

# Lección 9

---

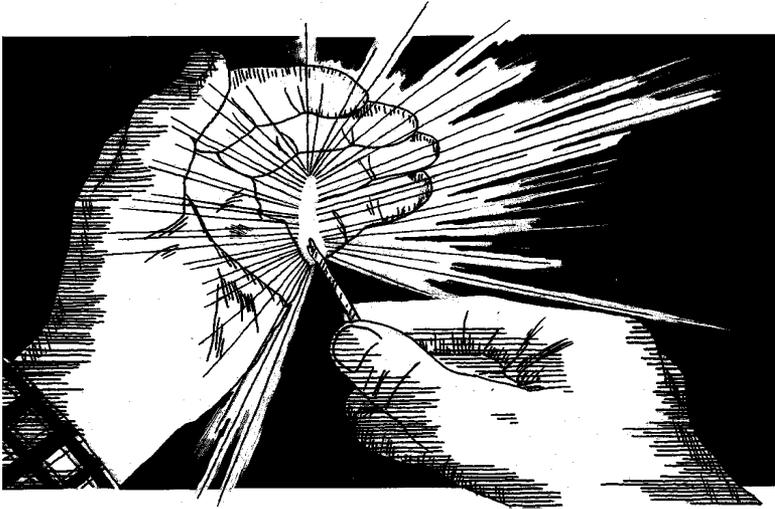
## Templanza: El fruto de la disciplina

En la noche del 8 de octubre de 1871, una señora de apellido O'Leary encendió una pequeña lámpara y se dirigió al establo, para poder alumbrarse mientras ordeñaba la vaca. El animal pateó la lámpara y la débil llama de la misma encendió el heno seco, con lo cual se inició un incendio de proporciones mayores. El fuego duró más de 24 horas, arrasando la zona comercial central de la gran ciudad de Chicago y destruyendo 17.450 edificios en un área aproximada de seis a siete kilómetros cuadrados. Murieron como 300 personas por lo menos, 90.000 quedaron sin hogar y los daños ascendieron a la suma de 200 millones de dólares. Todo porque una vaca pateó una lamparita que tenía una débil llama.

El fuego es muy necesario y tiene muchos usos en nuestras casas y fábricas cuando se mantiene bajo control. Pero cuando pierde uno el control del mismo se convierte en un terrible enemigo que destruye todo lo que toca. Es necesario controlar adecuadamente el fuego al usarlo como gran fuente de energía.

El hombre al ser creado fue lleno de energía mental, física, emocional y espiritual, la cual debe usar y controlar adecuadamente para que sea de beneficio. No es de sorprender, entonces, que esta energía deba someterse al control del Espíritu Santo. En esta lección examinaremos el último de los elementos del fruto del Espíritu: templanza. Este es el fruto de la disciplina. La persona que le permite al Espíritu Santo conformarle a la imagen de Jesús desarrollará templanza en cada área de su vida.

¿Necesita usted más disciplina en su vida cristiana? El fruto de la templanza es la solución — porque equivale al control del Espíritu: rendición total a la dirección del Espíritu Santo en todo lo que hace.



## **bosquejo de la lección**

La templanza identificada  
La templanza descrita  
La templanza ilustrada

## **objetivos de la lección**

Al terminar de estudiar esta lección usted debería tener la capacidad de:

- Declarar definiciones bíblicas y seculares de la templanza.
- Explicar lo que se debe hacer para que el Espíritu Santo produzca el fruto de la templanza.
- Definir los términos *temperancia*, *moderación*, *ascetismo* y *abstención*.
- Citar textos bíblicos para apoyar los principios de moderación y templanza.

## **actividades para el aprendizaje**

1. Estudie esta lección como lo ha hecho en las anteriores. Lea todos los textos bíblicos citados en el desarrollo de la lección, conteste todas las preguntas de estudio y busque las definiciones de las palabras claves que desconozca.

2. Como antecedente de esta lección lea Romanos 8.
3. Tome el autoexamen y compruebe sus respuestas.

### palabras claves

abstención	dominio	moderación
abstenerse	equilibrio	sensual
abusar	excesivo	sujeción
antídoto	excesos	temperancia
ascetismo	glotonería	
disolución	indulgencia	

## desarrollo de la lección

### LA TEMPLANZA IDENTIFICADA

#### Definiciones bíblicas

**Objetivo 1.** *Seleccionar declaraciones del concepto bíblico de templanza.*

Mas el fruto del Espíritu es amor, gozo, paz, paciencia, benignidad, bondad, fe, mansedumbre, *templanza* (Gálatas 5:22-23).

