> Ustedes no han sufrido ninguna tentación que no sea común al género humano. Pero Dios es fiel, y no permitirá que ustedes sean tentados más allá de lo que puedan aguantar. Más bien, cuando llegue la tentación, él les dará también una salida a fin de que puedan resistir.
> *— 1 Corintios 10:13*

Libro: Nuevo Testamento / 1 Corintios
Temas: autocontrol, adicción, deseo, diablo, fiabilidad, tentación

Interpretación:
1 Corintios 10:13 es un versículo que contiene una gran promesa para aquellos que enfrentan pruebas y tentaciones en sus vidas. *El apóstol Pablo* escribió esta carta a los corintios para animarlos a permanecer firmes en su fe y resistir la tentación.

En esta promesa, Pablo nos recuerda que Dios es fiel para darnos la ayuda que necesitamos para enfrentar cualquier prueba y tentación que se nos presente.

Divino y humano

El versículo comienza señalando que no hay prueba que esté más allá de las capacidades humanas. Es decir, todas las tentaciones y pruebas que afrontamos tienen una dimensión humana. Esto no significa que nuestras pruebas sean necesariamente pequeñas o insignificantes, sino que *nuestro Creador* conoce nuestras capacidades y lo que podemos soportar.

Este versículo también nos recuerda la fidelidad de Dios. Él nunca nos dejará solos ante la tentación. Él nos dará la ayuda que necesitamos para superarlos. Incluso cuando nos sentimos completamente deprimidos, podemos confiar en que Dios nos ayudará.

La gracia de Dios en la prueba

El final del verso es particularmente inspirador. Él nos dice que Dios nos proveerá una salida para soportar la prueba. Esto no significa que Dios nos librará inmediatamente de la prueba, sino que nos dará gracia y fuerza para superarla. A veces la gracia de Dios se muestra en cosas sencillas, como la presencia de un amigo que nos escucha y nos anima, o la lectura de un versículo que nos fortalece.

En otros casos, la gracia de Dios viene en forma de una respuesta más clara o una señal más fácil de entender. Pero Dios siempre es fiel a Su promesa y nos ayudará a experimentar la victoria que nos ofrece.

_____

¡Atención! Ésta es una posible interpretación basada en los comentarios de teólogos famosos, que pueden diferir entre sí. Si la interpretación se toma de otros idiomas, puede haber una distorsión del significado al traducir el idioma. *Mateo 7:7-8*

> No se nieguen el uno al otro, a no ser de común acuerdo, y solo por un tiempo, para dedicarse a la oración. No tarden en volver a unirse nuevamente; de lo contrario, pueden caer en tentación de Satanás, por falta de dominio propio.
> *— 1 Corintios 7:5*

Libro: Nuevo Testamento / 1 Corintios
Temas: autocontrol, diablo, matrimonio, sexualidad

Interpretación:
1 Corintios 7:5 nos anima a pensar en la importancia de la comunicación en nuestra relación matrimonial. *Pablo* nos anima a no rechazarnos unos a otros excepto por consentimiento mutuo y sólo por un tiempo limitado para poder dedicarnos seriamente a la oración.

La oración como herramienta para fortalecer las relaciones matrimoniales

Nuestro matrimonio requiere dedicación, tiempo y esfuerzo. En este versículo, Pablo nos anima a reconocer la importancia de la oración como herramienta para fortalecer nuestra relación matrimonial. La oración es una expresión de nuestra fe y nos ayuda a fortalecer nuestra conexión con Dios.

Mientras pasamos tiempo en oración, trabajamos juntos como pareja para mantener nuestra conexión con Su propósito divino. En este sentido, no es sólo un descanso de la actividad sexual, sino una pausa que nos permite centrarnos en nuestro cónyuge y nuestra relación con Dios.

La tentación y la intemperancia sexual

Pablo nos recuerda que la abstinencia prolongada de las relaciones sexuales puede conducir a la tentación y a la intemperancia sexual, lo que puede distanciarnos de la voluntad de Dios para nuestras vidas y nuestra relación matrimonial. La falta de comunicación puede convertirse en un problema en nuestra relación matrimonial, lo que puede conducir a malentendidos innecesarios y al

distanciamiento emocional entre los cónyuges.

