedes ser un héroe, y al siguiente un cero. No olvides nunca que sólo hay 30 centímetros de diferencia entre una diadema y una soga de ahorcar. Lo que tenemos que hacer es disfrutar de nuestros éxitos con agradecimiento.

#### 4. Servir a otras personas de forma desinteresada.

En octubre de 1989, la revista *Psychology Today* ("Psicología de Hoy") hizo un gran artículo sobre la depresión. Se centraba en la epidemia en que se está convirtiendo la depresión mayor en nuestra cultura estadounidense. Se centraba especialmente en la generación llamadas "*Baby Boom*", personas entre 30 y 45 años. ¿Te das cuenta de que las personas que pertenecen a la generación del *Baby Boom* tienen entre tres y diez veces más probabilidades de sufrir una depresión grave que sus abuelos? Eso me parece extraño porque nuestros abuelos fueron los que pasaron por la Gran Depresión, (conocida como la "Crisis de 1929" que fue una gran crisis financiera a nivel mundial) ellos que tuvieron que luchar para criar a diez niños con la leche de una vaca. Quiero decir, ¿no es increíble?

Y continuaba: "Se puede rastrear a los acontecimientos históricos y culturales que han exaltado al individuo". En otras palabras, decía el artículo, la depresión es el resultado de la generación del "yo": yo, mi imagen y mis objetivos. Es simple y llanamente egoísmo y orgullo. Lo que descubrieron, es que una persona que está toda envuelta en sí misma hace un paquete bastante pequeño.

El artículo también afirmaba: "Al igual que la creencia en la nación se estaba desmoronando, y la creencia en Dios también se estaba desvaneciendo, la tasa de divorcios, que se había disparado, estaba erosionando la creencia en la familia. Cuando la gente deja de creer que su país es tan poderoso, que la familia puede ser una fuente de unidad y apoyo duraderos, o que una relación con Dios es importante, ¿a qué otra cosa puede recurrir para obtener identidad, satisfacción y esperanza? Entonces la gente sólo tiene una alternativa, se vuelve hacia sí misma y resulta la depresión".

En esa misma revista, había otro artículo llamado "Más allá del egoísmo". Tengan en cuenta que esto es *Psychology Today*. No trata de promover ningún valor cristiano en particular. Pero decía que el ayudar a otras personas supera la depresión. De hecho, el artículo decía que cuando uno ayuda a los demás, en realidad crea endorfinas en el cerebro. Algunos de ustedes que son corredores y atletas saben lo que son las endorfinas. Es la hormona química que literalmente da a los corredores un subidón. El artículo afirmaba que cuando te ofreces como voluntario para ayudar a otra persona, físicamente obtienes ese mismo efecto. "Ser voluntario para ayudar hace que la gente se sienta bien física y emocionalmente. Es como la calma que corredores sienten, es bueno para la salud".

Lo que *Psychology Today* dijo en 1989 fue simplemente reafirmar lo que Pablo dijo en Filipenses 2, hace más de 2.000 años. "*No hagan nada por rivalidad ni orgullo. Sean humildes y cada uno considere a los demás como más importantes que sí mismo. Que cada uno no busque su propio bien, sino el de los demás. Piensen y actúen como Jesucristo. Esa es la «misma manera de pensar» que les estoy pidiendo que tengan.*" (Filipenses 2:3) Pablo está diciendo que la humildad no es pensar mal de uno mismo, sino pensar más en los demás. El enfoque está fuera de mis necesidades, mis deseos, mis anhelos, y el enfoque está en lo que otras personas necesitan. Me gusta decirlo así: la humildad no es pensar menos en uno mismo, la humildad es pensar menos en uno mismo. El modelo es Jesús.

Cuando todos los apóstoles estaban en el Aposento Alto, demasiado orgullosos para lavarse los pies unos a otros, Jesús entró, tomó una palangana y una toalla, y comenzó a lavarles los pies. Esto los avergonzó mucho. Pero, la gente orgullosa e insegura no puede servir a los demás, están demasiado envueltos en sí mismos. Cada uno de nosotros necesita aligerar la introspección; es decir, ¿qué pasa conmigo? Simplemente hagámoslo, sirvamos a otras personas.

#### 5. Humillarme voluntariamente.

"*Humíllate ante el Señor, y él te levantará.*" (Santiago 4:10) Quiero que notes que la humildad es una elección, es un verbo. En ninguna parte de la Biblia se nos dice que pidamos a Dios que nos humille, es algo que debemos elegir. Elegimos actuar, hablar y pensar de manera humilde y la promesa es que, si nos humillamos, entonces Cristo nos levantará. Eso se llama una paradoja. Dios dice que el camino hacia arriba es hacia abajo. Cuanto más me humillo, cuanto más admito mis debilidades y reconozco mis fortalezas, disfruto de mis éxitos de forma agradecida, cuanto más sirvo a los

demás, más me eleva Dios. Pero lo contrario también es cierto, así como el camino hacia arriba es hacia abajo, el camino hacia abajo es hacia arriba.

*"Después del orgullo viene la caída; tras la arrogancia, el fracaso". (Proverbios 16:18) ¿Cuántas personificaciones de ese proverbio has visto? El momento en que empiezo a llenarme de orgullo, el momento en que pienso que tengo todas las respuestas, es el momento en que empiezo a caminar hacia el final de la rampa de desembarco. Si piensas que no necesitas a Dios, lo harás. Lo harás, es sólo cuestión de tiempo. Eso es cierto independientemente de que lo creas o no. Va a suceder. Pero cuantas más esperes para verlo, más perderás. En pocas palabras lo peor del orgullo es que corta todas las cosas maravillosas que Dios quiere darnos. Dios se opone a los orgullosos, pero da gracia a los humildes.*

[Amazing Grace Lección #1197]

### **Preguntas:**

1. Dios es...

- A.  Amor
- B.  Justo
- C.  Verdad
- D.  Misericordia
- E.  Paz
- F.  Todo lo anterior
- G.  A, B y C
- H.  A y C
- I.  A, C y E

2. Dios es el ejemplo perfecto de complacerse en hacer un buen trabajo sin ningún egoísmo o egocentrismo (orgullo) en lo que Él ha hecho.

Verdadero  Falso

3. Es el egoísmo, o egocentrismo, ¿la única enfermedad que enferma a todos los demás?

Verdadero  Falso

4. La desarmonía y los conflictos relacionales tienen sus raíces en el orgullo?

Verdadero  Falso

5. El orgullo se destruye con

- A.  La madurez, uno simplemente envejece
- B.  La educación
- C.  El trabajo duro
- D.  Humildad

6. El orgullo se basa en un autoexamen válido?

Verdadero  Falso

7. El orgullo es pretender ser más grande por fuera de lo que se es por dentro?

Verdadero  Falso

8. El orgullo es lo contrario de la humildad

Verdadero  Falso

9. Uno puede elegir ser orgulloso o humilde

Verdadero  Falso

## Capítulo 9

### Dando Pasos Hacia La Libertad

*"Les prometen libertad, pero ellos mismos son esclavos de hábitos que los destruirán, pues uno es esclavo de aquello que lo domina". (2 Pedro 2:19) Escuche de nuevo esa última frase. "...uno es esclavo de aquello que lo domina".*

No hace mucho, el *New York Times* publicó un artículo sobre las adicciones, y toda la premisa era que los estadounidenses parecen estar enganchados a esta idea de la adicción. No hace mucho tiempo, sólo se oía mencionar la idea de adicción en relación con las drogas y el alcohol. Ahora se dice que hay adicciones a todo tipo de cosas, comida, cigarrillos, ejercicio, relaciones, compras, trabajo, sexo y videojuegos. De hecho, ahora hay una publicación mensual llamada, *Lifeline America*, que no se centra en nada más que en nuestras adicciones. Hay más de 200 tipos diferentes de grupos de apoyo a las adicciones que se reúnen en todo el país.

Muchos, si no la mayoría, tendemos a ser adictos a algo. Hay algo que literalmente domina o controla nuestras vidas. Puede que estés metido en una de las nuevas, o que seas víctima de una de las antiguas, como la bebida. Más de 18.000.000 de estadounidenses son bebedores problemáticos. Esto trastorna sus vidas y las de sus familias. Seguramente algunos de nosotros somos adictos a la comida, y no me refiero a la que nos da sustento, sino a la que nos da placer. ¿Sabías que los estadounidenses tienen 2.300 millones de libras de sobrepeso? ¿Cuál es su adicción? ¿Cuál es tu vicio que controla tu vida? Sea lo que sea, quiero compartir contigo siete pasos hacia la libertad.

#### 1) La libertad comienza hoy.

La libertad comienza hoy, no mañana, ni la próxima semana, ni el próximo mes. ¿Has notado alguna vez cuántas personas se ponen a dieta mañana en vez de hoy? Me encanta lo que dice Salomón en Proverbios 27:1: *"No hagas alarde del día de mañana, ya que ni siquiera sabes lo que traerá el mañana"*. En otras palabras, deja de decirte a ti mismo "un día de estos". La verdad es que va a ser más difícil cambiar mañana que hoy, porque la demora siempre empeora el problema. Empieza hoy.

*"Esperar el clima perfecto nunca permitirá la siembra; y creer que lloverá todo el tiempo impedirá que se recojan las cosechas"*. (Eclesiastés 11:4) En otras palabras, no te distraigas. No pongas excusas, cuanto mayor sea el retraso, mayor será el problema. Así que el primer paso es que la libertad tiene que empezar hoy. No dejes para mañana lo que se puede empezar hoy.

#### 2) Niégate a culpar a los demás.

Niégate a culpar a los demás. Nunca saldrás de tu adicción hasta que te niegues a culpar a los demás. Esta vieja tapadera de la "justificación" es tan antigua como Adán y Eva. ¿Te acuerdas? Adán pecó y culpó a su esposa, Eva pecó y culpó a la serpiente. Pero, el punto es que tendemos a querer culpar a alguien más. Nunca mejoraré hasta que no asuma la responsabilidad personal. Es mi vida, yo tomo decisiones.

Uno de mis capítulos favoritos de la Biblia dice. *"Que cada uno cumpla sus propias responsabilidades"*. (Gálatas 6:5) Habla de la responsabilidad personal. No está diciendo que no nos ayudemos unos a otros. Porque tres versículos antes, dice *"Ayúdense cuando se encuentren en problemas, pues así estarán cumpliendo la ley de Cristo"*. Pero yo soy responsable de mí y tú eres responsable de ti.

*"No se engañen ustedes mismos, porque de Dios no se burla nadie. Uno cosecha lo que siembra"*. (Gálatas 6:7) ¿A quién culpas de tu gran problema en la vida? ¿Culpas a tus padres, a tu marido, a tu mujer, a tu profesor o a tu jefe? ¿O, estás

culpando al diablo? ¿Culpas a Dios? Para liberarte, debes asumir la responsabilidad de tu vida. Cuando culpas a alguien más, no vas a buscar un remedio a tu problema. Deja de excusarte y de acusar a los demás. Niégate a culpar a los demás.

### 3) Examina tu vida.

Haz un inventario personal de tu vida. Haz una evaluación sincera. Hazte algunas preguntas difíciles: ¿Cuál es mi adicción? ¿Por qué la tengo? ¿Cuándo empecé? ¿Con qué frecuencia soy víctima de ella? ¿En qué situaciones me siento más tentado? ¿Por qué tengo miedo de hacer algo al respecto? Es difícil hacerse esas preguntas, pero hay que hacerlas si queremos corregir nuestro problema.

*"Examinemos y evaluemos nuestra conducta y regresemos al SEÑOR".* (Lamentaciones 3:40) Para cambiar, tengo que dejar de fingir. No puedo encubrir mis defectos. Debo enfrentarme a ellos cara a cara. El hecho es que ocultar nuestro daño sólo lo intensifica y lo empeora. La negación impide el alivio.

*"Dios mío, tú hacías mi vida cada día más difícil. Llegué a ser como tierra que se seca en verano. Entonces, decidí confesarte todos mis pecados; no escondí ninguna de mis culpas. Decidí confesarte mis errores, SEÑOR, y tú perdonaste todas mis culpas".* (Salmos 32:4,5) David dijo, no quise enfrentar mi problema, y me estaba secando.