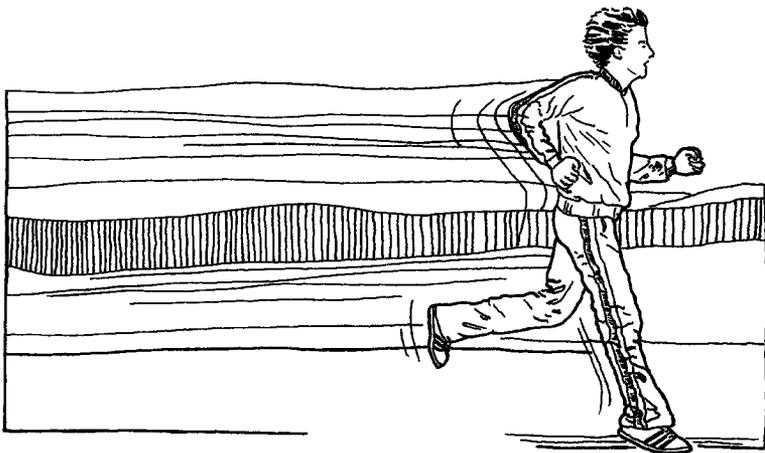
Dios tuvo el plan de que, comenzando con la salvación, el creyente fuera dirigido hacia una vida de templanza. “Porque la gracia de Dios se ha manifestado para salvación a todos los hombres, enseñándonos que, renunciando a la impiedad y a los deseos mundanos, vivamos en este siglo sobria, justa y piadosamente” (Tito 2: 11-12). La templanza como fruto del Espíritu es la autonegación ante los malos deseos o placeres. La templanza contrasta con las últimas dos “obras de la carne” (Gálatas 5:21) — borracheras y orgías — las cuales se refieren a la indulgencia excesiva en una actividad.

La palabra original traducida como “templanza” es *enkrateia*, la cual aparece en forma de sustantivo sólo en tres pasajes: Gálatas 5:22; Hechos 24:25; 2 Pedro 1:6. En Gálatas 5:22 se usa para referirse al último elemento de los nueve que componen el fruto del Espíritu. En Hechos 24:25 San Pablo empleó el término para hablarle a Félix “acerca de la justicia, del dominio propio y del juicio venidero.” En 2 Pedro 1:5-6, como el caso de Hechos, también se traduce en nuestra Biblia como “dominio propio” en la lista de las virtudes: “Añadid a vuestra fe virtud; a la virtud, conocimiento; al conocimiento, dominio propio . . .”

La idea básica de *enkrateia* es de fuerza, poder o dominio de sí mismo. Es gobierno propio. Eso debemos hacer: gobernarnos a nosotros mismos bajo la dirección del Espíritu Santo. La templanza, o el dominio propio, como fruto del Espíritu es autodisciplina.

La forma verbal relacionada con el dominio propio es *enkrateuomai*, la cual se usa en 1 Corintios 9:25 para describir la estricta capacitación y disciplina de los atletas que luchan por ganar el premio. Las analogías del atleta y del soldado se usan con mucha frecuencia en los escritos de San Pablo. Ambos evidentemente hablan de autodisciplina, la cual es esencial en actividades deportivas y militares. San Pablo exhorta a los corintios: “Corred, de tal manera que lo obtengáis [el premio]” (v. 24). Y agrega: “Así que, yo de esta manera corro, no como a la ventura; de esta manera peleo, no como quien golpea al aire, sino que golpeo mi cuerpo, y lo pongo en servidumbre, no sea que habiendo sido heraldo para otros, yo mismo venga a ser eliminado” (vv. 26-27). San Pablo no se refiere aquí a castigar su cuerpo con un látigo, sino a mantenerlo en sujeción, a controlar los deseos que no le agradan a Dios.

El atleta que se esfuerza mucho en el entrenamiento de su cuerpo sólo cuando su entrenador está presente nunca ganará el premio. El conductor que obedece la señal de tránsito sólo cuando un policía está cerca no está practicando la templanza o dominio propio. El obrero que trabaja más lento en el empleo cuando el mayordomo está ausente no está autodisciplinado. Todos estos ejemplos demuestran la apariencia exterior de conformarse a las expectativas de alguien más sin que ocurra un cambio real en su interior.