Por eso la comunicación sexual es tan importante en una relación matrimonial. Hablar honesta y abiertamente sobre nuestras necesidades sexuales y emocionales puede ser la clave para mantener un matrimonio fuerte y saludable.

_____

¡Atención! Ésta es una posible interpretación basada en los comentarios de teólogos famosos, que pueden diferir entre sí. Si la interpretación se toma de otros idiomas, puede haber una distorsión del significado al traducir el idioma. *Mateo 7:7-8*

> Todos los deportistas se entrenan con mucha disciplina. Ellos lo hacen para obtener un premio que se echa a perder; nosotros, en cambio, por uno que dura para siempre.
> *— 1 Corintios 9:25*

Libro: Nuevo Testamento / 1 Corintios
Temas: autocontrol, Vida eterna, recompensa

Interpretación:
En *1 Corintios 9:25, Pablo* usa una metáfora deportiva para explicar la importancia de la perseverancia y la virtud en la vida de un cristiano. Así como un atleta se abstiene de todo para lograr la victoria en una competición, nosotros debemos luchar y abstenernos de todo aquello que pueda desviarnos del camino de la salvación.

Es interesante notar que Pablo menciona que los deportistas buscan obtener una corona corruptible, es decir, una recompensa temporal y material que se desgasta con el tiempo y pierde su valor. Sin embargo, nosotros los cristianos nos esforzamos por recibir una corona incorruptible, una recompensa celestial que no se desvanece ni pierde su valor con el tiempo.

_____

¡Atención! Ésta es una posible interpretación basada en los comentarios de teólogos famosos, que pueden diferir entre sí. Si la interpretación se toma de otros idiomas, puede haber una distorsión del significado al traducir el idioma. *Mateo 7:7-8*

> Más bien, golpeo mi cuerpo y lo domino, no sea que, después de haber predicado a otros, yo mismo quede descalificado.

> — *1 Corintios 9:27*

Libro: Nuevo Testamento / 1 Corintios
Temas: autocontrol, cuerpo, juicio

Interpretación:
El apóstol Pablo escribió 1 Corintios para abordar varios asuntos importantes en la iglesia de Corinto. En el capítulo 9, Pablo habla de su ministerio y de cómo trabajó duro para predicar *el evangelio* a pesar de la falta de compensación financiera.

Él utiliza su propia vida como ejemplo para los corintios, diciendo que se adaptó a la cultura local y renunció a sus derechos para recuperar lo perdido. Pablo también compara su ministerio con los atletas que trabajan duro para ganar un premio.

¿Qué significa: “más bien, golpeo mi cuerpo y lo domino”?

El versículo en cuestión, *1 Corintios 9:27*, es la conclusión lógica del argumento anterior de Pablo. Él deja claro que su ministerio no es para beneficio egoísta, sino que es predicar el Evangelio *por amor a Cristo*. A medida que avanza el capítulo, comienza a reflexionar sobre cómo debemos vivir una vida equilibrada para no caer en la tentación y centrarnos en servir a Dios.

Cuando Pablo dice: *“golpeo mi cuerpo y lo domino”*, se refiere a la disciplina, el autocontrol y la abnegación que un verdadero cristiano debe practicar. Esto significa que no debemos permitir que nuestros deseos carnales nos dominen, sino más bien someterlos y controlarlos para servir a Dios. Así como los atletas entrenan duro y se disciplinan para ganar, los cristianos también deben ser disciplinados en todas las áreas de sus vidas.

Evite el autoengaño

Pablo teme perder el rumbo y desviarse del propósito de Dios si cede a los deseos puramente humanos. Por eso dice: *“no sea que, después de haber predicado a otros, yo mismo quede descalificado”*. Pablo se da cuenta de que ser maestro de otros es una gran responsabilidad porque sus acciones pueden influir negativamente en las personas y alejarlas del camino de la salvación.

Este versículo también puede inspirarnos a pensar en nuestro propio autoengaño. Es fácil justificar nuestros propios errores, pero no debemos permitir que nos debiliten. Debemos ser honestos con Dios y con nosotros mismos y tomar medidas para corregir las conductas negativas que tenemos.