David examinó su propia vida, y cuando lo hizo, quedó limpio ante el Señor. Fue como si le hayan hecho una incisión a un absceso. De repente sintió este alivio liberador. Examina tu vida. Déjame decirte algo, eso no es una cosa de una vez en la vida. Necesitamos examinar nuestras vidas regularmente porque el vicio, la adicción y otros pecados se introducirán insidiosamente y te controlarán antes de que te des cuenta.

### 4) Emplea la soberanía de Cristo.

Cristo está esperando para ayudar. Emplea su soberanía - no puedes hacerlo solo. Necesitas un poder mayor que tú mismo. ¿Por qué no vas directamente a la fuente y obtienes el mayor poder? *"Así que no dejen que el pecado controle su cuerpo mortal ni obedezcan a sus deseos perversos. No utilicen ninguna parte de su cuerpo como arma de injusticia del pecado. Mejor pónganse al servicio de Dios, como personas que han muerto y han resucitado; ofrezcan todo su cuerpo como arma de justicia a Dios"* (Romanos 6:12,13) Porque el hombre es esclavo de lo que lo domina. Por lo tanto, usted es un esclavo. Romanos 6:20 dice, o eres esclavo del pecado, o eres esclavo de la justicia. La conclusión es que todos somos realmente un esclavo. Pero la buena noticia es que puedes elegir a tu amo. *"Someteos, pues, al Señor".* (Santiago 4:7) La solución a tu adicción es elegir el amo correcto. Todos los días estás controlado por algo. Estás controlado por una botella o por una píldora. Muchos son controlados por otras personas. Puedes ser controlado por la sed de poder, puedes ser controlado por la comida. Pero vas a tener que servir a algo. ¿Por qué no elegir el amo correcto? Dios dice: *"Déjame ser soberano".*

A menudo sólo queremos darle a Dios el problema. Le decimos a Dios, tengo un problema. Necesito que te ocupes de él. Pero, a decir verdad, yo quiero dirigir el resto de mi vida. Dios dice, si quieres que trabaje en el problema, tienes que darme todas las áreas de tu vida, y dámela toda, no solo una parte. Cuando lo hacemos, se produce un increíble poder de cambio.

Entonces, ¿por qué no lo hace más gente? La verdad es que tienen miedo. Tienen miedo de que al someter sus vidas a Cristo se conviertan en algo que no quieren ser. Tienen miedo de que signifique no divertirse, no tener libertad, y convertirse en una visión distorsionada de un fanático de Cristo. Esa es una de las mentiras más grandes que han escapado del infierno. ¿Oíste eso? Esa es una mentira directamente de las llamas del infierno. Jesús dijo: *"He venido para que tengas vida y la tengas en abundancia"*. Lo que Dios está diciendo es: "¿No sabes que yo fui tu arquitecto? ¿No sabes que fui tu ingeniero de construcción? ¿No sabes que conozco tu forma de trabajar? ¿No sabes que sé que necesitas diversión? ¿No sabes que sé que necesitas libertad? Por eso, a corto y a largo plazo, somete tu vida a mí y te daré más alegría de la que puedas encontrar en cualquier otro lugar".

Piensa en el epitome de las personas cristianas que conoces y mira sus vidas y dime que no están llenas de gozo. Si yo tengo una imagen de alguien en mi vida que es agria y amarga y deprimida en cualquier cosa, él no se clasifica en mi lista de las diez mejores personas cristianas, porque no lo son, se ha perdido en alguna parte. Jesús dijo: *"He venido para que tengas vida, y la tengáis en abundancia"*. Haz que Dios sea soberano en mi vida.

##### 5) Distanciándome de la tentación.

Si no quieres que te piquen las abejas, aléjate de ellas. Evita las situaciones en las que sabes que la tentación te va a mirar a los ojos. La Biblia dice *"Resiste al diablo y huirá de ti"*. Esto no sólo es bíblico, sino también de sentido común.

Eso significa que si tienes un problema con la bebida, no tengas un bar en tu casa. Si tengo un problema con la lujuria, no necesito ir a lugares que vendan pornografía. Si tengo un problema con la comida en exceso, no necesito llenar los estantes con comida basura. Aléjate de las cosas que me causan problemas.

Ahora, ¿puedo confesarte algo? Tengo debilidades. Tengo cosas en mi vida que me han controlado y con las que todavía lucho diariamente para evitar que me controlen. Una de ellas es la comida, pero mi verdadero talón de Aquiles es el helado.

Hace once años, mi mujer y yo estábamos construyendo una casa. Mientras construíamos la casa, nos mudamos a un pequeño complejo de apartamentos en Murfreesboro Road. Al otro lado de la calle, en el centro comercial, había un *Baskin Robbins*. Alrededor de las 8:00 todas las noches, dos horas después de nuestra cena había un pequeño revuelo en mi estómago. Decía: "Creo que voy a cruzar la calle". Comenzó lentamente, un cucharón de Chocolate. En un par de semanas, pedí: "Un cucharón de Chocolate y uno de Jamoca con Almendras". No estoy bromeando, es exactamente lo que pasó. En un mes, dije, "dame medio kilo, y no pongas la tapa, sólo mete una cuchara". En ocho meses, subí 14 kilos. ¡Pesaba 111 kilos! Pero gracias a Dios, rompí esa adicción. Me gustaría decirte que apliqué todos estos principios espirituales. No lo hice, nos mudamos. *Baskin Robbins* quedó "fuera de mi vista y fuera de mi mente". La clave para superar la tentación es planear de antemano no estar cerca de ella.

¿Puedo dar a nuestros adolescentes un pequeño consejo? Hace un año, este mes, muchos de nuestros adolescentes pasaron por un gran programa llamado "El amor verdadero espera", en el que se comprometen a mantenerse sexualmente puros hasta el matrimonio. Espero que sigan con ese compromiso, pero si van a cumplirlo, aquí tienen un gran consejo. No esperes a estar en el asiento trasero de un coche, o a estar sentada sola en el sofá de la casa de tu pareja para hacerte la pregunta: ¿Quiero seguir siendo puro? Si esperas hasta ese momento, será demasiado tarde. Planifica con anticipación, decide evitar la tentación con anticipación.

Adolescente, si quieres vivir tu vida como Dios quiere que la vivas, planifica tus citas. Mis ministros de la juventud me dijeron hace mucho tiempo, "O te diriges por tus planes, o por tus glándulas". Déjame decirte que quieres dirigirte por tus planes. ¡No le des al diablo la oportunidad de hacerte caer! Un hombre dejó de fumar, y alguien le preguntó, "¿Cómo dejó de fumar?" Me encanta su respuesta, dijo: "Mojé mis fósforos". Eso es bueno. Cada vez que intentaba sacarlo y encender uno, no conseguía que el fósforo prendiera. Lo planeó de antemano.

*"No le den ninguna oportunidad [apoyo] al diablo para que los derrote"*. (Efesios 4:27) Es como escalar una montaña, consigues un punto de apoyo que le permite subir y conseguir otro punto de apoyo, luego otro y otro. No dejes que el diablo sea el rey de tu montaña. Comienza por no dejarle conseguir un punto de apoyo. Eso puede significar que tienes que elegir nuevos amigos, conseguir un nuevo trabajo o mudarte a otro lugar. La Biblia dice: *"Huye de la tentación"*. No se juega con ella ni se coquetea con ella, se huye de ella. Si somos sinceros, cuando huimos de la tentación, la mayoría de nosotros dejamos una dirección de reenvío. A veces decimos: "Estaré en el camino, ven a verme, por allá". Queremos jugar con ella. Jugar con la tentación no funcionará: debes distanciarte de ella.

##### 6) Opta por algo mejor.

*"Como el hombre piensa en su corazón, así es él". (Proverbios 23:7) La batalla por tu vida se libra en tu mente. Lo que capta mi atención, me capta a mí.*

Mis pensamientos controlan mis emociones, mis emociones controlan mis decisiones, y mis decisiones controlan mis acciones, ¿verdad? El punto de partida del producto final, nuestras acciones, comienza con nuestro pensamiento. Si tienes una adicción, un pecado que está dominando tu vida y pretendes que puedas romper, no puedes romperlo porque te tiene agarrado por el cuello, te aseguro que habitas en él todos los días mentalmente. De hecho, puede que lo estés pensando cada hora.

La verdadera clave para resistir la tentación no está en resistir, sino en reenfocar. ¿Lo entiendes? La verdadera clave para resistir la tentación no está en resistir, sino en reenfocar. No puedes mirar esa tentación que te tiene agarrado por el cuello y decir: "No, no, no, no lo quiero, no lo quiero, no lo quiero", cuando cada gramo de tu carne lo desea. Sí lo quieres. Eso no funcionará. Si sólo tratas de resistir, perderás. Sin embargo, debes reenfocar tu atención, cambias mentalmente de canal para que cuando la tentación llame, sueltes el teléfono. No intentas argumentar diciendo "no quiero eso, no quiero eso" porque es una mentira. Por eso es una tentación. La única manera de tener la victoria sobre la tentación es volver a concentrar tu atención en otra cosa, lo que te concentra te atrapa.

El otro día llevé a mi madre al médico. Ha tenido que ponerse insulina por culpa de la diabetes. Pero estábamos en la consulta hablando con el médico. Cuando entré tenía hambre, pero en un lado de la mesa, él tenía una gran maqueta amarilla de un bulto de grasa de dos kilos. Lo vi y me quedé mirando y se me quitó el hambre rápidamente. ¿Por qué se me quitaron las ganas de comer? Fue por volver a concentrarme.

Pablo dice en Filipenses 4:8 *"Por lo demás, hermanos, piensen en todo lo que es verdadero, en todo lo honesto, en todo lo justo, en todo lo puro, en todo lo amable, en todo lo que es digno de alabanza; si hay en ello alguna virtud, si hay algo que admirar, piensen en ello".* ¿Te das cuenta de que eso se llama el principio de sustitución? Reemplazas lo malo con lo bueno, porque la naturaleza no permitirá un vacío. Cuando dices que tu tanque de gasolina está vacío, no está vacío, está lleno de aire. Lo vuelves a llenar, está lleno de gasolina y el aire ha desaparecido. Cuando piensas "voy a deshacerme de este pensamiento", volverá a aparecer si no se sustituye por algo mejor. Ese es el principio de la sustitución. Es el principio de un afecto positivo. Opta por algo mejor.

No te sientes todo el día diciendo: "No, no quiero estar borracho. No, no quiero ceder al deseo sexual. No, no quiero usar todo mi dinero en el juego. No, no quiero seguir fumando". Cualquiera que sea el problema, esa es la manera equivocada de combatirlo. La Biblia dice que llenes tu mente con cosas positivas. Eso es parte de conocer la verdad, y dejar que la verdad te haga libre. Opta por algo mejor.

#### 7) Haz relaciones sólidas.

Todo ser humano necesita un grupo de apoyo. Puede que no quieras llamarlo así, pero seguro que lo necesitas, y yo también. Toda persona necesita un círculo de personas afectuosas que le den refuerzo y apoyo. Salomón dijo en Eclesiastés 4:9: *"Dos son mejores que uno, porque tienen una buena retribución por su trabajo: Si uno se cae, su amigo puede ayudarlo a levantarse. Pero ¡compadézcase del hombre que cae y no tiene a nadie que lo ayude a levantarse!"*. Eso es más cierto en lo espiritual que en lo físico.

El 1 de enero la gente hace propósitos para convertirse en una nueva persona. "Voy a dejar todos mis malos hábitos", ¿y luego qué? Dos meses después volvemos a lo mismo de siempre. Hay un ciclo.

No somos lo que queremos ser, y entonces nos humillamos. Decimos: "Dios, necesito tu ayuda. Estoy fallando". La Biblia dice: *"Humíllense ante el Señor, y Él los levantará"*. Entonces, nos humillamos, Dios nos da el poder para hacerlo mejor. Empezamos a hacerlo mejor y después de unas semanas o un par de meses, empezamos a enorgullecernos de lo bien que lo estamos haciendo. Cuidado. *"La soberbia precede a la caída"*. Volvemos a caer. Nos hundimos en las profundidades y empezamos a humillarnos de nuevo, y el ciclo se repite una y otra vez.

