

Un Nuevo Pensar – Cultivando la Mente de Cristo

*“No os conforméis a este siglo, sino transformaos por medio de **la renovación de vuestro entendimiento**, para que comprobéis cual sea la buena voluntad de Dios, agradable y perfecta.” Romanos 12:1-2*

*“Esto, pues, digo y requiero en el Señor: que ya no andéis como los otros gentiles, que andan en **la vanidad de su mente...**” Efesios 4:17*

*“...mas nosotros tenemos **la mente de Cristo.**” 1 Corintios 2:16*

Nuestro Objetivo – Cambiar nuestra forma de pensar.

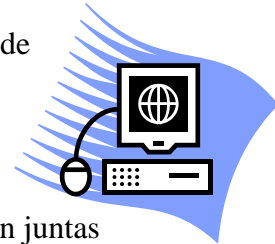
- Entender como pensamientos erróneos nos atrapan en patrones pecaminosos.
- Aprendemos como vivir según principios de la palabra en lugar de sentimientos

La Mente – el Campo de Batalla



Nuestros pensamientos son como la programación de una computadora. Las programas son invisibles, pero forman un diseño interno que dirige cada aspecto del funcionamiento de la maquina. Nuestros pensamientos son así.

Nuestra forma de *pensar* y nuestra forma de *andar* van juntas como anillo al dedo. Por esto, la mente es el campo de batalla principal para el cambio de vida.



Nuestra Conversación Interna - ¿Qué te estas diciendo?

Estamos hablando siempre – ¡dentro de nuestras cabezas! Es la conversación constante que llevamos con nosotros mismos. Nos hablamos siempre - analizando, reaccionando, evaluando, observando...etc.

Normalmente no estamos conscientes de la información que estamos procesando en nuestras mentes. Consciente o no, los mensajes que nos hablamos nos afectan profundamente. Estos mensajes causan sentimientos y motivan nuestras acciones. Cuando ciertos sentimientos y acciones se repitan mucho durante muchos años, vuelven a ser hábitos establecidos en nuestras vidas.



Pensamientos Provocan Sentimientos



Imaginamos que tienes el siguiente pensamiento cuando estas en una clase.

“El maestro tiene una pistola en su abrigo y me va a atacar.”

¿Cuáles son los sentimientos que se te ocurren?

¿Cuáles son algunas acciones que tal vez tomarías si tuvieras un pensamiento así?



Ahora imaginamos otro pensamiento.

“El maestro tiene cien dólares en su abrigo que me va a regalar.”

¿Cuáles son los sentimientos que se te ocurren?

¿Cuáles son algunas acciones que tal vez tomarías?

Escúchate a ti mismo. ¿Qué te estas diciendo?

Generalmente no sabemos cuales son los pensamientos que provocan nuestros sentimientos y acciones.

- Sentimos ansiedad y no sabemos por que.
- Sentimos tristes o deprimidos y no sabemos por que.
- Sentimos impulsados a tomar demasiado alcohol
- Sentimos el deseo de comprar demasiadas cosas o comer demasiado – y no sabemos por que.



Si estamos más conscientes de los pensamientos – de la conversación interna – que causa nuestros sentimientos, podemos evaluar tales pensamientos y tal vez cambiarlos.

¿Cómo podría ser de provecho para nosotros estar más consciente de los pensamientos que tenemos?

Si estamos más conscientes de los pensamientos que provocan ciertos sentimientos, podemos evaluar estos pensamientos, y tal vez cambiarlos.

Fortaleza Mentales = Mentiras que Creemos

- *Provocan sentimientos malos*
- *Inspiran acciones pecaminosas*
- *Forman hábitos destructivos*

Una Fortaleza es **“Stinkin’ Thinkin’”**



Guerra Espiritual en el Campo de Batalla de la Mente

Lee este texto y Subraya cada referencia a la mente o a los pensamientos.

“Pues aunque andamos en la carne, no militamos según la carne; porque las armas de nuestra milicia no son carnales, sino poderosas en Dios para la destrucción de fortalezas, derribando argumentos y toda altivez que se levanta contra el conocimiento de Dios, y llevando cautivo todo pensamiento a la obediencia a Cristo, y estando prontos para castigar toda desobediencia, cuando vuestra obediencia sea perfecta.” Lee 2 Corintios 10:3-6.