_____

¡Atención! Ésta es una posible interpretación basada en los comentarios de teólogos famosos, que pueden diferir entre sí. Si la interpretación se toma de otros idiomas, puede haber una distorsión del significado al traducir el

idioma. *Mateo 7:7-8*

> La voluntad de Dios es que sean santificados; que se aparten de la inmoralidad sexual; que cada uno aprenda a controlar su propio cuerpo de una manera santa y honrosa, sin dejarse llevar por los malos deseos como hacen los paganos, que no conocen a Dios.
>
> *— 1 Tesalonicenses 4:3-5*

Libro: Nuevo Testamento / 1 Tesalonicenses
Temas: autocontrol, cuerpo, deseo, Santidad, sexualidad

Interpretación:
Los versículos en cuestión, *1 Tesalonicenses 4:3-5*, nos hablan de la voluntad de Dios para nuestras vidas: *nuestra santificación*. Nuestra principal tarea como cristianos es acercarnos a Dios y vivir en obediencia a Sus mandamientos. Y aquí nos queda claro que una parte importante de esto es la aversión a la fornicación.

Antes de hablar sobre cómo estos versículos pueden ayudarnos en nuestra vida diaria, es importante definir qué se entiende por fornicación. La fornicación se refiere a cualquier actividad sexual fuera del matrimonio, ya sea entre una pareja no casada o en un matrimonio en el que una de las partes es infiel.

Dios no tolera este tipo de comportamiento porque su diseño para las relaciones sexuales es que sólo ocurran dentro del contexto del matrimonio. Por eso estamos llamados a alejarnos de ella y permanecer puros.

_____

¡Atención! Ésta es una posible interpretación basada en los comentarios de teólogos famosos, que pueden diferir entre sí. Si la interpretación se toma de otros idiomas, puede haber una distorsión del significado al traducir el idioma. *Mateo 7:7-8*

> No debemos, pues, dormirnos como los demás, sino mantenernos alerta y en nuestro sano juicio.
>
> *— 1 Tesalonicenses 5:6*

Libro: Nuevo Testamento / 1 Tesalonicenses

Temas: autocontrol, seguridad, fin de los tiempos

Interpretación:
1 Tesalonicenses 5:6 es un versículo de la Biblia que habla de la importancia de la vigilancia y la sobriedad en la vida cristiana. En el contexto de este versículo, el apóstol *Pablo* habla de la venida *del Señor Jesús* y llama a los tesalonicenses a estar preparados para Su regreso.

Estar alerta significa estar atento y consciente de lo que está sucediendo a nuestro alrededor. También significa estar preparado para cualquier cosa que pueda suceder en el futuro. *Estar sobrio* significa tener una actitud equilibrada y sensata ante la vida, evitando el exceso, el despilfarro y el descontrol.

En el contexto de *1 Tesalonicenses 5:6*, la vigilancia y la sobriedad están estrechamente asociadas con la venida de Jesús. Pablo dice que los cristianos deben estar preparados para la venida del Señor en cualquier momento, por lo que deben estar atentos a las señales y mantener un enfoque equilibrado en la vida.

_____
¡Atención! Ésta es una posible interpretación basada en los comentarios de teólogos famosos, que pueden diferir entre sí. Si la interpretación se toma de otros idiomas, puede haber una distorsión del significado al traducir el idioma. *Mateo 7:7-8*

> Examínense para ver si están en la fe; pruébense a sí mismos. ¿No se dan cuenta de que Cristo Jesús está en ustedes? ¡A menos que fracasen en la prueba!
> *— 2 Corintios 13:5*

Libro: Nuevo Testamento / 2 Corintios
Temas: autocontrol, fe, Jesús, buscar

Interpretación:
El versículo de *2 Corintios 13:5* nos llama a examinarnos a nosotros mismos para ver si estamos en la fe, y probarnos a nosotros mismos. Es importante entender que en este pasaje, el apóstol *Pablo* está hablando a los cristianos en Corinto que estaban siendo influenciados por falsos maestros y enseñanzas erróneas. Les estaba recordando la importancia de estar firmes en la fe y no desviarse de la verdad.

Quiénes son los cristianos?

La fe cristiana es la creencia en *Jesucristo*, quien es *el Hijo de Dios* y *el Salvador del mundo*. La fe cristiana es un compromiso personal con Cristo, y no solo con un conjunto de creencias. La fe cristiana depende de la gracia de Dios y no de las buenas obras o méritos que podamos hacer. La fe cristiana se basa en la Biblia, que es *la Palabra de Dios*. La Biblia es el registro de la historia de la humanidad y contiene la revelación divina de Dios y su plan de salvación para la humanidad.