¿Cómo se rompe ese ciclo? Necesitas amigos. Necesitas amigos cristianos que oren por ti, que se preocupen por ti, que te animen, que te ayuden a rendir cuentas y te mantengan en el camino. Dos son mejor que uno, porque se levantan mutuamente.

Te daré un verso paralelo a esto, tan importante. "*Confíesense mutuamente sus pecados y oren los unos por los otros para que sean sanados*". (Santiago 5:16) ¿Lo has entendido? Ahora dime la verdad, ¿te gusta ese versículo? "*Confíesense sus pecados unos a otros y oren unos por otros para que...*" ¿Te gusta ese versículo? Oh, sé honesto, no te gusta mucho ese versículo. Creo que es el verso menos obedecido de la Biblia. No queremos confesar nuestros pecados unos a otros. Nadie lo hace. No quiero abrirme. Ahora dice: "*para que seamos sanados*". Nos gusta esa parte. Queremos ser sanados.

Queremos el poder de romper el control de la adicción en mi vida. Eso sólo viene al confesar mi pecado, no sólo a Dios, sino a cada uno de nosotros. Eso no significa necesariamente estar frente a todos los hermanos y dar una declaración genérica. Creo que en el contexto en el que Santiago lo escribió, se refería más bien a unos pocos hermanos cristianos selectos, que me conocen, que me quieren, que confían en mí, y en los que yo confío implícitamente y que sé que me hablarán todos los días y me dirán: "¿cómo estás? Hoy he orado por ti".

Ahora muchos de ustedes están pensando en este momento, tengo esta adicción que me está dominando. Quiero romperla, pero no quiero que nadie sepa de mis problemas. No te doy ninguna esperanza de llegar a una solución duradera. No les doy ninguna esperanza. Porque esa es la actitud, puedo hacerlo por mi cuenta, no necesito a Dios. Lo haré todo por mí mismo. Esa actitud te mantendrá en la esclavitud.

Es esencial que aprendamos a vivir con transparencia ante Dios y ante las personas de nuestra vida que más nos quieren. Decir: "Tengo puntos fuertes y tengo puntos débiles. Este soy yo". La Iglesia, las personas cristianas, no el edificio de la iglesia está diseñado por Dios para ser transparente, para que podamos animarnos unos a otros y orar por los demás. Es la razón número uno por la que Dios diseñó una iglesia en primer lugar. Es por eso por lo que usted necesita estar en algún tipo de grupo pequeño. puede ser un grupo de estudio bíblico, o sólo un grupo de amigos que viven cerca de usted o amigos cristianos que has desarrollado durante años. Pero necesitas amigos cercanos, íntimos, donde puedas sentarte alguna vez con lágrimas en los ojos y decir: "Estoy quemado, estoy tan deprimido como nunca". O donde puedas mirarlos a los ojos y decirles, quizá a otros de tu edad, "Tengo problemas para ser padre. Tengo un hijo con el que no sé qué hacer y estoy al límite". Probablemente te mirarán y te dirán: "No sabía que a nadie le pasaba lo mismo, pero yo también estoy así".

Necesitas a alguien lo suficientemente cercano en tu vida como para poder mirarle a los ojos y decirle: "Sabes, hace cinco años me fui de viaje de negocios y empecé a beber un poco, y no le di importancia. Pero ahora, bebo todos los días y lo escondo en el armario, y no quiero que nadie sepa que soy adicto". Hasta que no consigas un grupo de personas en las que puedas confiar, seguirás en tu adicción.

Parafraseando a Santiago 5:16, revelar tu sentimiento es el primer paso para sanar. Otros de ustedes están pensando, bueno voy a dejar de fumar. No se lo voy a decir a nadie. Eso es una evasión. Eso es hacer provisiones para la carne, Romanos 14:13. Estás garantizando el fracaso al hacer un hoyo de escape para que puedas salirte y nadie sabrá que has fallado. Todo el mundo necesita un grupo de apoyo.

## **Resumen**

Siete pasos hacia la libertad, directamente de la Palabra, claros como una campana, sin errores y sin atajos.

- 1) La libertad comienza hoy.
- 2) Niégate a culpar a los demás.
- 3) Examina tu vida.
- 4) Emplea la soberanía de Cristo.

- 5) Aléjate de la tentación.
- 6) Opta por algo mejor.
- 7) Establece relaciones sólidas.

*"Bendito sea el Dios y Padre de nuestro Señor Jesucristo, Padre de misericordias y Dios de toda consolación, quien nos consuela en todas nuestras tribulaciones, para que también nosotros podamos consolar a los que están sufriendo, por medio de la consolación con que nosotros somos consolados por Dios". (2 Corintios 1:4) Cuando Dios me alivia de mi adicción, de mi pecado que controla la vida, recibo consuelo de él. Este es el mismo consuelo que transmitiré a otra persona. Las mejores personas para ayudar a alguien a superar una adicción en particular, ya sea el alcohol, la adicción al trabajo, o lo que sea, son personas que han salido de lo mismo. Porque el consuelo que han recibido de Dios, Dios los usa para transmitirlo. Eso es lo que tenemos que ser y hacer. Queremos ser así aún más mañana.*

[Amazing Grace

Lección #1198]

### **Preguntas:**

1. Dios es...

- A.  Amor
- B.  Justo
- C.  Verdad
- D.  Misericordia
- E.  Paz
- F.  Todo lo anterior
- G.  A y C
- H.  A, C y E

2. Toda la humanidad es esclava de lo que le ha dominado?

Verdadero  Falso

3. ¿Cuándo es el momento de empezar a controlar su vida?

- A.  Mañana
- B.  Tan pronto como haya tiempo
- C.  Hoy

4. ¿Quién es el culpable de tu adicción o falta de autocontrol?

- A.  Los padres
- B.  Sociedad
- C.  Otra persona
- D.  Uno mismo

5. ¿Cómo se identifica la adicción o la falta de autocontrol?

- A.  Acudir a un médico
- B.  Buscar ayuda de un amigo
- C.  Autoexamen

6. La gente tiene miedo de someterse a Cristo porque piensa que eso significa no tener más diversión o libertad?

Verdadero  Falso

7. Coquetear con una tentación está bien mientras uno no ceda a la tentación?

Verdadero  Falso

8. ¿La batalla por tu vida se libra en tu mente (corazón)?

Verdadero \_\_\_\_ Falso \_\_\_\_

## Capítulo 10

# Los Principios de Dios Sobre el Dolor

Esta lección trata de los mitos relacionados con el dolor. Somos una sociedad muy consciente del dolor. Por todas partes hay anuncios de analgésicos y calmantes. La tecnología nos ha llevado de la aspirina al *Tylenol*, al *Ibuprofeno*, al *Naproxeno* y a no sé qué más. Parece que todo el mundo tiene dolor de cabeza, ¿no?

Uno de los hechos de la vida es que todos nos enfrentamos a problemas y todos sentimos dolor. Mientras estemos vivos, vamos a tener dolor. Vamos a tener dolor físico, emocional y espiritual. El mundo nos da toda una colección de mitos sobre qué hacer con ese dolor.

El mundo básicamente dice que el dolor es algo horrible. Es lo peor que puedes experimentar. Así que evita los problemas si puedes; no los afrontes. Los dos mitos más importantes que el mundo quiere que creas son: (a) ignorarlos, se irán y (b) escapar de ellos, tomar una bebida, una píldora o cualquier otra cosa. Todos los mitos tienen una pizca de atractivo a corto plazo, pero tienden a traer una gran miseria a largo plazo.

El eminente psicólogo *Scott Peck* dijo: "Por miedo al dolor, casi todos nosotros, en un grado u otro, intentamos evitar los problemas. Los posponemos, esperando que desaparezcan. Ignoramos y fingimos que no existen. Intentamos salir de ellos, en lugar de sufrirlos". Y concluye: "Esta tendencia a evitar los problemas y el dolor emocional inherente a ellos es la base principal de las enfermedades mentales humanas." ¿Has oído eso? "La tendencia a evitar los problemas y el dolor inherente a ellos es la base principal de la enfermedad mental humana". Tiene razón, y el hecho es que Dios no quiere que ignores tu dolor. No quiere que huyas de tu dolor. Dios quiere que descubras la causa de tu dolor y luego vayas a la raíz para obtener un verdadero alivio.

El dolor es como una luz de advertencia en el salpicadero de tu coche. Cuando esa luz de advertencia se enciende, indica que algo está mal. Puedes coger un martillo y estrellarlo si quieres ignorarlo, o puedes simplemente voltear la cabeza. Pero lo cierto es que, si eres prudente, irás a buscar la causa del problema (o del dolor) y la curarás. El mito entonces es huir del dolor, ignorar el dolor, encontrar una vía de escape de él. La verdad es que el dolor es una herramienta que Dios utiliza para traer el bien a mi vida. El problema es que no tendemos a entenderlo ni a reconocer el bien que el dolor puede traer en última instancia a nuestras vidas.

Esta lección no trata de cómo eliminar el dolor. Nada menos que la muerte lo hará. Se trata de ayudarnos a entender el dolor. Una vez que entendemos el propósito que hay detrás del dolor, es mucho más fácil lidiar con él.

Aquellos de ustedes que son ex-atletas pueden recordar las interminables prácticas en cualquier deporte en el que estaban involucrados. Tenías el tiempo de acondicionamiento y arduos ejercicios y pensabas que tus piernas se iban a doblar y tus pulmones iban a explotar, pero sabías que había un propósito mayor que el de correr. Era para lograr algo mejor.

### **Dios usa nuestro dolor para:**

#### 1. Motivarme.

Él usa mi dolor para incitarme a la acción. Algunas personas tienen tanto miedo de ir al dentista que lo único que les hará ir es un dolor mayor que su miedo. El dolor puede ser un gran motivador. Me gusta lo que dijo un sabio: "No cambiamos cuando vemos la luz, cambiamos cuando sentimos el calor". Es entonces cuando estamos motivados para hacer un cambio. El alcohólico, el drogadicto y el que depende de los químicos rara vez buscarán ayuda antes de tocar el fondo.

Tocar fondo, simplemente significa, experimentar suficiente dolor físico, emocional y espiritual, que su dolor es peor que su deseo por la droga. Dicen: "No puedo seguir así". Nada menos que eso les hará cambiar.

En la Biblia, la parábola del hijo pródigo es el ejemplo clásico. Va a su padre y le dice: "*Quiero todo lo que me corresponde, y lo quiero ahora mismo*". Luego lo toma y se va a algún país lejano donde lo desperdicia, lo pierde todo. La Biblia dice que salió a buscar un trabajo. Consiguió un trabajo alimentando cerdos, es una vergüenza y una desgracia para un chico judío alimentar cerdos, pero tenía tanta hambre que habría acercado a los cerdos y se habría puesto allí mismo a comer con ellos. El dolor del hambre lo motivó.

## 2. Para moldearme.

El dolor me moldeará o dará forma como la arcilla a lo que necesito ser. David dijo: "*Fue bueno para mí ser afligido para aprender tus decretos*". (Salmo 119:71) David dice que el dolor es una herramienta de enseñanza. Nos hace flexibles. Dios utiliza el dolor no sólo para motivarme, para impulsarme a la puerta de salida; luego lo utiliza para moldearme, para enseñarme. Es como un bocado en la boca del caballo. ¿Son ustedes jinetes o se han criado en una granja con un caballo o una mula? Pones ese bocado ahí y el más mínimo tirón provoca el dolor. Hace que el caballo vaya hacia un lado o hacia el otro. Esa es la forma en que Dios usa nuestro dolor. Alguien dice que Dios nos susurra en nuestro placer, pero nos GRITA en nuestro dolor. ¿Te ha gritado Dios alguna vez a través de tu dolor?

*Aristóteles* observó con razón que hay algunas cosas que el ser humano sólo puede aprender a través del dolor. *Mark Twain* lo dijo a su manera coloquial: "Si un gato se sienta alguna vez en una estufa caliente, nunca más se sentará en una estufa caliente". Por supuesto que tampoco se sentará nunca en una fría. Pero el punto es que, al quemarse, aprendió como ese gato. Hay algunas cosas que sólo se pueden aprender quemándose.