Según el texto, ¿Cómo derribamos las fortalezas en nuestras cabezas?

¿Cuál es la meta de derribar las fortalezas en nuestras mentes?

Pasos para Derribar una Fortaleza Mental

1. Renunciar los pensamientos y creencias pecaminosas
2. Afirmar la verdad de la palabra de Dios
3. Vivir en obediencia a esa palabra



Viviendo la Vida Loca



¡Estás loco! - ¡y yo también! ¡*El pecado es locura!* En nuestra mente torcida y engañada, creemos que rebelar contra Dios y sus palabras nos hará feliz. Estas creencias locas nos impulsan a pecar.

Pensamientos Locos – Acciones Locas

Pensamientos de Fe – Vida Bendecida de Santidad

¡Tenemos que reconocer cuales son las “locuras” que creemos!

Ejemplo: Paco y la Pornografía

Mientras lees este testimonio, observa

¿Cuáles son los pensamientos que Paco tiene que lo lleva a seguir pecando?

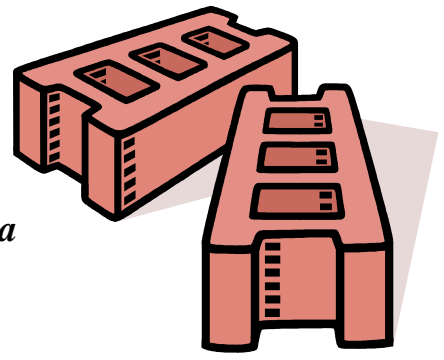
Paco es un hombre que es adicto a mirar imágenes pornográficas. Es un hombre que siente muchas ansiedades en su trabajo y vida familiar. Cuando siente el estrés de los desafíos profesionales; o cuando tiene una discusión con la esposa; o cuando tiene una necesidad financiera, *él siente que el estrés es imposible de soportar*. Como un escape, él se sienta a mirar la pornografía, y por un tiempo, se olvida de sus problemas. *“Soy hombre y no puedo dejar de hacerlo,”* él se dice. Cuando lo hace, se siente feliz y relajado, pero después se siente mucha vergüenza y culpabilidad. La esposa se molesta porque se siente rechazada. Paco quiere servir a Dios, pero la vergüenza de su adicción secreta lo impide de tomar ventaja de las oportunidades para servir en la iglesia. Este hábito es una fortaleza en su vida.

¿Cuales creencias falsas llevan a Paco a seguir en su pecado?

1. _____
2. _____
3. _____

¡Estas creencias forman una fortaleza en su vida!





Deseos Engañosos son los Ladrillos de una Fortaleza

Un deseo engañoso = un deseo que nos promete algo falso

Lee Efesios 4:17-24 En este texto, subraya cada palabra o frase que hace referencia a la mente o el entendimiento.

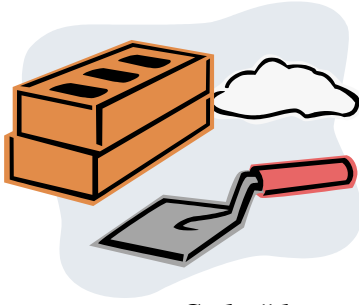
“Esto, pues, digo y requiero en el Señor: que ya no andéis como los otros gentiles, que andan en la vanidad de su mente, teniendo el entendimiento entenebrecido, ajenos de la vida de Dios por la ignorancia que en ellos hay, por la dureza de su corazón; los cuales, después que perdieron toda sensibilidad, se entregaron a la lascivia para cometer con avidez toda clase de impureza. Más vosotros no habéis aprendido así a Cristo, si en verdad le habéis oído, y habéis sido por él enseñados, conforme a la verdad que está en Jesús. En cuanto a la pasada manera de vivir, despojaos del viejo hombre, que esta viciado conforme a los deseos engañosos, y renovaos en el espíritu de vuestra mente, y vestíos del nuevo hombre, creado según Dios en la justicia y santidad de la verdad...”