La forma verbal *enkrateuomai* también se usa en 1 Corintios 7:9 en relación con el dominio del creyente sobre sus deseos sexuales: “Pero si no tienen [los solteros] don de continencia, cácese, pues mejor es casarse que estar quemando.” En la lección anterior estudiamos que *praotes* (mansedumbre) incluye la idea de dominio propio en el área de la ira: airarse en el momento oportuno, no en el inoportuno. *Enkrateia* se refiere más al control de las pasiones sensuales que a la ira, como el dominio sobre los deseos sexuales o la moderación en el comer y el beber. En otras palabras, la templanza es dominio sobre los deseos del yo.

**1** ¿Cuál definición representa el concepto bíblico de dominio propio o templanza?

- a) Quemarse de pasión
- b) Negarse a comer o beber todo aquello que da placer
- c) Disciplinarse en los hábitos diarios
- d) Dominar los deseos malos o egoístas
- e) Castigar el cuerpo por sus fuertes deseos
- f) Poder vencer la tentación
- g) Gobernarse a sí mismo mediante la dirección del Espíritu

**2** El apóstol San Pablo enseñó en 1 Corintios 9:25-27 que nosotros, los seguidores de Cristo, deberíamos

- a) mantener nuestro cuerpo en sujeción mediante formas de castigo tales como negarse a uno mismo las experiencias placenteras.
- b) por entrenamiento estricto, aprender a controlar nuestros deseos para que podamos ser dignos de la aprobación del Señor.

## Definiciones seculares

**Objetivo 2.** *Seleccionar una definición secular similar a la descripción de San Pablo del hombre natural.*

Platón le llamó a la *enkrateia* “dominio propio.” Es el dominio de una persona sobre sus propios deseos y su amor por el placer. También dijo que es lo *opuesto* de la indulgencia excesiva en comidas y sexo. Cierta erudito bíblico advierte que si se lleva esta práctica al extremo puede conducir al *ascetismo*, el cual consiste en abstenerse de carne, vino y del matrimonio. Sugiere que el ascetismo es una desviación de la norma neotestamentaria del dominio propio. Estudiaremos este concepto más a fondo en esta lección.

Aristóteles describe a la persona que ejerce dominio propio como aquella que tiene pasiones poderosas, pero las mantiene bajo su control. Considera a la persona que no tiene dominio propio como aquella que no decide hacer lo malo deliberadamente, sino que no tiene fuerza para resistir la tentación.

En el griego secular el término *enkrateia* se usaba para describir la virtud de un emperador que nunca permite que sus intereses personales influyan sobre la forma en que gobierna a su pueblo.

**3** Lea Romanos 7:14-20. ¿A cuál de los siguientes se parece la descripción de San Pablo del hombre natural?

- a) El concepto del ascetismo
- b) El emperador que no se deja influir por deseos personales
- c) La descripción de Aristóteles de la persona que no tiene dominio propio
- d) La ilustración de Platón de indulgencia excesiva en la comida y el sexo

### **El secreto del dominio propio**

**Objetivo 3.** *Basado en Romanos 8:5-9, explicar el secreto para obtener control sobre los malos deseos.*

En Efesios 5:18 el apóstol contrasta la embriaguez con ser lleno del Espíritu: “No os embriaguéis con vino, en lo cual hay disolución; antes bien sed llenos del Espíritu.” La falta de dominio propio conduce a excesos, a darle realce a la satisfacción de los deseos pecaminosos de la carne. El mejor antídoto consiste en ser lleno del Espíritu. La persona llena del Espíritu está bajo el control de El y recibe su ayuda para dominar su debilidad para controlarse a si mismo. El apóstol San Pablo lo explica así:

Porque los que son de la carne piensan en las cosas de la carne; pero los que son del Espíritu, en las cosas del Espíritu. Porque el ocuparse de la carne es muerte, pero el ocuparse del Espíritu es vida y paz. Por cuanto los designios de la carne son enemistad contra Dios; porque no se sujetan a la ley de Dios, ni tampoco pueden; y los que viven según la carne no pueden agradar a Dios. Mas vosotros no vivís según la carne, sino según el Espíritu, si es que el Espíritu de Dios mora en vosotros. Y si alguno no tiene el Espíritu de Cristo, no es de él (Romanos 8:5-9).

