

**Serie: Los Pecados que Toleramos**  
**Parte IX – La falta de autocontrol**

**I. Introducción**

- a. En esta primera parte del año vamos a enfatizar en el llamado de Dios a la santidad personal, y en particular vamos a trabajar con ciertos pecados que toleramos en nuestra vida y que dañan nuestro testimonio cristiano
- b. Hoy veremos otro pecado difícil de identificar en nosotros: la falta de autocontrol

**II. La falta de autocontrol**

- a. “Como ciudad derribada y sin muro es el hombre cuyo espíritu no tiene rienda (quien no sabe dominarse)” (**Proverbios 25:28**)
  - i. El rey Salomón describe aquí a la persona que no tiene autocontrol como uno que “no tiene rienda”, que “no sabe dominarse”; acá decimos “al gareté” (que significa “a la deriva”, “sin gobierno”)
  - ii. Y así como una ciudad antigua, que al perder sus muros estaba a expensas de cualquier ataque del exterior, el resultado es una vida sin protección del asalto externo de la tentación
  - iii. El mismo Salomón sufrió de este problema, pues su descontrol en el área emocional y sexual lo llevó a tener un harén de unas 1,000 mujeres, asunto que le costó su vida espiritual y trajo la desgracia a sus hijos y a la nación
- b. ¿Qué es el auto-control?
  - i. Jerry Bridges lo define como: “El gobierno o la prudencia sobre los deseos, apetitos, impulsos, emociones y pasiones. Es poder decir no cuando hay que decir no. Es moderación en aquellos deseos y actividades legítimas, y restricción absoluta en aquellas áreas claramente pecaminosas”
- c. Que dice la Palabra de Dios:
  - i. La falta de autocontrol está listado como uno de los vicios de los hombres malos de los últimos días:
    1. “2 Porque habrá hombres amadores de sí mismos, avaros, vanagloriosos, soberbios, blasfemos, desobedientes a los padres, ingratos, impíos, 3 sin afecto natural, implacables, calumniadores, **intemperantes**, crueles, aborrecedores de lo bueno” (**2 Timoteo 3:2-3**)
    2. La palabra “intemperante” significa “desenfreno”, “desmesura”, “descontrol”, “exceso”, “destemplado”
  - ii. Pablo le pide a su discípulo Tito que enseñe la “prudencia” a todos en la iglesia:
    1. “2 Que los ancianos sean sobrios, serios, **prudentes**, sanos en la fe, en el amor, en la paciencia. 3 Las ancianas asimismo sean reverentes en su porte; no calumniadoras, no esclavas del vino, maestras del bien; 4 que enseñen a las mujeres jóvenes a amar a sus maridos y a sus hijos, 5 a ser **prudentes**, castas, cuidadosas de su casa, buenas, sujetas a sus maridos, para que la palabra de Dios no sea blasfemada. 6 Exhorta asimismo a los jóvenes a que sean **prudentes**” (**Tito 2:2-6**)
  - iii. Pedro nos insta a añadir las virtudes del carácter de Cristo a nuestra vida:
    1. “5 vosotros también, poniendo toda diligencia por esto mismo, añadid a vuestra fe virtud; a la virtud, conocimiento; 6 al conocimiento, dominio propio; al dominio propio, paciencia; a la paciencia, piedad” (**2 Pedro 1:5-6**)