¿Cuál es el resultado de tener “*el entendimiento entenebrecido*”?

¿Qué significa, en este contexto, “*perder toda sensibilidad*”?

¿Cuál es el resultado de aprender “*la verdad que está en Jesús*”?

Ejemplos de “deseos engañosos.”



- “Si yo tengo un nuevo carro, tendré mas amigos.”
- “Si yo como toda esta pizza, no voy a sentirme deprimido.”
- “Si me meto una droga, voy a olvidar mis problemas.”
- “Si me acuesto con este hombre, no me voy a sentir solitaria nada mas.”
- “Si tengo mas dinero, se me acabarán las ansiedades.”
- “Si miro la pornografía, me voy a sentir bien y mas relajado.”

Cada “deseo engañoso” tiene algo de la verdad.

Si tienes un nuevo carro, tal vez algunas personas van a querer andar contigo en él, pero no necesariamente son amigos de verdad.

Si comes la pizza, vas a sentir alivio en el momento, pero después te quedas más deprimido que nunca, y ¡gordito también!

Si te metes drogas, tal vez te olvidas de los problemas por unos breves momentos, pero después todos los problemas te esperan, con creces.

Si te acuestas con este hombre, tal vez disfrutas de una compañía momentánea, pero después te quedas mas vacío que nunca.

Si ganas más dinero, tal vez puedes salir de unas deudas, pero seguramente mas ansiedades vendrán. ...etc. etc. etc.

Los Deseos Engañosos nos Llevan al Pecado

“Concupiscencia” = “Deseos Engañosos”

“... cada uno es tentado, cuando de su propia concupiscencia es atraído y seducido. Entonces la concupiscencia, después de que ha concebido, da a luz el pecado; y el pecado, siendo consumado, da luz la muerte.” – Santiago 1:14-15



Pecado es un Proceso

- | | |
|---------------------------------|---|
| 1. <i>Atracción</i> al pecado | - Deseo Engañoso |
| 2. <i>Sedución</i> | - Se cree la mentira del deseo engañoso |
| 3. <i>Concepción</i> del Pecado | - Se pone en acción pecaminosa |
| 4. <i>Pecado</i> | - Entramos en el pecado |
| 5. <i>Consumación</i> | - El pecado llega a ser un habito de vida |
| 6. <i>La Muerte</i> | - El pecado nos destruye espiritualmente |

¡Nuestra meta es interrumpir el proceso en pasos # 1 y # 2!

Buenas Noticias – ¡Podemos decir que “NO”!!

¡En Cristo, no somos esclavos de nuestros pensamientos y sentimientos!

Por el poder del espíritu,

- Podemos cambiar nuestra conversación interna
- Podemos reemplazar mentiras con la fe y la verdad
- Podemos escoger una actitud diferente

Porque la gracia de Dios se ha manifestado para salvación a todos los hombres, enseñándonos que, renunciando a la impiedad y a los deseos mundanos, vivamos en este siglo sobria, justa y piadosamente.” (Tito 2:11-12)

*“For the grace of God that brings salvation has appeared to all men. **It teaches us to say “No”** to ungodliness and worldly passions, and to live self-controlled, upright and godly lives in this present age...”*

Como Derribar una Fortaleza Mental

Subraya cada referencia en este texto arriba al entendimiento, creencias, etc.

“Por tanto, ceñid los lomos de vuestro entendimiento, sed sobrios, y esperad por complete en la gracia que se os traerá cuando Jesucristo sea manifestado; como hijos obedientes, no os conforméis a los deseos que antes teníais estando en vuestra ignorancia; sino, como aquel que os llamo es santo, sed también vosotros santos en toda vuestra manera de vivir; porque escrito esta: Sed santos, porque yo soy santo.” 1 Pedro 1:13-16.

¡Nuevo pensar es la clave para la santidad! En Cristo, hay poder para reconocer la mentira de un deseo engañoso, y rechazarlo.

Pasos para Derribar una Fortaleza Mental

1. *Renunciar* los pensamientos y creencias pecaminosas
2. *Afirmar la verdad* de la palabra de Dios
3. *Vivir en obediencia* a esa palabra



¡La Verdad nos Hace Libres!