Nuestra autoimagen

El pasaje de *2 Corintios 13:5* es una invitación a la autoevaluación. Cuando nos examinamos a nosotros mismos, podemos ver si realmente estamos en la fe o si estamos desviados de la verdad. La autoevaluación también nos ayuda a identificar nuestras debilidades y fortalezas, y de esta manera, podemos tomar medidas para mejorar en nuestra vida cristiana. La autoevaluación también nos ayuda a reflexionar sobre nuestra relación con Dios y nuestra vida espiritual. Podemos evaluar si estamos orando lo suficiente, si estamos leyendo la Biblia y si estamos viviendo una vida de acuerdo a los principios bíblicos.

La vida en Cristo

Estar en la fe significa tener una relación personal con Jesucristo. Significa creer en Él y en todo lo que la Biblia nos enseña acerca de Él. También significa seguir las enseñanzas *de Jesús* y vivir una vida de acuerdo a los principios bíblicos. Estar en la fe significa *confiar en Dios* y depender de Él en todo momento. Significa tener la seguridad de que *Jesucristo es el único camino hacia la salvación y la vida eterna*.

_____

¡Atención! Ésta es una posible interpretación basada en los comentarios de teólogos famosos, que pueden diferir entre sí. Si la interpretación se toma de otros idiomas, puede haber una distorsión del significado al traducir el idioma. *Mateo 7:7-8*

> Cuídense de no echar a perder el fruto de nuestro trabajo; procuren más bien recibir la recompensa completa.
>
> *— 2 Juan 1:8*

Libro: Nuevo Testamento / 2 Juan
Temas: autocontrol, recompensa, trabajo

Interpretación:
Nuestras acciones y decisiones tienen consecuencias, tanto en nuestra vida presente como en el futuro. Este versículo del *segundo libro de Juan* enfatiza la importancia de cuidar de nosotros mismos,

de nuestras acciones, para no perder los frutos de nuestro trabajo, sino recibir la recompensa completa.

En una sociedad que a menudo pone más énfasis en la apariencia y en la búsqueda constante de la felicidad material, el mensaje de este versículo es especialmente importante. Encontrarnos a nosotros mismos implica una profunda introspección, la conciencia de nuestros propios valores, nuestras prioridades y nuestras acciones. Es fácil dejarse llevar por el flujo de lo que otros hacen y piensan, pero para recibir la recompensa completa debemos ser fieles a nosotros mismos y a los principios que nos gobiernan.

Perder los frutos de nuestro trabajo es un sentimiento de decepción. Esto puede suceder por diversas razones: por falta de atención a los detalles, porque no dimos nuestro mejor esfuerzo, porque actuamos de manera egoísta o poco ética, etc. *El llamado de este versículo es a ser conscientes de nuestras acciones, a aceptar tomar decisiones adecuadas y esforzarnos cada día por no perder lo que hemos sembrado*.

_____

¡Atención! Ésta es una posible interpretación basada en los comentarios de teólogos famosos, que pueden diferir entre sí. Si la interpretación se toma de otros idiomas, puede haber una distorsión del significado al traducir el idioma. *Mateo 7:7-8*

> Precisamente por eso, esfuércense por añadir a su fe, virtud; a su virtud, entendimiento; al entendimiento, dominio propio; al dominio propio, constancia; a la constancia, devoción a Dios; a la devoción a Dios, afecto fraternal; y al afecto fraternal, amor.
> *— 2 Pedro 1:5-7*

Libro: Nuevo Testamento / 2 Pedro
Temas: autocontrol, fe, bondad, amor, prójimo, relaciones

Interpretación:
La fe es uno de los pilares fundamentales de nuestra vida cristiana, pero muchas veces nos enfocamos tanto en ella que olvidamos que hay otras cosas que también debemos desarrollar para poder tener una vida plena en Dios.

Virtud

El concepto de virtud existe desde la antigüedad y se refiere a las cualidades morales de una persona que la hacen digna de respeto y admiración. En este sentido, podemos entender que cuando somos llamados a sumar virtudes a nuestra fe, estamos llamados a ser personas que no sólo creen en Dios, sino que también demostramos Sus valores y principios en nuestra vida diaria.