¿Nota usted la similitud entre la exhortación de San Pablo y las palabras de Jesús en Juan 3:6: “Lo que es nacido de la carne, carne es; y lo que es nacido del Espíritu, espíritu es?” Sin la ayuda del Espíritu Santo aparentemente tenemos la tendencia natural de ceder a nuestros deseos pecaminosos. Pero si hemos nacido del Espíritu, nuestra nueva naturaleza interna nos impulsa a desear lo que el Espíritu desea para nosotros. Con todo, el apóstol recalca la necesidad de ser llenos del Espíritu para que mueran en nosotros los deseos pecaminosos y así podamos cumplir los deseos del Espíritu.

4 Explique en sus propias palabras en qué consiste el secreto para obtener dominio sobre los malos deseos.

.....  
.....

**LA TEMPLANZA DESCRITA**

**Una vida equilibrada**

**Objetivo 4.** *Identificar descripciones correctas de una vida equilibrada o de dominio propio.*

El principio de equilibrio constituye una de las leyes naturales del universo. El control perfecto que Dios ejerce sobre la naturaleza se menciona en el libro de Job:

Detente, y considera las maravillas de Dios. ¿Sabes tú cómo Dios las pone en concierto, y hace resplandecer la luz de su nube? ¿Has conocido tú las diferencias de las nubes . . .? (Job 37:14-16).

El equilibrio también se menciona en Eclesiastés 3:1-8. El autor dice: “Todo tiene su tiempo, y todo lo que se quiere debajo del cielo tiene su hora” (v. 1).

Dios desea que los creyentes experimenten una vida equilibrada. En ello se incluye el equilibrio espiritual, físico, mental y emocional. Por ejemplo, el apóstol San Pablo escribió los capítulos 12, 13 y 14 de 1 Corintios para subrayar la importancia del equilibrio en la iglesia en el ejercicio de los dones del Espíritu, así como para recalcar la necesidad de que los dones sean equilibrados por el amor. En la iglesia de Corinto se abusaba del ejercicio de los dones del Espíritu. Pero en la iglesia de Tesalónica se ejercía demasiado control, lo cual también causaba desequilibrio. Estos creyentes estaban estorbando la obra del Espíritu y aun menospreciando sus dones, principalmente el más apreciado — profecía (véase 1 Tesalonicenses 5:19-20). Estos dos ejemplos ilustran la necesidad de equilibrio en todas las áreas de nuestra vida.

En todas las capacidades humanas que Dios nos ha dado, tales como la de razonar, sentir y ejercer nuestra voluntad, existe la posibilidad del abuso. Por ello necesitamos la ayuda del Espíritu Santo para aprender el dominio propio a fin de que haya equilibrio en nuestra vida en el ejercicio de estas fuerzas poderosas.

Una vida equilibrada es de *temperancia* o *moderación*. Estas palabras significan evitar los *extremos* de comportamiento o expresión y se refieren a límites razonables. Como dijimos antes, no significa *ascetismo*, el cual es *abstención* total de cosas tales como carne, vino, o el matrimonio. En 1 Timoteo 4:3-5 el apóstol San Pablo le advierte a Timoteo que no escuche las enseñanzas de mentirosos hipócritas que enseñan ascetismo:

Prohibirán casarse, y mandarán abstenerse de alimentos que Dios creó para que con acción de gracias participasen de ellos los creyentes y los que han conocido la verdad. Porque todo lo que Dios creó es bueno, y nada es de desecharse, si se toma con acción de gracias; porque por la palabra de Dios y por la oración es santificado.

En verdad hay ciertas cosas de las cuales el creyente debe abstenerse por completo. Estos son actos de la naturaleza pecaminosa que tocamos en la lección 1 (véase Gálatas 5:19-21; Romanos 1:29-31; 3:12-18; Marcos 7:22-23). Pero Dios ha creado muchas cosas buenas para que las disfrutemos en moderación, bajo la dirección del Espíritu Santo y de acuerdo con las limitaciones dadas en la Palabra de Dios. Leamos lo que dice la Biblia acerca del control propio en áreas específicas de nuestra vida.

1. *Control de la lengua.* El dominio propio comienza con la lengua. Santiago 3:2 nos dice: “Si alguno no ofende en palabra, éste es varón perfecto, capaz también de refrenar todo el cuerpo.” Luego Santiago describe cuán difícil es controlar nuestra lengua.

**5** Lea Santiago 3:2-12. ¿Cuáles palabras nos muestran que debemos contar con la ayuda del Espíritu Santo para controlar nuestra lengua?

.....

