

# EL DOMINIO PROPIO QUE LE AGRADA AL SEÑOR IGLESIA DE CRISTO EN EL ESTE

JONATHAN HANEGAN  
CARACAS – VENEZUELA

*Como ciudad sin murallas e indefensa es el que no puede controlarse.*  
Proverbios 25:28

Podemos tener la plena seguridad que el Espíritu Santo está morando en nosotros cuando vemos su fruto en nuestras vidas. Gálatas 5:22 dice que su fruto es: amor, alegría, paz, paciencia, amabilidad, bondad, fidelidad, humildad y dominio propio.

Es interesante notar que no son los “frutos” del Espíritu, más bien, el fruto, o sea, el conjunto de virtudes que el Espíritu de Dios produce en nosotros. Si realmente somos como árboles plantados por Dios, produciremos el fruto que le agrada al Señor.

En los tiempos antiguos, las murallas de una ciudad era su mejor defensa contra un ataque de sus enemigos. Nosotros somos como una ciudad. Nuestro dominio propio representa esa muralla de protección que nos rodea.

Dominio propio, o templanza, es control de uno mismo. Se puede decir que es “gobernar los deseos de uno mismo.” Un autor dice que es “una regulación sana de nuestros deseos y apetitos para prevenir su exceso.” Otro autor dice que es la “habilidad de evitar el exceso y mantener un buen equilibrio.” Estas definiciones reconocen que, como seres humanos, tenemos la tendencia de entregarnos a nuestros deseos e pasarnos en exceso.

El dominio propio va más allá que controlar nuestros apetitos físicos. También deberíamos ejercer control sobre nuestros pensamientos, emociones y lengua.

Pablo describe el dominio propio como “golpear su cuerpo y ponerlo en servidumbre” (1 Corintios 9:27). El dominio propio es necesario porque estamos batallando contra nuestros propios deseos. Pedro dice que estos deseos batallan contra el alma (1 Pedro 2:11). Nuestros deseos son tan peligrosos porque moran en nuestros corazones.

Hay dos términos en el griego para “dominio propio”: 1). la templanza o la moderación de nuestros deseos, una fuerza interior que permite que controlemos nuestras pasiones y deseos y 2). ser sobrios con un juicio recto.

Vemos entonces que el concepto bíblico del dominio propio es: un juicio recto que nos permite determinar como deberíamos responder ante la tentación y una fuerza interior para llevar a cabo ese juicio. No sólo nos permite distinguir entre lo bueno y lo malo, sino también distinguir entre lo bueno y lo mejor, el *sonum bonum*.

Pablo dice en 1 Corintios 6:12 que *Todas las cosas me son lícitas, mas no todas convienen; todas las cosas me lícitas, mas yo no me dejaré dominar de ninguna.*

No basta con sólo tener un juicio recto, también hay que tener la fuerza para llevarlo a cabo. Muchos de nosotros sabemos cómo deberíamos responder ante muchas situaciones pero por falta de fuerza, por falta de ánimo y convicción, elegimos mal.

**Definición del dominio propio:** *El dominio propio es el ejercicio de la fuerza interior bajo el recto juicio que nos permite hacer, pensar y decir las cosas que le agradan al Señor.*

Vamos a ver tres áreas donde tenemos que poner nuestros cuerpos en servidumbre:

#### HONRA A DIOS CON SU CUERPO

Dios nos ha dado muchas cosas aquí en la tierra para nosotros disfrutar. Por ejemplo, la creación no solamente nos sustenta a través de la cosecha, sino también da placer. Pero como nuestros deseos han sido corrompidos, las cosas que fueron creadas para nosotros disfrutar de ellas, han vuelto un peligro para nosotros porque tienen la capacidad de dominarnos.

Tito enfatiza varias veces la necesidad de todos de ejercer el dominio propio. Tito recuerda a sus lectores que los cretenses tienen fama de ser “siempre mentirosos, malas bestias [brutos malvados] y glotonos perezosos.”

El dominio propio debería ser ejercitado en tres áreas del cuerpo:

La glotonería, la pereza (flojera) y la inmoralidad sexual (impureza).

La glotonería: muchas veces nos pasamos comiendo. Tenemos que reconocer que comemos o bebemos, debería ser para la gloria de Dios (1 Corintios 10:31).

La pereza: tenemos fuerzas, muchas veces para lo que nos interesa y nos quedamos rendidos ante la oportunidad de servir a Dios o tener comunión con nuestros hermanos. Veamos el ejemplo de Jesús en Marcos 1:32-38.