¿Alguna vez Dios ha llamado tu atención a través del dolor? Conozco a algunos adictos al trabajo. Dios ha conseguido su atención a través de una úlcera, a través de un ataque de pecho. Conozco a algunos adictos al trabajo a los que Dios les ha llamado la atención a través del dolor emocional, cuando su cónyuge se acercó a ellos y les dijo: "No lo aguanto más".

Algunas personas se han sobre extendido financieramente, han estado endeudados hasta los ojos, han apalancado todo lo que tenían, han tenido un caso severo de "lo quiero ahora". ¿Sabes lo que pasó? Se quemaron. Si tienen una pizca de sentido común, aprendieron a través de ese dolor. No quieres que el dolor sea la única o la principal fuente de tu educación total. Tendrás una vida extremadamente miserable si ese es el caso. Pero algunas de las ideas más profundas de la vida se aprenden sólo a costa del dolor. Esas lecciones están ahí porque Dios te ama. Él te motivará y te moldeará.

## 3. Para medirme.

Nos ayuda a ver cómo somos realmente por dentro. Por ejemplo, cuando experimento dolor, la forma en que reacciono a él mide mi fe. Mi compromiso se puede medir por cómo reacciono ante el dolor. Mi madurez se mide por cómo reacciono ante el dolor. Mi paciencia se mide por cómo reacciono ante el dolor. Tus problemas y el dolor que traen consigo son una de las mejores maneras de ver lo que hay dentro de ti. La razón por la que el dolor está entre los mejores barómetros de lo que hay dentro de ti es porque es imposible mantener una imagen cuando tienes dolor.

Seamos sinceros, todos proyectamos imágenes, ¿no es así? Claro que sí. Proyectamos imágenes físicas. Nos peinamos y nos lavamos los dientes. Señoras, se maquillan. Proyectamos una imagen social. Sonreímos y mantenemos una conversación social agradable. Pero dése tres días en casa con la gripe y vea cuánto le importa cualquiera de esas cosas. Te arrastras hasta el baño y te miras en el espejo, tienes ese mal aspecto de cabeza de cama, como si estuvieras destrozado y no te importa. El dolor ha eliminado la imagen.

Eso no sólo es cierto físicamente. También ocurre con el dolor emocional. Todo el tiempo, la gente se levanta, se viste y va a trabajar. Tienen sus escudos de imagen, pero debajo, hay un problema personal, hay un problema de relaciones, hay

un pecado que esta empezando a dominar su vida. El dolor emocional ya no es solo un “punto de apoyo”, empieza a convertirse en una “fortaleza” alrededor de su corazón. Mientras ese dolor se intensifica, tarde o temprano frente a alguien, esas imágenes se vendrán abajo. Tarde o temprano, esa persona caerá y se derrumbará. La imagen se va y tan desagradable como eso suena, Dios dice que eso no es realmente malo porque debes estar mas preocupado por tu carácter que por tu imagen. El dolor pone a prueba el carácter.

Puedes decir: "Soy una persona íntegra". Pero cuando el dolor se vuelve intenso, descubrirás si defiendes la verdad o si te doblegas. Puedes declarar: "Estoy comprometido con Cristo". Pero, cuando el dolor está ahí, correrás hacia con lo que estás más comprometido. La verdadera pregunta es: ¿Qué dice el dolor sobre tu vida? Cuando estás en un aprieto, ¿qué sale de ti? ¿Eres un creyente solo cuando todo te va bien o un creyente consistente?

Mientras las cosas estaban bien, los Hijos de Israel estaban bien, pero cuando llegó el dolor cedieron. Esta es la razón por la que vagaron por el desierto durante 40 años en lugar de llegar a la Tierra Prometida. Dios dice: *"Acuérdate de cómo el Señor, tu Dios, te condujo por el desierto durante estos 40 años, para humillarte y probarte a fin de saber lo que había en tu corazón, si guardarías o no sus mandatos"*. (Deuteronomio 8:2) Después de atravesar el Mar Rojo y ver a los egipcios derrotados, cedieron al dolor de la sed y comenzaron a quejarse. Este dolor de la sed midió sus corazones. Dios sabía que no estaban listos para obedecer sus mandatos. Ellos no estaban listos para tener un compromiso que se extendiera a través del dolor. Mira, en mi dolor, Dios me mide.

#### 4. Para monitorearme.

Dios utilizará mi dolor para mantenerme en el camino, para poner parámetros a mi alrededor y asegurarse de que no me aleje demasiado. Por ejemplo, la fiebre es la forma en que tu cuerpo te dice que puedes tener una infección en alguna parte. El dolor que sientes con la garganta te dice que hay un problema más profundo. Pero si nunca tienes ninguno de esos síntomas, esos problemas podrían haber empeorado mucho, incluso poner en peligro tu vida. Dios utiliza el dolor para monitorearme y permitirnos monitorear a nosotros mismos.

Una aplicación práctica de esto son las emociones dolorosas. Estas emociones dolorosas te están diciendo que algo está fuera de lo normal. Cuando me siento deprimido durante un periodo de tiempo prolongado, me siento resentido y no puedo superarlo, me siento cada vez más hostil, totalmente temeroso, o me vuelvo apático y digo: "Nada importa", mis emociones dolorosas me están diciendo que algo está mal. Son nuestros barómetros. Nos lo hacen saber. Deberíamos hacernos un chequeo. El dolor es un dispositivo de vigilancia para nuestra protección.

Hace dos mil años, los pastores que tenían una oveja o un cordero demasiado agresivo o que tendía a ser un poco caprichoso le rompían las patas. Todavía hoy lo hacen. Después de romperle las patas, le ponen una férula [las **férulas** se utilizadas para inmovilizar una articulación]. Esa oveja vieja apenas puede moverse. Sólo se mueve un poco. Sé que suena cruel, pero lo hacen para su protección.

A veces Dios pone una férula en tu vida para evitar que te alejes demasiado del rebaño. Puede que te resientas, que te resistas y que lo maldigas, pero es porque Dios te ama.

¿Recuerdas la historia de José? Es una historia de dolor. Fue traicionado por sus hermanos y vendido por ellos como esclavo. Va a un lugar donde no conoce a la gente, no conoce el idioma ni las costumbres. Es un esclavo en la casa de un hombre, pero camina con rectitud y fidelidad. Mientras está allí es acusado falsamente por la mujer de su amo, lo meten en la cárcel y lo olvidan. Años más tarde sale y, por la asombrosa providencia de Dios, asciende al segundo puesto de todo Egipto. Pero incluso entonces, hay un dolor. Hay un dolor de unos 20 años sabiendo que fue abandonado por su familia.

Finalmente, sus hermanos van en busca de comida y José se revela a ellos y toda la familia se traslada a Egipto, pero al final del libro del Génesis, después de que Jacob, el padre de José, muere, todos sus hermanos temían que José iba a vengarse, “tomar su pedazo de carne.” En vez de eso, José dijo: *"Ustedes tenían la intención de perjudicarme, pero Dios lo hizo para bien"*. Ustedes tenían la intención de perjudicarme, pero está bien, Dios lo quiso para bien. Dios estaba

monitoreando la vida de José todo el tiempo. Lo estaba observando. Dios usó el dolor en la vida de José para motivarlo, para moldearlo y para medirlo para la grandeza.

Hay personas en tu vida que quieren hacerte daño. Todos tenemos esas personas. Puede que te hayan hecho daño de niño, puede que te estén haciendo daño ahora mismo, físicamente, emocionalmente, de alguna otra manera y eso duele. Pero la gran noticia que tengo para ti es que Dios te dice, tengo un plan, tengo un propósito que es más grande que eso. Puede que tengan la intención de hacerte daño, pero no te preocupes, yo soy tu Dios y voy a trabajar para tu bien.

Al final de la vida de José descubrimos que tuvo dos hijos. Uno de ellos se llamaba Manasés y el otro Efraín. No sé ustedes, pero a mí me gusta el significado de los nombres. Manasés significa "me hizo olvidar" y Efraín significa "fructífero" o "exitoso". José llamó así a sus dos hijos porque se dio cuenta de que en todo el dolor que había soportado, Dios trabajó y supervisó su vida para prepararlo para la grandeza. Dijo: "Dios me ha hecho olvidar ese dolor y ahora me ha hecho exitoso. Me ha hecho fructífero". Amigos, Dios usará ese mismo dolor que ustedes sienten para monitorearlos hacia la grandeza. Pero ustedes deben permitirle a Él que lo haga.

#### 5. Para que madure.

Es posible crecer espiritual y emocionalmente durante los días brillantes, sanos, alegres y soleados de la primavera y el verano, cuando todo va de maravilla y la vida es fantástica. Puedes crecer durante los buenos tiempos, pero crecerás mucho más y más profundamente en los días oscuros del alma. Crecerás mucho más profundamente en los valles que en las montañas. Así está hecho el ser humano.

A través de los años, la gente me ha dicho innumerables veces cuando han pasado por el valle, "He aprendido más este último año estando sin trabajo, que lo que he sabido antes de ese tiempo". Alguien dijo: "He aprendido más a través de esta crisis financiera de lo que podría haber madurado de otra manera". Hablando de la muerte de un ser querido alguien dijo: "No sabía cómo confiar en Dios hasta que pasé por esto, y ahora sé cómo confiar en Dios". Estas afirmaciones son ciertas porque la gracia crece mejor en invierno. Es cuando Dios te hace madurar.

El hermano de Jesús dijo: "*Hermanos míos, considérense muy dichosos cuando estén pasando por diversas pruebas. Bien saben que, cuando su fe es puesta a prueba, produce paciencia*". (Santiago 1:2,3) Dijo que toda la perseverancia y todos los problemas trabajan juntos para que puedas ser maduro y completo. ¡El dolor es el alto costo del crecimiento! Lo hemos escuchado desde que éramos niños, es trillado, pero es cierto, no hay ganancia sin dolor. Al contrario de lo que el mundo quiere decirte, no hay cinco pasos fáciles para una vida maravillosa.

La verdad de las cosas es que vivimos en una época que queremos el producto sin pagar el precio. El producto que queremos es la madurez, la estabilidad emocional, la sensación de plenitud y satisfacción, la felicidad y la sabiduría. Ese es el producto que todos queremos, pero no queremos pagar el precio. El precio es el dolor de una u otra forma. No hay atajos.

Lo que más te desanima, Dios lo utiliza para desarrollarte. El apóstol Pablo dijo: "*se me clavó un aguijón en el cuerpo, un mensajero de Satanás, para que me abofetee y no deje que yo me enaltezca. Tres veces le he rogado al Señor que me lo quite*". (2 Corintios 12:7-10) No sabemos qué era esa espina y me alegro de que no lo sepamos, porque podemos identificarnos con ella. Pero sé una cosa sobre las espinas. Duele. Nunca he tenido una espina en mí que no doliera. Trajo dolor. Por mucho que deseara que me quitaran el dolor de la espina, Pablo concluyó "*Por eso, por amor a Cristo me gozo en las debilidades, en las afrentas, en las necesidades, en las persecuciones y en las angustias; porque mi debilidad es mi fuerza.*"

Realmente no sabes que Cristo Jesús es todo lo que necesitas hasta que Cristo Jesús es todo lo que tienes y entonces lo sabrás. [Amazing Grace Lección #1247]

### **Preguntas:**

1. Puedes ignorar la mayoría de los problemas y desaparecerán?  
Verdadero \_\_\_ Falso \_\_\_
2. El dolor es usado por Dios para traer el bien a la vida de uno?  
Verdadero \_\_\_ Falso \_\_\_
3. El dolor motiva a algunos a la acción  
Verdadero \_\_\_ Falso \_\_\_
4. El dolor es una herramienta educativa ya que hace que uno cambie?  
Verdadero \_\_\_ Falso \_\_\_
5. El dolor mide al hombre interior?  
Verdadero \_\_\_ Falso \_\_\_
6. ¿Las emociones dolorosas te dicen que algo está fuera de control?  
Verdadero \_\_\_ Falso \_\_\_

## Capítulo 11

### **El Control Propio Me liberó**

Hace algún tiempo recibí un correo directo. Era de color y en el exterior del sobre decía: "Si alguna vez se ha sentido gordo, torpe o deprimido, esta carta es para usted". ¡Vaya! No pude resistirme. Lo abrí y "Por sólo \$29.95 dólares más \$3.00 dólares de gastos de envío", te enviarían un kit que se encargaría de todos tus problemas. ¡Tu vida cambiaría por sólo \$29.95 dólares!