La persona que desea verdaderamente producir el fruto de templanza o dominio propio en su vida debe comenzar por permitirle al Espíritu Santo que controle su lengua. Si El domina nuestra lengua, entonces domina todas las otras partes de nuestra vida. La lengua que está bajo el control del Espíritu Santo no puede alabar a su Señor y Padre y a la vez maldecir a los hombres, quienes han sido creados a la semejanza de Dios.

2. *Control de deseos sexuales.* La Biblia contiene muchas referencias a este tema. La unión física de un esposo y una esposa es honorable y bendecida por Dios. En 1 Corintios 7 San

Pablo da instrucciones para el control apropiado del deseo sexual dentro del matrimonio. Dice a los solteros y a las viudas que “si no tienen don de continencia, cádense, pues mejor es casarse que estarse quemando.” La palabra *continencia* se traduce de *enkrateuomai*, el mismo verbo que se usa para la templanza o dominio propio como fruto del Espíritu. Las personas que desean quedarse solteras necesitan la “*enkrateuomai*” del Espíritu Santo para controlar sus deseos sexuales normales. La importancia de este control se menciona con claridad en 1 Tesalonicenses 4:3-8:

Pues la voluntad de Dios es vuestra santificación; que os apartéis de fornicación; que cada uno de vosotros sepa tener su propia esposa en santidad y honor; no en pasión de concupiscencia, como los gentiles que no conocen a Dios; que ninguno agravie ni engañe en nada a su hermano; porque el Señor es vengador de todo esto, como ya os hemos dicho y testificado. Pues no nos ha llamado Dios a inmundicia, sino a santificación. Así que, el que desecha esto, no desecha a hombre, sino a Dios, que también nos dio su Espíritu Santo.

**6** De acuerdo con este pasaje, el mayor peligro para el que le falta dominio propio en sus deseos sexuales consiste en que es pecado contra

- a) Dios.
- b) su propio cuerpo.
- c) otra persona.

**3. Moderación en los hábitos diarios.** En 1 Corintios 6:12-20 el apóstol recalca la importancia de honrar a Dios con el cuerpo. No sólo se refiere a la inmoralidad sexual en este pasaje, sino también a cualquier otra práctica que deshonor el cuerpo y por ello a Dios mismo:

Todas las cosas me son lícitas, mas no todas convienen; todas las cosas me son lícitas, mas yo no me dejaré dominar de ninguna. Las viandas para el vientre, y el vientre para las viandas; pero tanto al uno como a las otras destruirá Dios (vv. 12-13).

**7** ¿Cuáles palabras de este pasaje se refieren a ejercer dominio en cada área de la vida?

.....

La glotonería y la embriaguez son hábitos pecaminosos de intemperancia contra los cuales nos advierte la Biblia: “No estés con los bebedores de vino, ni con los comedores de carne;

porque el bebedor y el comilón empobrecerán, y el sueño hará vestir vestidos rotos” (Proverbios 23:20-21). ¿Cómo podemos condenar a alguien por borracho cuando ingerimos cantidades excesivas de alimentos y dañamos nuestro cuerpo con sobrepeso? Muchos necesitamos la ayuda del Espíritu Santo para aprender el dominio propio o la moderación en nuestros hábitos alimenticios.

4. *Moderación en el uso del tiempo.* Probablemente el mayor ejemplo de la intemperancia en la Biblia sea el del rico insensato que se dijo a sí mismo: “Alma, muchos bienes tienes guardados para muchos años; repóstate, come, bebe, regocíjate” (Lucas 12:19). Jesús recalcó la importancia de usar nuestro tiempo sabiamente en su discurso sobre la vigilancia (Lucas 12:35-48). Una vida bien equilibrada da tiempo adecuado al trabajo, al estudio bíblico y la oración, al descanso y la diversión. El hombre que se dedica tanto a su trabajo que descuida a su familia no ha aprendido el control apropiado de su tiempo. La persona perezosa o que malgasta su tiempo en actividades sin valor no tiene dominio propio. El apóstol San Pablo nos exhorta: “Por tanto, no durmamos como los demás, sino velemos y seamos sobrios. Pues los que duermen, de noche duermen, y los que se embriagan, de noche se embriagan. Pero nosotros que somos del día, seamos sobrios” (1 Tesalonicenses 5:6-8).