La inmoralidad sexual: el plan perfecto de Dios para nuestras vidas limita la actividad sexual al matrimonio. La Biblia deja ese punto bien claro: Hebreos 13:4; 1 Tesalonicenses 4:3-6; Mateo 5:28

#### TOMAR CAUTIVO TODO PENSAMIENTO

Dios nos manda a través del apóstol Pablo de tomar cautivo todo pensamiento para Dios, 2 Corintios 10:3-5. En este pasaje, Pablo está hablando de los que le oponen en Corinto. Sin embargo, el principio es válido para el dominio propio. El control de nuestros pensamiento es no entretener pensamientos que no son aceptables para Dios. El control

de nuestros pensamientos no es sólo evitar pensamientos malos, sino meditar en lo que Dios desea para nosotros.

Proverbios 4:23 – “corazón” refiere a nuestro ser conciente: nuestro entendimiento, nuestras emociones, conciencia y voluntad. Si no cuidamos nuestros pensamientos, esos malos deseos harán crecer raíces de pecado en nosotros.

Nuestras mentes son campos abiertos donde pensamientos pecaminosos son sembrados y regados y de allí salen para el mundo a través de nuestros cuerpos. Muy pocas personas pecan con el cuerpo sin haberlo premeditado. Por lo tanto, nuestra primera línea de defensa en la batalla por el dominio propio son nuestros pensamientos.

Pablo escribiendo en 1 Timoteo 6:11, después de haber exhortado a Timoteo de cuidarse del amor al dinero, le dice que “huye de todo eso.” Sigue diciendo, “esmérate en seguir la justicia, la piedad, la fe, el amor, la constancia y la humildad.” ¿Cuántas veces entretenemos malos pensamientos a través de la televisión, Internet, películas, viendo propagandas, revistas y otros medios? Tenemos que sencillamente “huir.”

Deberíamos cuidar nuestros pensamientos porque Dios los conoce:  
Salmo 139:2-4; Salmo 19:14

Salomón dice: guarda tu corazón y Pablo dice: huye de todos eso.

#### CONTROLANDO NUESTRAS EMOCIONES

Tenemos que aprender a controlar nuestras emociones. No lo digo porque ya yo lo he logrado. Más bien, lo digo porque Dios nos manda a hacerlo. Un temperamento explosivo es una contradicción para una persona que procura vivir piadosamente como Cristo. A no controlar nuestras emociones no solamente dejamos florecer nuestras pasiones y deseos no gobernados sino también herimos a las demás personas.

Malos pensamientos hacen daño a nosotros mismos. Cuando lleguen a tomar forma en nuestras acciones y palabras, hacen daño a los demás.

Proverbios 16:32 – Más vale la paciencia que la valentía.

Las emociones que más nos hacen daño a nosotros mismos son resentimiento, amargura y lastima por uno mismo. También hacen daño a nuestra relación con Dios. Estos sentimientos son como un cáncer que fácilmente pueden terminar con nosotros.

Estos sentimientos se alimentan por nuestro capricho. Ponen nuestras derrotas, nuestro orgullo herido y nuestros sueños no logrados en el trono de nuestros corazones y llegan a ser ídolos. Alimentamos el resentimiento y la amargura y nos bañamos en lastima por nosotros mismos. Cuando hacemos eso, elegimos pensar y entregarnos a sentimientos que no pueden hacer más que alejarnos de Dios. Estas emociones hacen daño a nuestra salud espiritual.

Pueden pasar dos cosas:

- 1). La Palabra de Dios te puede guardar del pecado o
- 2). El pecado te puede guardar de la Palabra de Dios.

Proverbios 27:12

¿Cómo sabremos lo que nos hace daño si no conocemos la voluntad de Dios para nuestras vidas?

¿Cómo vamos a fortalecer esa fuerza interior que nos lleva a actuar de manera que le agrada a Dios?

¿Cómo vamos a tener idea de lo que es el juicio recto, si no conocemos los caminos de Dios?

La prudencia espiritual siempre nos lleva de rodillas en oración y a la Palabra de Dios.

El comienzo del dominio propio es dejarse dominar por Cristo Jesús. Agustín escribió, “¿quisiera que tu carne obedeciera a tu espíritu? Entonces, deberías entregar tu espíritu a Dios para obedecerlo para que sea gobernado para que tú también puedas gobernar tu carne.”

La batalla por el dominio propio comienza en nuestras mentes. Tenemos que conquistar nuestras pasiones, nuestros deseos y pensamientos.

Tenemos que reconocer que la voluntad se fortalece con la obediencia. ¿Te cuesta el dominio propio? Es más fácil a la medida que nos entreguemos completamente a Dios.

La disciplina espiritual del dominio propio no es para amarrar el hombre, sino librarlo de sus malos deseos.