Discreción

Una vez que comprendemos la importancia de añadir virtud a nuestra fe, estos versículos nos animan a seguir creciendo y a añadir conocimiento. En este sentido, podemos entender que conocimiento significa no sólo saber más de Dios y Su palabra, sino también tener conocimientos prácticos y aplicados de cómo vivir en este mundo según los valores y principios de Dios.

Autocontrol

Sin embargo, el conocimiento por sí solo no es suficiente. También necesitamos autocontrol. Esto significa tener autocontrol y la capacidad de tomar decisiones basadas en lo que creemos que es correcto, en lugar de simplemente hacer lo que queremos en el momento. El autocontrol es una virtud que se puede aplicar a todos los ámbitos de nuestra vida, desde cómo gestionamos nuestras finanzas hasta cómo tratamos a los demás.

Paciencia

Pero ¿cómo desarrollamos el autocontrol? Una forma es practicar la paciencia. La paciencia puede resultar difícil de alcanzar, especialmente en nuestra sociedad moderna, donde constantemente se busca la gratificación instantánea. La paciencia nos permite esperar y perseverar incluso en tiempos difíciles. Esto nos permite estar comprometidos con nuestros objetivos a pesar de los obstáculos y contratiempos.

Piedad

La piedad es respeto y devoción a Dios. Esta es una cualidad extremadamente importante en nuestras vidas, ya que nos ayuda a mantener una visión correcta de la vida y nos guía en nuestras decisiones. La piedad también nos ayuda a comprender que no estamos solos en este mundo, sino que tenemos una conexión directa con Dios que nos ama y siempre nos guía.

Amor fraternal

Afecto fraterno, que significa amor y lealtad a los hermanos en la fe. Esta virtud nos llama a amar profunda y sinceramente a otros cristianos como si fueran miembros de nuestra familia. El afecto fraterno nos llama a la devoción y al amor por nuestra comunidad de fe. Debemos mostrar afecto y preocupación mutuos, animarnos y apoyarnos en los momentos difíciles. El amor fraternal nos motiva a ser siempre solidarios, ayudar a quienes necesitan nuestra ayuda y construir una comunidad fuerte

y unida en el amor *de Cristo*.

Amar

El amor, que es culminación y meta de todas las demás virtudes. El amor es el mandamiento más grande que nos dejó *Jesús*, y la prueba más clara de que somos sus discípulos. El amor es el más alto de los valores cristianos, porque Dios mismo es amor. La experiencia del amor de Dios nos permite amar a los demás profunda y desinteresadamente y nos ayuda a imitar la perfecta compasión y misericordia de *nuestro Señor Jesucristo*.

_____

¡Atención! Ésta es una posible interpretación basada en los comentarios de teólogos famosos, que pueden diferir entre sí. Si la interpretación se toma de otros idiomas, puede haber una distorsión del significado al traducir el idioma. *Mateo 7:7-8*

> Pues Dios no nos ha dado un espíritu de timidez, sino de poder, de amor y de dominio propio.
> *— 2 Timoteo 1:7*

Libro: Nuevo Testamento / 2 Timoteo
Temas: autocontrol, miedo, amor, Espíritu, fuerza, debilidad

Interpretación:
2 Timoteo 1:7 es una poderosa declaración sobre la naturaleza *del Espíritu* que Dios ha dado a todos los creyentes. Según esta declaración, Dios no nos ha dado un espíritu de temor; en otras palabras, Dios no quiere que vivamos con temor, incertidumbre ni temor ante las pruebas de la vida. En cambio, Dios nos ha dado un espíritu de poder, amor y dominio propio. ¿Qué significa esto para nosotros como creyentes?

Un Espíritu de poder

La primera característica mencionada en este versículo es el poder que Dios ha dado a los creyentes en *Su Espíritu*. Este no es un poder temporal ni mundano, sino un poder espiritual que nos permite afrontar las pruebas de la vida con confianza y fortaleza. Este poder *del Espíritu de Dios* nos permite superar situaciones que de otro modo nos serían imposibles.

Por ejemplo, cuando enfrentamos dificultades en nuestras relaciones interpersonales, el poder del Espíritu nos permite no ceder al odio ni a la ira, sino enfrentar el conflicto con amor y una actitud positiva.