“Conoceréis la verdad, y la verdad os hará libres.” Juan 8:32

Paco y la Pornografía
- Renunciar la Mentira y Confesar la Verdad

Los Pensamientos de Paco (Fortalezas Mentales)

- *No puedo soportar los problemas de mi vida*
- *Si miro la pornografía, me voy a sentir mas relajado*
- *Soy hombre y no puedo dejar de hacerlo*



Mentira #1 - “No puedo soportar los problemas de mi vida.”

¿Qué es la verdad? _____

_____.

Mentira #2 - “Si miro la pornografía, me voy a sentir mas relajado.”

¿Qué es la verdad? _____

_____.

Mentira #3 - “Soy hombre y no puedo dejar de hacerlo.”

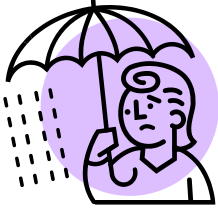
¿Qué es la verdad? _____

_____.

Si Paco cambia su manera de hablarse a el mismo – su forma de pensar – en la manera que tu sugieres arriba, ¿Cómo cambiaría su comportamiento?

_____.

Vivir por Fe y no por Sentimientos ni Circunstancias



*¡No somos esclavos a nuestros sentimientos! Por el poder del Espíritu, podemos vivir por fe, y no por lo que sentimos del momento. Muchas veces no podemos controlar nuestras circunstancias y nuestros deseos, pero si podemos controlar *nuestra reacción y nuestra actitud.**

Vivir por fe – no por Circunstancias

Todos tenemos que bregar con las circunstancias malas...

- Enfermedades
- Problemas financieras
- Personas desagradables
- El frío del invierno
- Problemas familiares
- Errores del pasado
- Nuestro trasfondo familiar



La pregunta es...¿Cómo responderás?

Muchas veces no podemos controlar las circunstancias, pero si podemos controlar nuestra reacción. Podemos ser la víctima, o usar nuestra fe, y vivir encima de las circunstancias.

Pablo Escogió el Gozo – Lee Filipenses 1:12-18

La felicidad es un sentimiento, pero el gozo es una decisión.

Pablo escribe desde la cárcel, sufriendo terriblemente por su fidelidad al Señor. Además, sus enemigos están predicando en las calles precisamente con la intención de causarle más sufrimiento en la cárcel. ¿Qué dirías tú en circunstancias así? ¿Qué actitud tendrías? Por sentimientos, sería muy natural estar triste, desanimado, amargado, ansioso etc. Observamos la actitud de Pablo.

¿Cómo reacciona Pablo a ser encarcelado? (Filipenses 1:12-14)

¿Cómo reacciona Pablo a los hermanos que predicán “no sinceramente, pensando añadir aflicción a (sus) prisiones...”? (Filipenses 1:15-18)

Como Cultivar una Mentalidad de Fe - ¡Especialmente cuando no sentimos hacerlo!

No es fácil mantenernos enfocados en Dios cuando hay dificultades o tentaciones en la vida. En la iglesia de Filipos hubo un conflicto feo entre dos hermanas, líderes. Pablo les da consejos de cómo controlar los sentimientos negativos y escoger el gozo y la paz cuando estén molestas.

“Regocijaos en el Señor siempre. Otra vez digo: ¡Regocijaos! Vuestra gentileza sea conocida de todos los hombres. El Señor está cerca. Por nada estéis afanosos, sino sean conocidas vuestras peticiones delante de Dios en toda oración y ruego, con acción de gracias. Y la paz de Dios, que sobrepasa todo entendimiento, guardará vuestros corazones y vuestros pensamientos en Cristo Jesús. Por lo demás, hermanos, todo lo que es verdadero, todo lo honesto, todo lo justo, todo lo puro, todo lo amable, todo lo que es de buen nombre; si hay virtud alguna, si algo digno de alabanza, en esto pensad. Lo que aprendisteis y oísteis y visteis en mí, esto haced; y el Dios de paz estará con vosotros.” Fil 4:2-9

Según esto texto, ¿Cuáles son cinco estrategias para cultivar una perspectiva de paz y gozo?