Cuando veo esas cosas me pregunto quién compra esas cosas. Sé la respuesta. Gente como tú y yo, gente que quiere tener las cosas que están fuera de control en sus vidas y las quería bajo control. ¿Sabías que más de 2.000 nuevos libros de autoayuda inundan el mercado cada año? Simplemente devoramos esas cosas. ¿Por qué? Porque son cosas y hábitos en nuestras vidas que están fuera de control, cosas como el temperamento.

¿Tiene usted un problema con su temperamento? Puedes ser como la esposa que dijo: mi esposo es muy temperamental. Es 90 por ciento temperamental y 10 por ciento mental. ¿Alguien tiene un problema con los gastos? ¿Alguien tiene gastos fuera de control? Si es así, necesitas esta calcomanía para el parachoques: "Quien diga que el dinero no puede comprar la felicidad, es que no sabe dónde comprar". ¿Alguien tiene problemas con cambios de humor, la alimentación o la procrastinación, la bebida, los deseos sexuales o alguna otra adicción?

¿Cómo podemos liberarnos realmente de estos hábitos, heridas y complejos que deforman la vida?

#### **El problema**

¿Por qué es que tenemos estas cosas y parece que no podemos salir del ciclo? Bueno, Pablo nos dice en Romanos 7:15-18, *"No entiendo lo que hago. Porque lo que quiero hacer no lo hago, pero lo que odio lo hago. Sé que nada bueno vive en mí, es decir, en mi naturaleza pecaminosa. Porque tengo el deseo de hacer lo bueno, pero no puedo llevarlo a cabo"*. ¿Puedes identificarte con lo que dice Pablo? Pablo dijo, todas las cosas que quiero hacer, parece que no las hago, y todas las cosas que realmente quiero dejar de hacer, simplemente las hago.

¿Alguna vez has roto un mal hábito sólo para tenerlo de vuelta tal vez en cuestión de días? Déjeme darte un ejemplo. ¿Cuántos de ustedes han hecho propósitos de Año Nuevo? ¿Cuántos han mantenido todos los propósitos que hicieron? Probablemente ninguno, porque los propósitos no son suficientes. Las buenas intenciones no son suficientes. Se necesita más para cambiar.

¿Cuántas veces has prometido a tí mismo: "No volveré a fumar un cigarrillo"? ¿Cuántas veces te has prometido, o a tu familia, o a Dios, "no voy a perder más los nervios", o "no voy a volver a beber", o "voy a empezar de verdad mi dieta mañana", o "voy a ser un mejor padre, no voy a volver a pegarte", sólo para volver a caer en el comportamiento del que saliste?

### **Los resultados**

1. La frustración. El apóstol Pablo nos dice tres cosas. Dice: "El primer resultado es que es frustrante". Es enormemente frustrante. "No entiendo lo que hago". ¿Por qué sigo cometiendo los mismos errores? ¿Por qué hago lo que no quiero hacer? ¿Por qué hago cosas que sé que son malas para mí?
2. Confusión. Pablo dijo: Tengo el deseo de hacer lo correcto, pero no el poder. Si alguna vez has estado en una dieta, sabes cómo va eso. Empiezas la mañana con una gran resolución e intención, ¿no es así? Luego, a medida que el día comienza a avanzar, ¿ves cómo esa resolución comienza a alejarse? Entonces, cuando llegas a casa, tienes tanta hambre que podrías comer casi cualquier cosa. Para entonces, mi idea de una dieta equilibrada es un *Big Mac* en ambas manos. Así es como somos. Quiero cambiar, pero no sé cómo. Tengo la motivación, pero no tengo la determinación. Tengo el deseo, pero no tengo el poder.  
La razón por la que los libros de autoayuda no funcionan es que no nos dan el poder para hacerlo. Le dirán a una persona negativa que deje de serlo. He conocido cientos, quizás miles de personas negativas en mi vida. Nunca he conocido a ninguna que cambiara si le dijera: "Deja de ser negativo". ¿Y tú? Los libros de autoayuda dicen a los procrastinadores "Intenta llegar 10 minutos antes". Ellos lo saben, por eso compraron el libro de autoayuda. No pueden llegar, sólo siguen posponiendo las cosas.
3. Derrota y desánimo. "*¡Miserable de mí! ¿quién me libraré de este cuerpo de muerte?*" (Romanos 7:24) Pablo dijo, estoy perdiendo la batalla. Estoy derrotado. No puedo cambiar. ¿Cuántas promesas le he hecho a Dios y a mí mismo que he roto, a menudo en cuestión de pocas horas? Entonces sólo quieres levantar las manos y decir: "Estoy cansado de intentarlo". Si te has sentido así o si te sientes así hoy, tengo una gran noticia para ti. Puedes cambiar, y el poder está ahí. No tienes que permanecer en este ciclo de fracaso/derrota, fracaso/derrota, fracaso/derrota, una y otra vez. La Biblia aclara los principios de cómo puedes ganar el control sobre lo que está fuera de control.

### **La promesa**

Jesús dijo en Juan 8:32: "*Conocerás la verdad, y la verdad te hará libres*". El secreto del cambio personal no es la fuerza de voluntad. Eso no es suficiente. El secreto del cambio personal no es una píldora. El secreto para el cambio personal no es la hipnosis o algún truco. La manera de liberarse de los hábitos, las heridas y las adicciones en su vida, es conociendo **la verdad**.

¿Pero cómo puede ser eso? ¿Cómo es que conocer la verdad me libera de mis malos hábitos? Para desvelar el secreto de la declaración de Jesús, tienes que recordar un refrán básico; Tus pensamientos controlan tus emociones y tus emociones controlan tus decisiones y tus decisiones controlan tus acciones. ¿Lo ves? Esa es la forma en que siempre fluye. ¿Alguna vez has dicho: "Él me hace enojar tanto"? Él no puede hacerte enojar. No puede hacerte enojar. No tienen ese poder. Lo que realmente estás diciendo es "cada vez que le miro, tengo pensamientos negativos". Esos pensamientos negativos pueden ser el resultado de recordar algo que sucedió en el pasado. En consecuencia, tengo una emoción negativa que me lleva a tomar decisiones negativas. Estas decisiones negativas pueden incluso llevarte a una acción muy negativa.

Todo comienza con el proceso de pensamiento. Salomón en Proverbios 23:7 dijo *"porque en su interior sigue siendo avaro. Te invitará a comer y beber, pero no te invitará de corazón"*. En otras palabras; "Porque como piensa en su corazón, así es". Si estoy actuando deprimido, es porque me siento deprimido. Me siento deprimido porque tengo pensamientos deprimidos. La mayoría de nosotros trata de trabajar con los actos y no con la causa. Tratamos de trabajar en las cosas externas. Dios dice, tienes que empezar con tus pensamientos.

Es por eso por lo que Jesús dice, si conoces la verdad, si te enfocas en la verdad, esta te hará libre. Las malas creencias llevan a un mal comportamiento. Cada comportamiento que tienes esta basado en una creencia. Se basa en un valor de tu vida que tienes, consciente o inconscientemente. Esto es importante: detrás de cada comportamiento autodestructivo hay una mentira que estoy creyendo. Si usted está involucrado en un comportamiento erróneo, la causa raíz es que usted está creyendo algo que no es verdad. El diablo me está engañando y me engaña.

## **El remedio**

### 1. Admitir mi problema.

Admitir la raíz de mi problema. Ese es el punto de partida para liberarse. La mayoría de nosotros tenemos esta vaga sensación de que algo anda mal en mí. No sabemos lo que es, y no podemos poner el dedo en el asunto, pero algo no parece estar bien.

Dios puso el dedo en el asunto. El dice que tu problema básico es tu actitud básica de la vida, sin importar tus problemas. Esta actitud tiene un nombre, es una palabra que ya no escuchamos mucho, no está de moda, no está bien, y ciertamente no la escucharemos en los medios de comunicación. La palabra es asquerosa y repulsiva. Es PECADO.

Tú y yo tenemos todo tipo de percepciones erróneas sobre el pecado. El pecado no es, en primer lugar, consumir drogas, emborracharse, robar un banco o huir con la mujer de alguien. Esas cosas son realmente la segunda ola del pecado. Son el resultado de lo que esta abajo del pecado. El problema de fondo es una actitud que dice: "Yo estoy a cargo, y no necesito a Dios". Ese es el núcleo de lo que Pablo llamó en Romanos 7, "la naturaleza pecaminosa". Es el problema más antiguo del hombre. Ha existido desde Adán y Eva. Voy a ignorar a Dios, y voy a hacer mi camino, mi propia cosa.

Cada uno de nosotros está luchando diariamente con esa actitud de respuesta básica al pecado. Luchamos cada día en ese tira y afloja. ¿Quién está a cargo, yo o Dios?

Juan dijo *"Si decimos que no tenemos pecado, nos engañamos a nosotros mismos, y la verdad no está en nosotros"*. (1 Juan 1:8) Pon eso junto con lo que dijo Jesús: *"Conocerán la verdad, y la verdad los hará libres"*. Entonces, al negar tu pecado, no tienes la verdad en ti.

Actuamos como si lo tuviéramos todo bajo control. ¿A quién crees que estás tratando de engañar? Si actúas como si nada se saliera de control en tu vida, ¿estás tratando de engañar a Dios? ¿Estás tratando de engañar a otras personas? Sólo te engañas a ti mismo. Nadie lo tiene todo controlado. Cada uno de nosotros tiene cada día ese tira y afloja. Cuando pretendes que lo tienes todo bajo control y que estás al mando, sólo te estás perjudicando a ti mismo.

### 2. Dejar de engañarme a mí mismo.

Tengo que dejar de engañarme a mí mismo. Vale la pena repetirlo. Para dejar de derrotarme a mí mismo, tengo que dejar de engañarme. El problema de fondo es que creo que estoy al mando y que no necesito a Dios. No estamos hechos para vivir así.

Cuando un alcohólico va a Alcohólicos Anónimos lo primero que se le pide es que admita: "Soy impotente para controlar mi situación y mi vida se ha vuelto ingobernable". Muy a menudo tenemos que tocar fondo antes de admitir algo, no cuando sentimos un poco de calor, sino cuando el fuego está fuera de control. Entonces empezamos a decir "quizá me vendría bien un poco de ayuda".

La mayoría de las personas esperan demasiado tarde para buscar ayuda. Esperan demasiado tarde para admitir el problema. Hay hombres que vienen a mi oficina y dicen: "mi esposa me ha dado una fuerte noticia Me ha dicho que está harta de mi negligencia, de mis abusos, de mi lengua vil, de mi mal genio y que se va a ir. ¿Qué puedo hacer? Necesito ayuda". En el fondo estoy sentado pensando que muchas veces es muy poco lo que puedo hacer, muy poco, porque ha esperado demasiado tiempo.

a. Admita su problema. Usted tiene un problema en la vida, admítalo así mismo frente al espejo, y ante el Dios Todopoderoso.

b. Cree que Cristo puede cambiarte. Recuerde Romanos 7:24, "*¿Quién puede librarme de este cuerpo de muerte? ... Gracias a Dios por Cristo Jesús nuestro Señor*". Pablo dijo que la respuesta a mi problema es una persona. A través de Cristo Jesús, Dios proveerá el poder que te falta. Si no crees eso, no te librarás de tus problemas. "*Porque, la ley del Espíritu de vida en Cristo Jesús me ha librado de la ley del pecado y de la muerte*". (Romanos 8:2) Hay una salida amigos. La ley del Espíritu de Cristo me hará libre.

Si yo fuera afuera y en el pasto, en algún lugar, encontrara un pájaro muerto, recogiera ese pajarito --ese pájaro muerto-- y lo lanzara al aire y dijera: "Vuela", ¿qué va a pasar? Va a volver a caer. Lo recojo y lo vuelvo a lanzar al aire y digo: "¡Vuela!" Volverá a caer. ¿Qué es lo único que va a hacer que ese pájaro vuele? Lo único que va a hacer que vuele es una nueva vida, convertirse en una nueva creación. No necesita curar algunas heridas, necesita una nueva vida. Necesita poder bajo esas alas. ¡Una nueva vida es lo único que lo hará volar!