Espíritu de amor

La segunda característica mencionada es el amor que Dios ha derramado en nuestros corazones a través de Su Espíritu. Este amor no es un amor humano común, sino un amor divino, incondicional y eterno.

Es un amor que sobrepasa todo entendimiento y nos impulsa a amar a los demás como Dios nos ha amado. Con el Espíritu de amor, podemos amar a quienes nos han herido o dañado, devolver bien por mal y extender gracia y perdón a quienes no lo merecen.

Espíritu de dominio propio

La tercera característica mencionada es el autocontrol. El autocontrol se refiere a la capacidad de controlar nuestros pensamientos, emociones y comportamiento. El Espíritu de Dios ayuda a los creyentes a tener autocontrol y a no ser esclavos de los impulsos y deseos carnales. Esto significa que podemos resistir la tentación, evitar las malas decisiones y hacer lo correcto incluso cuando es difícil.

_____

¡Atención! Ésta es una posible interpretación basada en los comentarios de teólogos famosos, que pueden diferir entre sí. Si la interpretación se toma de otros idiomas, puede haber una distorsión del significado al traducir el idioma. *Mateo 7:7-8*

> Porque nuestra lucha no es contra seres humanos, sino contra poderes, contra autoridades, contra potestades que dominan este mundo de tinieblas, contra fuerzas espirituales malignas en las regiones celestiales.
> *— Efesios 6:12*

Libro: Nuevo Testamento / Efesios
Temas: autocontrol, diablo, mal, paraíso, Espíritu

Interpretación:
Efesios 6:12 es un recordatorio importante de que nuestra batalla en esta vida no es sólo contra lo que podemos ver y tocar en el mundo físico, sino que también hay una batalla espiritual en la que estamos constantemente involucrados.

¿Qué significa “lucha no es contra seres humanos”?

Cuando hablamos de *“carne y sangre”* en este contexto, nos referimos a lo puramente físico, lo tangible y visible. Es decir, nuestro enemigo no son aquellas personas que podemos ver con nuestros propios ojos, no son aquellas criaturas a las que podemos derrotar simplemente por la fuerza física.

¿Qué son los “poderes, autoridades, potestades que dominan este mundo de tinieblas”?

Estos términos se refieren a fuerzas malignas que operan en el mundo espiritual e influyen en el mundo físico. Según la Biblia, Satanás y sus ángeles caídos tienen cierto poder en este mundo. Los poderes y autoridades son dominios y fuerzas que gobiernan ciertas zonas de este mundo, mientras que los gobernantes de las tinieblas de este mundo pertenecen a la misma categoría de seres malvados.

¿Qué son las “espirituales malignas en las regiones celestiales”?

Estos son ángeles caídos que trabajan con Satanás y operan en otras dimensiones, en las llamadas *"regiones celestiales"*. Estas regiones espirituales no son necesariamente un lugar físico, sino más bien una dimensión espiritual que se intersecta con nuestro mundo físico.

Reflexiones sobre la lucha espiritual

Este versículo nos recuerda que no debemos centrarnos en pelear con nuestros hermanos y hermanas ni siquiera con la sociedad en la que vivimos. En cambio, debemos darnos cuenta de que la verdadera batalla es espiritual, y cualquier forma de hostilidad que experimentemos en nuestra vida diaria es el resultado de fuerzas que operan en el mundo espiritual.

Si bien entendemos la naturaleza de nuestra lucha, también debemos entender que nuestras armas no son físicas, sino espirituales. Necesitamos armarnos con las poderosas herramientas espirituales que Dios ha puesto a nuestra disposición: *la oración, la Palabra de Dios y la obra del Espíritu Santo en nuestras vidas*.

Debemos tener mucho cuidado de no subestimar la realidad de la lucha espiritual, incluso en nuestra vida diaria. A menudo pensamos que los acontecimientos que nos suceden son simplemente el resultado de circunstancias físicas, cuando en realidad hay algo más profundo detrás de muchas de las cosas que suceden.