5. *Dominio propio de la mente.* “Vestíos del Señor Jesucristo, y no proveáis para los deseos de la carne” (Romanos 13:14). “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” (Filipenses 4:8). Estos dos versículos nos dicen cómo controlar nuestras mentes: no piense en cosas malas, sino en todo lo bueno. En el mundo de hoy existen muchas atracciones que desvían nuestra mente de nuestras responsabilidades para con Dios. Lo que usted lee, ve en televisión, escucha por la radio u otro medio hace un impacto en el dominio propio de su mente. Necesitamos la ayuda del Espíritu Santo para concentrar nuestro pensamiento en lo que le agrada a Dios.

**8** ¿Cuáles términos se emplean para describir un concepto bíblico de dominio propio?

- a) Comportamiento o expresión extremos
- b) Temperancia
- c) Ascetismo
- d) Equilibrio
- e) Excesos
- f) Moderación
- g) Intemperancia

**9** ¿Cuáles declaraciones son descripciones CORRECTAS de una vida cristiana equilibrada o de dominio propio?

- a** Una vida equilibrada no tiene ni demasiado ni muy poco dominio propio.
- b** El ascetismo es parte necesaria del dominio propio porque la Biblia enseña que deberíamos evitar toda forma de placer.
- c** Hay ciertas cosas de las que el creyente debe abstenerse si desea una vida de dominio propio.
- d** Al considerar áreas de la vida de una persona en las que necesita dominio propio, el dominio de la lengua sería el de menor importancia.
- e** Uno de los secretos del dominio propio consiste en no dejarse dominar por nada.
- f** La solución bíblica sugerida para él que no puede controlar su deseo sexual consiste en que se case.
- g** Cualquier actividad es permitida, siempre y cuando se haga con moderación.
- h** Es posible ejercer dominio propio sobre la mente negándose a pensar en cosas que le pueden conducir a uno a pecar.
- i** El dominio propio del tiempo significa equilibrio adecuado entre el trabajo, la adoración y la diversión.
- j** El glotón tiene más dominio propio que el borracho.

## Una vida santa

**Objetivo 5.** *Explicar el proceso por el cual el Espíritu Santo perfecciona la santidad de usted.*

Por sobre todas las cosas, ¡Dios quiere que usted sea santo! Este mandato se menciona muchas veces en las Escrituras:

Porque yo soy Jehová, que os hago subir de la tierra de Egipto para ser vuestro Dios: seréis, pues, santos, porque yo soy santo (Levítico 11:45).

Bendito el Señor Dios de Israel, que ha visitado y redimido a su pueblo, y nos levantó un poderoso Salvador. . . Sin

temor le serviríamos en santidad y en justicia delante de él, todos nuestros días (Lucas 1:68-69; 74-75).

Así que, amados, puesto que tenemos tales promesas, limpiémonos de toda contaminación de carne y de espíritu, perfeccionando la santidad en el temor de Dios (2 Corintios 7:1).

Seguid la paz con todos, y la santidad, sin la cual nadie verá al Señor (Hebreos 12:14).

El Espíritu Santo es el poder que opera dentro de nosotros, perfeccionando la santidad en nosotros y haciendo que Cristo sea una realidad viviente en nuestra vida. Lo hace al producir en nosotros el fruto de dominio propio o templanza. Nos muestra que no pueden mezclarse la luz y las tinieblas (el bien con el mal). Produce en nosotros el deseo de separarnos del mundo pecaminoso y vivir de manera que le agrade a Dios.

Ya mencionamos antes en esta lección que el dominio propio para el creyente es en realidad dominio del Espíritu. De ello hablaba San Pablo cuando dijo, en Romanos 8:8-10:

Y los que viven según la carne no pueden agradar a Dios. Mas vosotros no vivís según la carne, sino según el Espíritu, si es que el Espíritu de Dios mora en vosotros. Y si alguno no tiene el Espíritu de Cristo, no es de él. Pero si Cristo está en vosotros, el cuerpo en verdad está muerto a causa del pecado, mas el espíritu vive a causa de la justicia [santidad].

Por tanto, la templanza o dominio propio como fruto del Espíritu contrarresta todas las obras de la naturaleza pecaminosa. Una vez que usted es salvo y el Espíritu de Dios mora en su vida, ya no está bajo la esclavitud de la naturaleza pecaminosa. Sin embargo, a través de toda su vida terrenal usted necesitará ejercer dominio disciplinado sobre los deseos carnales. La carne (naturaleza pecaminosa) hará todo lo posible por volver a tomar el control de su vida. Pero cuando se rinde usted al control del Espíritu Santo, no permite que la carne le domine. Así es posible el dominio propio efectivo.