¿Por qué no pruebas con Jesús? Lo he visto cambiar cientos y cientos de vidas. "*De modo que si alguno está en Cristo, ya es una nueva creación; atrás ha quedado lo viejo: ¡ahora ya todo es nuevo!*" (2 Corintios 5:17) Esa es la verdad para cualquiera que deje que Cristo haga su obra transformadora.

Hace unos años se publicó una carta en la revista *Time* en respuesta a un artículo de portada, "¿Quién es Jesucristo?". Por supuesto el artículo tenía todas estas opiniones de muchos eruditos. *Mike Mandel* escribió: "En lo que a mí respecta, los teólogos liberales pueden quedarse con su Jesús histórico y con su Biblia de cortar y pegar. Soy un ex alcoholico y adúltero liberado por el poder del Cristo vivo Jesús. A quién le importa la crítica superior cuando el Hijo de Dios resucitado puede transformarte aquí y ahora". Amén, Mike, ¡Amén!

Pablo dice, en 2 Timoteo 1:7 "*Porque no nos ha dado Dios un espíritu de cobardía, sino de poder, de amor y de dominio propio*" Algunos de ustedes que fueron bautizados en Cristo hace mucho tiempo no están actuando. No están entregando todo a él, están reteniendo cosas. Se están aferrando a sus adicciones, a sus problemas y a sus pecados perpetuos.

Has comprado la mentira del mundo de que, si realmente has comprometido todo lo que eres a Jesús, te convertirías en una especie de fanático raro. Venderías todo hoy. Serías absolutamente raro. Amigos, eso es una mentira. Estarías controlando tu vida porque Cristo te está controlando. Serías poderoso. Serías amoroso. Serías la persona que siempre has soñado ser. "*Donde está el Espíritu del Señor, allí hay libertad*". (2 Corintios 3:17) Ese es el fundamento de nuestro estudio.

[Amazing Grace Lección #1196]

### Preguntas:

1. Las razones de la falta de autocontrol son...

- A. \_\_\_\_ Frustración
- B. \_\_\_\_ Confusión
- C. \_\_\_\_ Derrota y desánimo
- D. \_\_\_\_ Herencia
- E. \_\_\_\_ Entrenamiento inadecuado
- F. \_\_\_\_ A, B y C
- G. \_\_\_\_ A, B y D

H. \_\_\_\_\_ A, B y E

I. \_\_\_\_\_ A, C y E

2. El secreto del cambio personal es la fuerza de voluntad  
Verdadero \_\_\_\_\_ Falso \_\_\_\_\_
3. Tus pensamientos controlan tus emociones  
Verdadero \_\_\_\_\_ Falso \_\_\_\_\_
4. Tus emociones controlan tus decisiones  
Verdadero \_\_\_\_\_ Falso \_\_\_\_\_
5. Tus decisiones controlan tu acción  
Verdadero \_\_\_\_\_ Falso \_\_\_\_\_
6. Como un hombre piensa en su corazón, en su mente, así es él  
Verdadero \_\_\_\_\_ Falso \_\_\_\_\_
7. Uno puede superar la falta de autocontrol mediante
  - A. \_\_\_\_\_ Dejar de engañarse a sí mismo
  - B. \_\_\_\_\_ Admitir que hay un problema
  - C. \_\_\_\_\_ Comprometer la vida con Cristo
  - D. \_\_\_\_\_ A y C
  - E. \_\_\_\_\_ B y C
  - F. \_\_\_\_\_ A, B y C
8. Dios nos dio un espíritu de
  - A. \_\_\_\_\_ Timidez
  - B. \_\_\_\_\_ Poder
  - C. \_\_\_\_\_ Amor
  - D. \_\_\_\_\_ Autodisciplina
  - E. \_\_\_\_\_ A, B y C
  - F. \_\_\_\_\_ A, C y D
  - G. \_\_\_\_\_ A, B, C y D
  - H. \_\_\_\_\_ B, C y D

## Capítulo 12

### Manejando el Estrés

Hagamos una encuesta. ¿Cuántos de ustedes tienen al menos una preocupación? Nos preocupamos, ¿verdad? Vivimos en una época en la que estamos llenos y bombardeados por el estrés, la ansiedad, la preocupación y la presión. De hecho, nos preocupamos literalmente. *La Asociación Americana de Psiquiatría* ha etiquetado la nuestra como "La Era de la Ansiedad", y su diagnóstico se ve confirmado simplemente por los hechos. *La Academia Americana de Médicos* afirma que al menos dos tercios de todos los pacientes que ven acuden a ellos con enfermedades relacionadas con el estrés. Luego, los tres medicamentos de prescripción más vendidos son: 1) *Tagamet*, un medicamento para la úlcera; 2) *Enderol*, un medicamento para la hipertensión; y 3) *Valium*, un tranquilizante.

En 1988, la revista *Newsweek* publicó un artículo en el que se preveía que las empresas estadounidenses perdían más de 150.000 millones de dólares al año por enfermedades relacionadas con el estrés y la ansiedad. Lo sorprendente es que en

realidad no tenemos tanto de qué preocuparnos. Considere que el 40 por ciento de las cosas que nos preocupan nunca suceden, el 30 por ciento tienen que ver con viejas decisiones que ya no se pueden cambiar y el 12 por ciento se centran en las críticas que a menudo son falsas y que normalmente son hechas por personas que se sienten inferiores. Por cierto, la mayoría de los más críticos son personas que tienen un profundo complejo de inferioridad. Un pequeño porcentaje de todas las cosas que nos preocupan están relacionadas con nuestra salud, que si nos preocupamos sólo la empeorará. Eso deja sólo un ocho por ciento de todas las cosas que podrían empezar a ser etiquetadas como "legítimas", que necesitan atención mental. Pero, la verdad es que usted y yo no solemos hacer caso a esas estadísticas. En cambio, tendemos a permitir ser atrapados por la preocupación una y otra vez.

Quiero compartir contigo algunas cosas que Jesús tenía que decir sobre una receta para un antídoto contra la preocupación y el estrés. Durante la última semana de la vida de Jesús, Él estaba pasando por una gran ansiedad. Sabía que iba a morir. Él hace esa declaración a sus discípulos en Juan 13. Les dice que va a morir y que uno de ellos lo iba a traicionar. En el capítulo 14, Él declara las buenas noticias de que Él se va para preparar un lugar para ellos. En Juan 15 y 16, les dice a los discípulos las malas noticias. El dice, el mundo los va a odiar como me ha odiado a mí, ustedes se van a dispersar y no voy a poder encontrar a ninguno de ustedes. Entonces Jesús dijo: "*Les he dicho estas cosas, para que en mí tengan paz*". (Juan 16:33) Subraya Juan 16:33 en tu Biblia, y luego resalta "en mí" con un resaltador amarillo. Cuando Cristo habita en ti y tú habitas en Cristo, puedes tener paz.

Más adelante, en el mismo versículo, dice: "*En este mundo tendrás problemas*". Así es. Si pones tu esperanza en el mundo. Si te involucras en todas las cosas del mundo, tendrás problemas. Tendrás ansiedad, luchas y estrés. Pero entonces dijo, "*¡tengan ánimo! Yo he vencido al mundo*".

La declaración que abarca todo es, si estamos en Jesús, podemos tener paz. Nuestro Señor nos da una receta para superar la preocupación que es tremenda. "*Después de que Jesús terminó de hablar con sus discípulos, miró al cielo y dijo: "Padre mío, ha llegado el momento de que muestres a la gente lo grande y poderoso que soy. De ese modo yo también les mostraré lo grandioso y maravilloso que eres tú. Tú me diste autoridad y poder sobre todos los que viven en el mundo, para dar vida eterna a todos los seguidores que me has dado. Esta vida eterna la reciben cuando creen en ti y en mí; en ti, porque eres el único Dios verdadero, y en mí, porque soy el Mesías que tú enviaste al mundo. A todo el mundo le he mostrado lo grande y poderoso que eres tú, porque cumplí con todo lo que me ordenaste*". (Juan 17:1-4)

**¿Por qué iba a estar Jesús estresado? ¿Por qué tendría que decir estas cosas sobre la paz? Jesús tenía todas las razones del mundo.**

1. Él fue mal comprendido.

Una de las razones por las que tú y yo tendemos a estar bajo estrés y presión es cuando nos malinterpretan. No entendieron el motivo de Jesús. No entendieron su misión. No entendieron su mensaje.

2. No lo aceptaron.

¿No sientes estrés cuando alguien a tu alrededor no te acepta? Especialmente tus compañeros. Fueron los compañeros de Jesús los que no lo aceptaron. Los religiosos, los que buscaban un Mesías, pero lo rechazaron.

3. Fue tentado.

Por eso sintió estrés. Hebreos 4:15 dice que fue tentado en todo como nosotros. Voy a ir un poco más lejos que eso. Creo que Jesús conoció tentaciones que tú y yo no podemos ni imaginar. El fue tentado a tomar un atajo alrededor de la cruz y tú y yo no podemos identificarnos con eso. No tenemos la opción de salvar al mundo.

4. Tuvo muchos enemigos.

Tú y yo sabemos algo de eso. Cualquiera de nosotros tiene algunas personas a las que no les importamos mucho, pero, a decir verdad, no sé si tengo a alguien que realmente quiera crucificarme, quitarme la vida o arrancármela.

5. Sus discípulos eran lentos para aprender.

Eso me habría matado. No soy tan paciente como nuestro Señor. Pasó más de tres años con ellos, día y noche, tratando de que lo asimilaran todo y aún así no pudieron entenderlo. Los amó lo suficiente como para morir por ellos. Creo que yo habría querido matarlos. Eran de aprendizaje lento. Se enfrentó al estrés y a la presión de una tremenda responsabilidad. La victoria sobre el pecado, la victoria sobre la tumba, la oportunidad de la salvación, la oportunidad del cielo para cada ser humano, todo eso estaba sobre sus hombros. Eso es presión y su tiempo se agota.

6. Iba a entregar el avance del reino en manos de hombres infalibles.

**¿Cómo lo hizo Jesús y cómo nos dice a ti y a mí que lo hagamos?**

1. Jesús sabía a quién acudir. Sintiendo toda esta presión dice: Padre, tengo que hablar contigo. Tú y yo necesitamos saber y practicar lo que Jesús sabía y practicaba.

2. Él sabía por qué había venido a la tierra.

Tenía un propósito y cuando dice, "*Padre, ha llegado la hora,*" está diciendo que su misión está a punto de terminar.

3. Jesús renunció a sus derechos.

Esto alivió una tremenda cantidad de presión. "*Padre, ha llegado la hora. Glorifica a tu Hijo, para que tu Hijo te glorifique a ti*". ¿Por qué oraría Jesús para que el Padre lo glorifique? Jesús era Dios venido en carne. Era parte de la Trinidad. Era parte de la Divinidad. Pero, ves que Él tenía que orar que Dios lo glorificara porque Jesús al venir a esta tierra y tomar la forma humana de un siervo había renunciado a sus derechos. Amigos, quiero decirles algo que muchos de nosotros no sabemos. Es sorprendente la presión que ejerce cada uno de nosotros tratando de proteger cada centímetro del territorio de nuestros derechos. No queremos ceder en esto, no queremos ceder en esto, y vamos a guardar cada derecho para luchar por la oportunidad. Jesús renunció a sus derechos y eso alivió una tremenda presión.

4. Él tenía algo que dar.

Se le concedió la autoridad sobre todas las personas para que pudiera dar la vida eterna. Tenía algo que dar; era ¡el mayor regalo de todos los tiempos! Es la vida eterna para todos los que vengan a él, pongan su confianza en él y obedezcan su evangelio.

5. Hizo un buen trabajo.

*"Te he dado gloria en la tierra completando la obra que me encomendaste".*

**¿Cómo conseguimos tú y yo aliviar el estrés y la presión a la que nos enfrentamos cada día? Hacemos lo mismo que hizo Jesús.**

1. Entrega todo a Dios.

Como Jesús, nosotros también debemos entregar todo a Dios. "*Así que pongan sus preocupaciones en las manos de Dios, pues él tiene cuidado de ustedes*". (1 Pedro 5:7) Dos observaciones a) Dios se preocupa por mí. Dios se preocupa por mí, se preocupa por ti y se preocupa por todos nosotros; b) Se preocupa por todo en mi vida. Me dijo "*pon todas tus preocupaciones*".