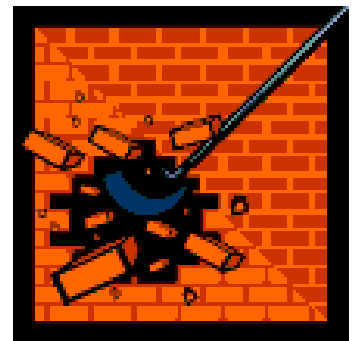
1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

Memorizar la Palabra de Dios - La Palabra Derriba las Fortalezas

“¿Con que limpiará el joven su camino? Con guardar tu palabra. ... en mi corazón he guardado tus dichos, para no pecar contra ti.” (Salmo 119:9 & 11)

Jesús venció mentiras con la palabra memorizada.

*“Y vino el tentador, y le dijo: Si eres Hijo de Dios, di que estás piedras se conviertan en pan. El respondió y dijo: **Escrito está:** No solo de pan vivirá el hombre, sino de toda palabra que sale de boca de Dios.”* (Mateo 4:3-4)



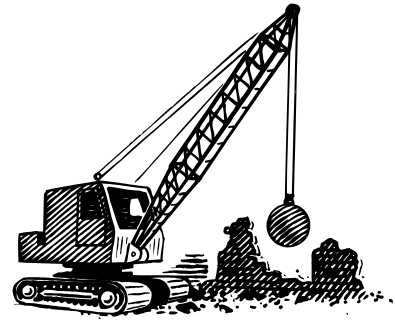
Asignación: Memoriza este Versículo y Repítelo cuando en un momento de prueba

“Todo lo puedo en cristo que me fortalece.” (Fil. 4:13)

Una Fortaleza para Derribar - ¡Hazlo tu!

Identifica un problema en tu vida

Anota un área de lucha en tu vida, puede ser un problema emocional o un hábito pecaminoso.



Ejemplo

Problema General - Mi carácter – me enojo mucho.

Caso Especifico - Grite a mi esposa cuando me pidió quitar calzoncillos del piso.

Problema General - _____.

Caso específico - _____.

Identifica los Pensamientos y Sentimientos

Piensa en la última vez que sufriste de ese problema. ¿Qué paso dentro de ti? ¿Cómo era *tu conversación interna* cuando caíste en ese patrón negativo? ¿Cuáles son algunos pensamientos, sentimientos y creencias que recuerdas?



Ejemplo

Pensamientos y Sentimientos

1. Ella no tiene el derecho de hablarme de esta manera.
2. Yo trabajo tanto que no debe exigir que yo haga tales cosas.
3. Yo soy el hombre de la casa puedo dejar mis calzoncillos donde yo quisiera

Pensamientos y Sentimientos que Tuve

1. _____
2. _____
3. _____

¿Cuales son Pensamientos Diferentes?

Ahora, visualiza la misma situación, pero una reacción diferente. Describe otra forma en que pudieras haber pensado.

Ejemplo

Pensamientos Diferentes

1. Yo soy llamado a amar y servir a mi esposa. Atender a una cosita así no rebaja en absoluto. Al contrario, es una forma de expresar mi liderazgo espiritual en el hogar.
2. Si no fuera tan cochino yo, ella no se molestaría de esta manera.
3. Ella está cansada y frustrada después de atender a los niños todo el día. Puedo expresar paciencia y misericordia a ella.
4. Me siento molesto, pero no tengo que gritarle. Puedo dejarle saber que no quisiera que me hable de esta manera sin levantar la voz.



Pensamientos Diferentes

1. _____
_____.
2. _____
_____.
3. _____
_____.

Un Versículo para Memorizar

Anota un versículo que puedes memorizar y confesar la próxima vez que te sientes tentado a caer en ese patrón negativo.

Ejemplo

Versículo: Santiago 1:19-20

Escríbelo - “Por esto, mis amados hermanos, todo hombre sea pronto para oír, tardo para hablar, tardo para airarse; porque la ira del hombre no obra la justicia de Dios.”

Versículo _____

Escríbelo – _____

_____.