Ser santo significa ser como Cristo. Las características que llamamos fruto del Espíritu en Gálatas 5:22-23 son las de Cristo que son producidas en nosotros por el Espíritu Santo al someternos bajo su control. La templanza o dominio propio es la característica que nos permite separarnos del mundo para Dios. Es el proceso por el cual se perfecciona la santidad en nosotros.

Ser santo equivale a tener dominio propio. ¡Tener dominio propio equivale a ser dominado por el Espíritu!

**10** Explique brevemente el proceso por el cual el Espíritu Santo perfecciona la santidad en usted.

.....  
 .....

## LA TEMPLANZA ILUSTRADA

**Objetivo 6.** *Hacer una evaluación propia para determinar dónde se necesita la ayuda del Espíritu Santo en el ejercicio del dominio propio.*

### El ejemplo de Jesús

La Biblia nos dice que Jesús “fue tentado en todo según nuestra semejanza, pero sin pecado” (Hebreos 4:15). Este es un ejemplo perfecto del dominio propio bajo el poder del Espíritu Santo. Examinemos el relato de San Lucas de la tentación de Jesús por parte del diablo. Se destaca lo siguiente en Lucas 4:1-13:

1. Cuando Jesús fue tentado, estaba lleno del Espíritu Santo.
2. El diablo buscaba un área de debilidad en Jesús. Sabiendo que había ayunado durante cuarenta días, sabía que Jesús tenía hambre. Por ello la tentación ocurrió como sugerencia de comida.
3. Jesús no permitió que su mente se concentrara en su deseo de comida, sino que echó mano de las Escrituras para resistir la tentación de su enemigo.
4. Al continuar tentándole el diablo, Jesús respondió recordándole lo que decía la Palabra de Dios.
5. Después que el diablo terminó de tentarle, Jesús regresó a Galilea en el poder del Espíritu.

Observará usted en este ejemplo que el hombre Jesús no trató de descansar en su poder humano para resistir al diablo. Estaba lleno del Espíritu Santo y actuaba en el poder de El. Observará también que controló sus pensamientos concentrándolos en la Palabra de Dios. Nada de lo que el diablo dijo o hizo para hacerle caer dio resultado. Jesús tenía dominio propio total por el poder del Espíritu Santo.

**Los requisitos para los líderes**

Uno de los requisitos importantes para el liderato en la iglesia del Nuevo Testamento era el dominio propio, como lo revelan los siguientes pasajes bíblicos:

- 1. 1 Timoteo 3:1-2 — El supervisor u obispo debía ser sobrio, prudente, de dominio propio.
- 2. 1 Timoteo 3:8 — Los diáconos no debían ser dados a mucho vino.
- 3. 1 Timoteo 3:11 — La esposa de un diácono debía ser sobria.
- 4. Tito 1:7-8 — Puesto que un obispo tenía la responsabilidad de la obra de Dios, debía ser . . . sobrio, justo, santo, dueño de sí mismo.
- 5. Tito 2:2, 6 — A los ancianos se les debía enseñar a ser sobrios, prudentes — a los jóvenes también a ser prudentes.
- 6. Tito 2:3-5 — Las ancianas debían ejercer dominio propio para que pudieran enseñar a las jóvenes a ejercerlo también.

**11** ¿Cuáles lecciones ve usted en el ejemplo de Jesús que pueden ayudarle a ejercer dominio propio y resistir al diablo?

.....

.....

**12** ¿Por qué es importante para los líderes ejercer dominio propio?

.....

.....

.....



**13** Para concluir esta lección, evalúe su vida para determinar dónde necesita la ayuda del Espíritu Santo en el ejercicio del dominio propio. Que esta sea su oración ferviente y práctica diaria.

<b>Ejerzo Dominio Propio Sobre:</b>	<b>Siempre</b>	<b>General mente</b>	<b>Seguido</b>	<b>Raras Veces</b>	<b>Necesito La Ayuda Del Espíritu Santo</b>
Hábitos De Comer					
Alcohol					
Drogas					
Mi Tiempo					
Necesidad des Sexuales					
Mi Mente					
Deseos Malos					
Malos Hábitos					
Mi Lengua					

## autoexamen

SELECCION MULTIPLE. Seleccione la mejor respuesta de cada pregunta.

- 1** Otro término para referirse a la *templanza* o *dominio propio* es
  - a) intemperancia.
  - b) ascetismo.
  - c) abstinición.
  - d) autodisciplina.
  