2. Entiende tu propósito en la vida.

Hemos sido creados con diferentes habilidades, todas con el propósito de glorificar a Dios y servir a los demás. Cuando tienes un propósito en la vida, puede ayudarte a manejar la presión. Ahora una de las cosas que hago siguiendo el ejemplo de Jesús es cuando siento que las presiones vienen sobre mí y las siento como tú, cuando me siento estresado, vuelvo a mi propósito básico en la vida.

### 3. Renuncia a tus derechos.

Esta es probablemente la que la mayoría de nosotros necesita trabajar y la que nos da más dificultades porque vivimos en una cultura tan llena de entrenamiento de asertividad. Es contrario a la forma de pensar del mundo. Hay cinco emociones destructivas que dañan y obstaculizan nuestra vida: el resentimiento, la amargura, la ira, el odio y el miedo. Te comen y te escupen y te garantizo que una fuente importante de cada una de esas cinco es a menudo cuando la gente no está dispuesta a renunciar a sus derechos.

Quiero que pienses conmigo por un momento. Es raro que tengas una discusión sobre un tema si entiendes y practicas este principio. Que quede claro, no estoy hablando de ser un monigote o alguien a quien siempre lo pisotean. Hay algunas cosas en la vida por las que vale la pena trazar una línea en la arena, pero no el 98% de las veces que lo hacemos. He descubierto que las personas realmente fuertes en este mundo son las que están dispuestas a ceder sus derechos. Son los débiles los que luchan por su territorio. El mayor ejemplo que conozco es Jesús. Filipenses 2:5-7, *"Tengan la misma manera de pensar que tuvo Cristo Jesús: El cual, siendo por naturaleza Dios, no consideró el ser igual a Dios como algo a que aferrarse, sino que se despojó a sí mismo, tomando la naturaleza de siervo."*

He observado a lo largo de mi vida que luchar por los derechos puede hacerte cometer algunas tonterías. Cuando *Abraham Lincoln* vivía, un hombre rico le prestó a un hombre pobre \$2.50 dólares y después de un tiempo el hombre pobre no pudo devolver el dinero, el hombre rico estaba tan molesto que fue a *Lincoln* y le pidió que lo representara. *Lincoln* no quiso aceptar el caso, pero volvió y le dijo: "Bueno, te diré algo. Dame \$10.00 dólares por adelantado y lo aceptaré. El hombre le dio \$10.00 dólares y luego *Lincoln* se dirigió al pobre hombre y le dio \$5.00 dólares. Le dijo "toma \$2.50 dólares de esto y págale y puedes quedarte con esos \$2.50" y *Lincoln* se embolsó 5 dólares. Como ven, ese hombre gastó \$10.00 dólares para recuperar \$2.50 dólares. Usted puede decir, la gente no hace ese tipo de cosas estúpidas. No creerías lo que he visto hacer a maridos y esposas que luchan por sus derechos en lugar de ceder.

### 4. Sé una persona generosa.

Eso es lo que hizo Jesús. Si regalas cosas alivias la presión. Sé generoso con tu oración, tu dinero y tus talentos.

### 5. Glorifica a Dios con la excelencia.

Haz lo mejor que puedas hacer en un día, luego vete a la cama y pon tu cabeza en la almohada. Es sorprendente lo bien que te sientes. Parte del estrés que sentimos en el mundo es cuando sabemos que no hemos hecho lo que podríamos haber hecho, eso nos persigue. Solo haz lo mejor que puedas y luego siente el alivio cuando el estrés disminuye.

[*Amazing Grace* Lección #1108]

## **Preguntas:**

1. ¿Cuáles de las siguientes afirmaciones sobre la preocupación son verdaderas?

- A. \_\_\_ 40% de las preocupaciones no ocurren nunca
- B. \_\_\_ 30 % son viejas decisiones que no pueden ser cambiadas
- C. \_\_\_ 12 % se basan en críticas falsas
- D. \_\_\_ Todas las anteriores
- E. \_\_\_ Ninguna de las anteriores

2. La paz se encuentra en...

- A. \_\_\_ El amor a la familia
- B. \_\_\_ La seguridad financiera
- C. \_\_\_ En Jesús

3. ¿En este mundo tendrás problemas?

Verdadero \_\_\_ Falso \_\_\_

4. Jesús estuvo bajo situaciones de estrés porque...

- A. \_\_\_ Era incomprendido
- B. \_\_\_ No fue aceptado
- C. \_\_\_ Fue tentado
- D. \_\_\_ Tenía muchos enemigos
- E. \_\_\_ Sus discípulos eran de lento aprendizaje
- F. \_\_\_ Todo lo anterior

5. Jesús superó el estrés porque...

- A. \_\_\_ Sabía a quién acudir
- B. \_\_\_ Sabía por qué había venido a la tierra
- C. \_\_\_ Renunció a sus derechos
- D. \_\_\_ Tenía un propósito y algo que dar
- E. \_\_\_ Hizo un buen trabajo
- F. \_\_\_ Todas las anteriores
- G. \_\_\_ B y D

## Capítulo 13

### **Libertad de las Deudas**

Uno de los cadenas más comunes, frecuentes y dominantes de nuestros días es la deuda. La deuda encadena literalmente a millones y millones de estadounidenses. De hecho, son muy pocas las personas que conozco, especialmente de mi generación y menores, que no estén endeudadas hasta la coronilla. Otros están endeudados hasta la coronilla, casi en bancarrota.

¿Por qué la deuda consume tanto? He investigado mucho y he llegado a una razón clave. Gastamos más dinero del que ganamos. ¿De acuerdo? ¿Es eso profundo? Nuestros anhelos superan nuestros ingresos. Una encuesta realizada en 1995 indicó que el estadounidense medio gasta \$1,300 dólares a crédito por cada \$1.000 dólares que gana. Ese es el problema. Alguien lo dijo de esta manera: "Cuando tus gastos superen tus ingresos, tu mantenimiento será tu perdición".

El resultado del endeudamiento es un número récord de quiebras personales y empresariales. Millones de familias están tan apuradas de dinero que cada mes es un calvario debido a las crecientes deudas.

#### **Causas del endeudamiento**

##### 1. La codicia.

La raíz de más del 95 por ciento de este dilema de la deuda es una cosa antigua que la Biblia llama codicia. Hay una epidemia en nuestra cultura de "quererlo ahora". Para la mayoría de nosotros, nuestra deuda no es causada por nuestra necesidad sino por nuestra codicia. Queremos comprar cosas que no necesitamos con dinero que no tenemos para impresionar a gente que ni siquiera nos gusta. ¿No es así?

La razón de esto es que estamos siendo bombardeados por todo este mensaje de "quererlo ahora". Cuando un estudiante se gradúa de la escuela secundaria, ha visto un promedio de 350.000 anuncios. Todos esos anuncios dicen una de estas tres cosas: (a) "Tener más cosas me hará feliz" (recordemos que en Estados Unidos se nos garantiza la vida, la libertad y la compra de la felicidad); (b) "Tener más cosas me hará importante". (Es la vieja estratagema del diablo sobre que "lo que tengo me hace ser lo que soy". Como "Tener una tarjeta de crédito no te hará realmente una mejor persona, bueno entonces, tal vez sí") y (c) "Tener más cosas te dará seguridad". Dios dice que todas estas son mentiras.

a) Mentira número uno - tener más cosas me hará feliz - "Quien ama el dinero nunca tiene suficiente dinero; quien ama la riqueza nunca está satisfecho con sus ingresos... A medida que los bienes aumentan, también lo hacen los que los consumen. *¿Lo único que sacan los ricos es el gusto de ver tanto dinero?*" (Eclesiastés 5:10-11)

b) Mentira número dos - tener más cosas me hará importante - "*¡Cuidado! Cuídate de toda clase de avaricia; porque la vida del hombre no consiste en la abundancia de sus bienes*". (Lucas 12:15)

c) Mentira número tres - tener cosas, más cosas, me dará seguridad... "*El que confía en sus riquezas caerá, pero el justo prosperará como una hoja verde*". (Proverbios 11:28) Eso es lo que dice la Palabra de Dios. La mayoría de nosotros todavía "compramos" las mentiras, y como compramos las mentiras, queremos comprar cosas con dinero que no tenemos, y entramos en esta cosa llamada, "deuda".

## 2. Fingir que somos alguien que no somos

El endeudamiento una perspectiva superficial y dañina. La deuda nos atrae como un dulce "canto de sirena" que atrae a un marinero a las destructivas costas rocosas. La letra de la canción sugiere que pedir prestado es la manera de conseguir una vida hermosa y sin dificultades. Como los niños pequeños que se visten con la ropa de papá y mamá y pretenden ser más grandes de lo que son. La deuda nos permite fingir ser alguien que no somos.

Esto es lo que Salomón dijo sobre la deuda en Proverbios 12:9, "*Más vale un patrón despreciado que un engréido que carece de pan*". Esto es lo que dijo en Proverbios 13:7, "*Unos pretenden ser ricos, y no tienen nada; otros simulan ser pobres, y lo tienen todo*". ¿No es cierto?

Alguna vez has visto en el periódico a un tipo con un yate, una flota de *Rolls Royce*, joyas y una casa en *Aspen*, y de repente se hunde. ¿Por qué? Porque lo que debía por todo eso era más de lo que valía. Por otro lado, parece que de vez en cuando me entero de alguien que vive el más modesto de los estilos de vida, y que vale una fortuna. Verás, lo primero es un fingimiento, y lo segundo es lo real. El problema de fingir es que, tarde o temprano, tienes que dejar de hacerlo con deudas. Tarde o temprano, tienes que pagarla con intereses.

Ahora, créanlo o no, hubo un tiempo en este país en el que el crédito era muy difícil de obtener. Sé que es difícil de creer. Hubo un tiempo en este país en el que podías mantener el gasto al mínimo porque cuando te quedas sin dinero, dejas de gastar. Eso no impedía la codicia; sólo ponía un freno a tus gastos. Irónicamente, más o menos al mismo tiempo que nuestro gobierno federal comenzó a vivir con dinero que no tenía, es más o menos el mismo tiempo en que la deuda y el crédito se pusieron a disposición de prácticamente todo el mundo. Todos nos convertimos en el "*Eveready Bunny*" (el conejo que nunca para) Seguimos gastando, y gastando, y gastando. Tenemos una visión muy superficial y dañina de la deuda.

## **Remedios para liberarse de las deudas**

Si pudieras ocuparte de las causas, lograrías encontrar el remedio. Entonces, ¿cómo atacamos las causas? El décimo mandamiento dice: "*No codicies*" y le sigue una larga serie de cosas que no debes codiciar. Pablo incluyó la codicia cuando resumió la Ley diciendo en Romanos 13:9 "*No codicies*". Esos y todos los otros mandamientos se resumen en uno solo: "Ama a tus semejantes como te amas a ti mismo". Pero en nuestra cultura materialista y consumista, francamente, es más fácil decirlo que hacerlo, pero se puede hacer. Hay tres cosas que hay que tener en cuenta a la hora de lidiar con tu codicia:

### 1. Resista la comparación con otras personas

La comparación siempre lleva a la codicia. Por eso en el décimo mandamiento dice: "*No codicies la casa de tu prójimo, ni el buey de tu prójimo, ni el siervo de tu prójimo*". Cuando empiezas a comparar con tu vecino, siempre vas a terminar codiciando.

"Cada uno debe evaluar sus propios actos y estar satisfecho de sus logros sin compararse con los demás". (Gálatas 6:4) ¿Puedes mirar lo que tiene otra persona y no codiciar eso? Lo que realmente estoy preguntando es, ¿has aprendido el secreto de poder admirar sin tener que adquirir? No tengo que adquirir todo lo que disfruto. Si eres una persona que tiene que poseer todo lo que disfruta, vas a ser perpetuamente miserable. Aprende a admirar sin tener que adquirir. Recuerda que, si la hierba es más verde al otro lado de la valla, lo más probable es que la cuenta del agua también sea más alta.