### III. Algunos ejemplos del “descontrol tolerable”

- a. Vamos a explorar algunos simples ejemplos de este problema, aplicándoles un principio bíblico básico que nos ayuda a discernir cuando algo está fuera de control:
  - i. “Todas las cosas me son lícitas, mas no todas convienen; todas las cosas me son lícitas, más yo no me dejaré dominar de ninguna” (**1 Corintios 6:12**)
  - ii. La pregunta básica es: ¿Estoy en control de esto o esto me está controlando a mí? ¿Este asunto dicta mi día, mis decisiones, mi humor, mi felicidad?
- b. Comida y bebida
  - i. Aunque parece una tontería, algunos luchamos con el deseo de ciertas comidas o bebidas, y la frecuencia o la cantidad de ellas.
  - ii. Todos tenemos gustos particulares, comidas especiales que nos agradan y nos dan mucho placer y satisfacción.
  - iii. Pero un “craving” excesivo por algún tipo de alimento, bebida o postre, puede ser indicativo de un problema más profundo de falta de autocontrol, que luego saldrá a la luz en un asunto mayor.
  - iv. Por esto, el ayuno en el creyente es una herramienta poderosa para “poner los apetitos de la carne” en su justo lugar. Cuando le negamos al cuerpo lo que pide, a la hora que pide y en la cantidad que pide, estamos trayendo medida a nosotros, que nos habilita para decir “No” en otros momentos de tentación.
- c. Temperamento
  - i. Estos son los que “prenden de medio maniguetazo”, que se encienden en una fuerte pasión de ira por segundos, y luego se calman como si nada.
  - ii. Es una persona en total descontrol de sus emociones que se irrita fácilmente a la primera provocación (ej. un “corte de pastelillo”, un “colao” en la fila, un mal “call” del árbitro en un juego”, una discusión etc.)
  - iii. La Palabra nos da varias advertencias con respecto a este asunto:
    1. “El que fácilmente se enoja hará locuras...” (**Proverbios 14:17**)
    2. “Mejor es el que tarda en airarse que el fuerte; y el que se enseñoorea de su espíritu, que el que toma una ciudad” (**Proverbios 16:32**)
    3. “Por esto, mis amados hermanos, todo hombre sea pronto para oír, tardo para hablar, tardo para airarse” (**Santiago 1:19**)
- d. Finanzas
  - i. Es un gran problema cuando nos metemos en deudas innecesarias o gastamos el dinero que no tenemos (o que tenemos) para adquirir todo lo que deseamos (ropa, joyas, viajes lujosos, gadgets nuevos, carros, etc.) sin restricción
  - ii. El problema particular de la compra por impulso usualmente tiene raíces emocionales más profundas y trae mucho dolor entre matrimonios
- e. Otros
  - i. Aquí podemos mencionar la lujuria de los ojos, el vicio de la televisión, una pasión desmesurada en los deportes, tiempo excesivo en las redes (PCs, teléfonos), etc.

#### IV. Conclusión

- a. ¿Cómo podemos trabajar con este problema de falta de autocontrol?
- b. El apóstol Pablo lista el autocontrol como uno de los frutos del Espíritu:
  - i. “22 Mas el fruto del Espíritu es amor, gozo, paz, paciencia, benignidad, bondad, fe, 23 mansedumbre, templanza; contra tales cosas no hay ley” (**Gal.5:22-23**)
- c. ¿Qué significa esto?
  - i. Cada persona tiene autocontrol en algún área de su vida, y muestra descontrol en otras
  - ii. Pero la Palabra nos pide autocontrol en TODAS las áreas de nuestra vida. ¿Es esto posible? ¡No por voluntad propia, no por voluntad humana!
  - iii. Como bien dice el texto, esto es un “fruto del Espíritu”, algo que Dios hace nacer y crecer en nosotros cuando entramos en una relación de amistad y servicio con Jesucristo, y su Santo Espíritu va formando en nosotros el carácter de Dios
- d. ¿Qué tenemos que hacer?
  - i. Reconocer la enseñanza de la Palabra en este asunto
  - ii. Orar para que Dios nos revele áreas de nuestra vida que tienen falta de autocontrol (esto usualmente ocurrirá a través de una crisis que nos va a doler)
  - iii. Orar para que el Espíritu de Dios genere, opere y administre SU control en nosotros todos los días de nuestra vida
  - iv. Es en esto que se hace importante y urgente una relación individual, continua, diaria con Dios, porque “no es por nuestras fuerzas sino por su Espíritu”