- 2** Dos ejemplos de la indulgencia excesiva son
  - a) comer y beber.
  - b) temperancia y moderación.
  - c) entrenamiento estricto y correr en una carrera.
  - d) borracheras y glotonería.
  
- 3** *Enkrateia* se refiere al dominio de
  - a) pasiones sensuales.
  - b) la ira.
  - c) otras personas.
  - d) los dones del Espíritu.
  
- 4** El ascetismo es la práctica de
  - a) el dominio propio.
  - b) comer carne y beber vino en exceso.
  - c) abstenerse de cosas tales como carne, vino y el matrimonio.
  - d) la inmoralidad sexual.
  
- 5** Cuando la Biblia enseña que los líderes deberían ser templados, significa que deberían
  - a) ejercer autoridad sobre los demás.
  - b) no hacer nada con exceso.
  - c) abstenerse de actividades placenteras.
  - d) dar todo su tiempo a su obra.
  
- 6** El dominio propio comienza con el control de
  - a) la lengua.
  - b) los deseos sexuales.
  - c) el tiempo.
  - d) la mente.

**7** ¿Cuál frase explica mejor lo que usted debe hacer para que el Espíritu Santo produzca en usted el fruto del dominio propio o templanza?

- a) Debe ceder el control de su vida al Espíritu Santo y ser sensitivo a su impulso para la conducta apropiada de su vida.
- b) Debe depender de sus capacidades humanas de resistencia para contrarrestar las tentaciones del diablo que le hacen perder el control.

**8** Respecto a la división de nuestro tiempo entre el trabajo, la adoración y la diversión, la Biblia enseña que deberíamos

- a) emplear la mayoría de nuestro tiempo en actividades de adoración.
- b) tener una vida equilibrada, dándole tiempo adecuado a cada actividad.
- c) darle realce primero al trabajo, luego a la adoración y evitar la diversión.

**CORRECTA-INCORRECTA.** Escriba una **C** frente a las declaraciones **CORRECTAS** y una **I** frente a las **INCORRECTAS**.

... **9** En Romanos 7 San Pablo describe al hombre natural como incapaz de resistir la tentación.

... **10** El secreto del dominio propio es el dominio del Espíritu.

... **11** Una vida equilibrada se distingue por el comportamiento extremo.

... **12** La palabra *temperancia* significa abstenerse de bebidas alcohólicas.

... **13** La santidad es imposible sin dominio propio.

... **14** De acuerdo con la Biblia, los líderes son los únicos que necesitan el fruto del dominio propio.

## compruebe sus respuestas

- 7 “Yo no me dejaré dominar de ninguna” (v. 12).
- 1 c) Disciplinarse en los hábitos diarios.
  - d) Dominar los deseos malos o egoístas.
  - f) Poder vencer la tentación.
  - g) Gobernarse a sí mismo mediante la dirección del Espíritu.
- 8 b) Temperancia.
- d) Equilibrio.
  - f) Moderación.
- 2 b) por entrenamiento estricto, aprender a controlar nuestros deseos para que podamos ser dignos de la aprobación del Señor.
- 9 a) Correcta.
- b) Incorrecta.
- c) Correcta.
- d) Incorrecta.
- e) Correcta.
- f) Correcta.
- g) Incorrecta.
- h) Correcta.
- i) Correcta.
- j) Incorrecta.
- 3 c) La descripción de Aristóteles de la persona que no tiene dominio propio.
- 10 Su respuesta debería ser similar a esta: Mediante el fruto del dominio propio somos capaces de separarnos del mundo para Dios. Para hacerlo, debemos cederle el control de nuestra vida al Espíritu Santo y permitirle que produzca las características de Cristo en nosotros.
- 4 Su respuesta. Yo diría que el secreto consiste en ser lleno del Espíritu Santo y permitirle que tome el control de mi vida. Entonces desearé hacer lo que le agrada a El.
- 11 Su respuesta. Este ejemplo me demuestra que necesito el poder del Espíritu Santo en todo momento y que necesito concentrar mi mente en la Palabra de Dios a fin de combatir al enemigo.
- 5 “Ningún hombre puede domar la lengua” (v. 8).

**12** Porque los líderes son ejemplo para los demás y no pueden enseñarles a ejercer dominio propio a menos que ellos, también, tengan dominio propio.

**6 a)** Dios.

**13** Su respuesta. Recuerde que el Espíritu Santo nos forzará a que aceptemos su dominio o control — debemos cederle el control a El, para que pueda producir en nosotros el fruto de la templanza o dominio propio.

**para sus notas**