## 2. Alégrate de lo que Dios te ha dado

Centra tu atención en lo que Dios te ha dado. "Todo lo bueno que hemos recibido, todo don perfecto que viene de arriba es de Dios, del Padre creador de los astros del cielo, en quien nunca hay cambio ni sombra". (Santiago 1:17) Me gusta lo que dijo Salomón en Eclesiastés 5:19, "... Si Dios le da a uno riqueza, propiedades y el poder disfrutar de ellas, hay que aprovechar, aceptar lo que Dios le da a uno como regalo, el fruto de nuestro trabajo." Dios dice, disfruta de mis dones mientras te los doy. Eso es lo que tenemos que hacer.

¿Has sido alguna vez víctima de eso? "Cuando y entonces" el pensamiento dice, "Cuando consiga \_\_\_\_\_, entonces seré feliz. Puedes rellenar el espacio en blanco, lo que sea para ti. La idea es que cuando algo cambie seré feliz. No lo serás. Oh, serás feliz por un tiempo. ¿Recuerdas lo que recibiste la última Navidad? "Cuando y entonces" pensando, ¿qué es lo que esperas para ser feliz? ¿Qué es? ¿una nueva casa, un nuevo trabajo, un nuevo coche, un nuevo puesto, un matrimonio? El pensamiento de "cuándo y entonces" nunca te hace feliz. Llego a ser tan feliz como elijo serlo y cuando me enfoco en lo que Dios me ha dado.

## 3. Recuerda lo que es realmente importante

"A nosotros no nos interesa lo que se puede ver, sino lo que no se puede ver, porque lo que se puede ver, sólo dura poco tiempo. En cambio, lo que no se puede ver, dura para siempre". (2 Corintios 4:18) Cuando decidas cuáles van a ser tus prioridades en la vida, y en qué vas a centrar tu atención, deberías preguntarte siempre, ¿puedo verlo? Si puedes verlo, entonces te estás enfocando en lo temporal, en lo incorrecto.

Es un poco instructivo mirar a tu alrededor y darte cuenta de que dentro de cien años lo que ves no estará aquí. La alfombra, las sillas, las paredes, el edificio, nuestra ropa, las personas no estarán aquí. Pablo tenía toda la razón: "Si lo puedes ver, es temporal". Todo lo que puedes ver eventualmente se deteriorará, se pudrirá, se oxidará, se desgastará, y se irá, a diferencia de las cosas que no puedes ver, es decir, tu relación con Dios y con los demás, el amor, la honestidad, los valores y tu alma. Lo que tenemos que hacer es dejar de codiciar y recordar lo que es realmente importante. Así es como se trata la codicia.

Tienes que poner el hacha a la raíz de la codicia antes de poder aplicar el siguiente remedio. Aplica los principios bíblicos claves para la administración del dinero. Recuerda que no funcionará a menos que trates el principal problema conquistando tu problema de la codicia. Pero hay cuatro grandes puntales que la Biblia enseña sobre el uso de su dinero.

### a. Gana tu dinero lentamente, pero con seguridad.

Los esquemas de hacerse rico rápidamente casi nunca funcionan. Hay una docena de ellos, y son más bien llamados esquemas de "ir a la quiebra rápidamente". Proverbios 13:11 dice: "... el que ahorra dinero las aumenta poco a poco". En Proverbios 6:6, Salomón utiliza una metáfora con la que todos podemos identificarnos. "Perezoso, sigue el ejemplo de la hormiga; mira lo que hace y aprende de ella. La hormiga no tiene quién la mande, ni jefe ni líder. Sin embargo, durante el verano reúne todo su alimento; guarda su comida en la cosecha". Dijo, sé como las hormigas, trabaja y abastece y almacena poco a poco.

Ahora bien, seguro que hay algunas vocaciones que pagan sueldos más altos que otras, pero sea cual sea el trabajo que elijas, pon una buena semana de trabajo, un número razonable de horas con el máximo esfuerzo, y gana tu dinero.

### b. Ahorra dinero regularmente.

La palabra "ahorrar" es prácticamente un término olvidado en la economía americana moderna. Pero el principio de "poco a poco" no sólo se refiere a ganar, también se aplica al ahorro. Escucha lo que dijo Salomón en Proverbios 21:20: *"El sabio guarda las provisiones, pero el bruto las desperdicia"*.

Enseña esto a tus hijos y nietos y enséñales bien. El día en que una persona comienza a ganar un ingreso es el mismo día en que esa persona debe comenzar a ahorrar y hacerlo cada vez que recibe un ingreso. Si empiezan a percibir ingresos a los 14 años, repartiendo periódicos en la calle, empieza a ahorrar en ese momento. Si tienen 24 años, o 44, no es una opción, es una prioridad. Si una persona ahorra regularmente entre el siete y medio y el diez por ciento de sus ingresos, estará preparada para emergencias, imprevistos, desempleo temporal y jubilación. No estoy hablando de poner tu confianza o tu seguridad en tu dinero, recuerda que, si lo ves, se va de todas formas. El dinero es nada más y nada menos que una herramienta que se pone en nuestras manos como administradores de Dios.

El contentamiento viene a través del ahorro incluyendo algún tipo de cuenta de ahorros, y algunas buenas inversiones. Pero el contentamiento viene a través del ahorro. El estrés y el pánico vienen cuando gastamos hasta el límite y más allá. Entramos en pánico por cada desafío financiero inesperado y hay personas en toda América que viven en esa situación.

### c. Compartir generosamente.

Jesús dijo: *"No guarden tesoros para ustedes aquí en la tierra, donde la polilla y el óxido los dañarán, y donde los ladrones entran a robárselos. Más bien, guarden tesoros para ustedes en el cielo donde ni la polilla ni el óxido los dañarán y donde los ladrones no pueden entrar a robárselos. Pues donde esté tu tesoro, allí estará tu corazón"*. (Mateo 6:19-21)

Ahora bien, esas palabras de Jesús nos dicen un par de cosas absolutamente vitales: (a) donde ponemos nuestro dinero es donde están nuestros afectos. No puedes separar los dos, y (b) cuando damos dinero a la obra del Señor, estamos almacenando para nosotros tesoros en el cielo. Ahora te confieso que no lo entiendo del todo. Sé lo que es el cielo metafóricamente, es un lugar espiritual. Pero, sé que Dios me promete que cualquier cosa que pierda en esta tierra para el bien de Su causa, de alguna manera cosecharé una recompensa en el cielo.

Dios exigió a los hijos de Israel que dieran el 10%. Él requiere que los cristianos den como han sido prosperados, lo cual podría ser más, pero en algunas situaciones y circunstancias podría ser menos. Dios espera que demos porque queremos dar, pero no se limita al dinero. También debemos darnos a nosotros mismos. Al darnos de corazón a Él, enfocaremos nuestra atención en las cosas de arriba y estaremos menos inclinados a desear cosas materiales, poder, posición o prestigio.

### **¿Cómo va a mantenerme libre de deudas el dar dinero?**

Cuanto más le des, más te bendecirá Dios. Jesús dijo " Den a los demás y ustedes también recibirán. Se les dará una cantidad mayor a la que puedan contener en su regazo, aunque se la haya agitado y apretado al máximo, siempre se rebosará. Porque con la misma medida que ustedes midan a los demás, Dios los volverá a medir a ustedes" (Lucas 6:38) Ahora eso no significa que Dios es una máquina tragamonedas que cuando ponemos dinero en él, va a devolverlo todo el tiempo. Significa que él va a bendecirnos en todos los sentidos, pero pruébalo. ¿Has visto alguna vez a alguien dar más que Dios? ¿Has visto alguna vez a alguien dar más a Dios de lo que él le devuelve de alguna manera?

"Es más bendito dar que recibir". ¿Sabes lo que significa literalmente la palabra hebrea, la palabra aramea para "bendito"? Más feliz. Eres más feliz cuando das que cuando recibes. Y muchos de nosotros lo sabemos de primera mano. Ahora bien, cuanto más feliz seas, menos inclinado estarás a gastar dinero para comprar cosas que te hagan más feliz. En otras palabras, cuanto más feliz seas al regalar ese dinero, menos inclinado estarás a codiciar cosas que realmente no necesitas. Así que, gana dinero poco a poco, ahorra regularmente, comparte generosamente.

Haz un presupuesto consistente y responsable. Está claro en la Escritura que ya hemos examinado, Dios espera planificación y administración en cuanto a sus bienes puestos en nuestras manos. Otra es "*¿Qué hombre construiría una torre sin contar primero el costo?*". (Lucas 14) Él está diciendo que usted necesita tener un plan, un presupuesto enfocado en el deseo de no tener deudas.

Ese debería ser el deseo de todo cristiano. La Biblia no pone un plazo absoluto sobre la deuda, pero dice en Proverbios 22:7, "*...el que pide dinero prestado se convierte en servidor del que le presta*". Alguien lo dijo así, hay dos clases de hombres en este mundo, hay hombres que ganan intereses, y hay hombres que pagan intereses. Te garantizo que los segundos son siervos de los primeros. Puede llevar un tiempo, pero cada uno de nosotros debería tener el objetivo de estar libre de deudas tan pronto como pueda. Entonces, ¿Cuánto es suficiente? Contesta:

1. ¿Cuáles son las necesidades de mi familia?
2. ¿Cuánto quiero dar a Dios?
3. ¿Cuánto puedo ahorrar?

Las deudas no tienen por qué atarnos. La deuda en muchas formas es sinónimo de pecado, ¡así es como ha llegado a ser!  
[Amazing Grace Lección #1203]

### Preguntas:

1. Está mal pretender ser rico cuando no lo eres; pero, ¿no está mal pretender ser pobre cuando no lo eres?  
Verdadero \_\_\_ Falso \_\_\_
2. La causa común, la raíz, de las deudas es
  - A. \_\_\_ La enfermedad
  - B. \_\_\_ Educación
  - C. \_\_\_ Desempleo
  - D. \_\_\_ La codicia
3. Las mentiras de la codicia son
  - A. \_\_\_ Tener más cosas me hará feliz. (Eclesiastés 5:10-11)
  - B. \_\_\_ Tener más cosas me hará importante. (Lucas 12:15)
  - C. \_\_\_ Tener más cosas me dará seguridad (Proverbios 11:28)
  - D. \_\_\_ Todo lo anterior
4. La medida para el dilema de la deuda:
  - A. \_\_\_ Toma los asuntos en tu mano.
  - B. \_\_\_ Resiste compararte con los demás. (Gálatas 6:4)
  - C. \_\_\_ Enfócate en lo que Dios ha provisto y regocíjate. (Santiago 1:17; Eclesiastés 5:19)
  - D. \_\_\_ Recuerda lo que es realmente importante. (2 Corintios. 4:18)
  - E. \_\_\_ Todo lo anterior.
  - F. \_\_\_ A, C y D
  - G. \_\_\_ B, C y D
  - H. \_\_\_ A, B y D
5. ¿Cuál de los siguientes es un principio bíblico?
  - A. \_\_\_ Ganar dinero lentamente. (Proverbios 13:11; 6:6-9)
  - B. \_\_\_ Ahorra regularmente. (Proverbios 21:21)
  - C. \_\_\_ Dar generosamente. (Mateo 6:19-21; Lucas 6:38)
  - D. \_\_\_ Presupuestar responsablemente. (Lucas 14:25-33)

- E. \_\_\_ Deseo de no tener deudas. (Proverbios 22:7)
- F. \_\_\_ Todo lo anterior
- G. \_\_\_ Ninguna de las anteriores
- H. \_\_\_ B, C y D

Nombre:

Dirección:

Teléfono:

Correo electrónico:

**Introduzca sus preguntas o comentarios**

**Direcciones de correo electrónico y postal de los profesores.**

**Instrucciones para el estudiante para regresar el PDF**

- 1. Guarde el archivo PDF**
2. Copie la dirección del correo electrónico
3. Abra su aplicación de correo electrónico **seleccione “WRITE” (componer) y “PASTE” (pegar) la dirección del correo electrónico del instructor**
4. Seleccione el signo **“ATTACH” (ADJUNTAR),**
5. Seleccione el archivo de PDF guardado, abrirlo (automaticamente se pega a la aplicación del correo electrónico), Haga **”CLICK” y “SEND” (Enviar)**