_____

¡Atención! Ésta es una posible interpretación basada en los comentarios de teólogos famosos, que pueden diferir entre sí. Si la interpretación se toma de otros idiomas, puede haber una distorsión del significado al traducir el idioma. *Mateo 7:7-8*

> En cambio, el fruto del Espíritu es amor, alegría, paz, paciencia, amabilidad, bondad, fidelidad, humildad y dominio propio. No hay ley que condene estas cosas.
>
> *— Gálatas 5:22-23*

Libro: Nuevo Testamento / Gálatas
Temas: autocontrol, bendición, amabilidad, bondad, ley, Espíritu

Interpretación:
En Gálatas encontramos versículos maravillosos *Gálatas 5:22-23* que nos hablan del fruto del Espíritu. Según el apóstol *Pablo*, estas virtudes describen la obra *del Espíritu Santo* en nuestras vidas.

Amor

El amor es el primer fruto mencionado en esta lista y el más importante de todos. *Jesús* nos enseñó que el amor es la mayor virtud, y es por eso que el amor se menciona en muchas partes de la Biblia. El amor es más que un sentimiento, es una elección que hacemos todos los días para amar a los demás como a nosotros mismos, incluso cuando no lo merecen.

Alegría

La alegría es la felicidad que sentimos en nuestros corazones por las bendiciones que Dios nos ha dado. Este fruto del Espíritu no es sólo una felicidad pasajera o temporal, sino un gozo profundo que proviene de la presencia de Dios. Esta alegría no depende de nuestras circunstancias, sino de nuestra relación con Dios.

Paz

La paz que nos da el Espíritu es una calma interior que sólo puede venir de la seguridad de que estamos en la voluntad de Dios. A pesar de las pruebas y tribulaciones que podamos enfrentar en nuestras vidas, la paz que nos da el Espíritu nos permite seguir adelante, confiando en que Dios tiene el control.

Paciencia

La paciencia es un fruto del Espíritu que nos permite soportar los problemas y dificultades de la vida con alegría. Esta virtud nos recuerda que Dios tiene un plan perfecto para nuestras vidas y que no debemos perder la paciencia cuando las cosas no salen como esperamos.

Amabilidad

La amabilidad es el fruto del Espíritu que nos mueve a ser amables y gentiles con los demás, incluso cuando no lo merecen. La bondad nos permite poner las necesidades de los demás antes que las nuestras y nos recuerda que cada persona es valiosa y digna de amor.

Bondad

La bondad es el fruto del Espíritu que nos mueve a hacer el bien a los demás, incluso en las pequeñas cosas. Esta virtud nos recuerda que cada acto de bondad, por pequeño que sea, tiene un enorme impacto en la vida de las personas.

Fidelidad

La fe es confianza en Dios y en Su plan para nuestras vidas. La fe nos anima a creer en lo que no podemos ver y a confiar en que Dios tiene el control.

Humildad

La mansedumbre es la humildad y sumisión que son necesarias para tener relaciones saludables con Dios y con otras personas. Las personas mansas son capaces de tolerar insultos y críticas sin enojarse. La mansedumbre también nos ayuda a recibir la instrucción con sabiduría y a corregirnos cuando es necesario. La mansedumbre nos hace como *Cristo*, quien fue ejemplo de mansedumbre y humildad.

Dominio propio

La dominio propio nos permite controlar nuestros impulsos y deseos, evitando la tentación y el pecado. La moderación nos ayuda a ser responsables de nuestro cuerpo, emociones y pensamientos. Contrariamente a lo que algunos creen, la abstinencia no significa vivir sin placer, sino vivir con restricciones sanas y equilibradas. La moderación nos enseña a disfrutar de las cosas buenas de la vida sin caer en el exceso y la adicción.

La conexión entre la Ley y las virtudes

El versículo bíblico *Gálatas 5:23* también dice que no hay ley contra estas virtudes. Esto quiere decir que no hay nada en la ley de Dios que los contradiga, al contrario, la Ley los apoya. La ley de Dios nos llama a ser personas humildes y con dominio propio porque esto promueve la paz y la justicia en la sociedad.

La ley también nos recuerda nuestra necesidad de la gracia y el perdón de Dios. Cuando nos sentimos tentados a perder el control o actuar con arrogancia, la Ley nos recuerda que necesitamos la ayuda y la fortaleza de Dios para hacer lo correcto. Los frutos del Espíritu Santo sólo los podemos

desarrollar a través de un corazón transformado por Dios y lleno de Su amor.

_____

¡Atención! Ésta es una posible interpretación basada en los comentarios de teólogos famosos, que pueden diferir entre sí. Si la interpretación se toma de otros idiomas, puede haber una distorsión del significado al traducir el idioma. *Mateo 7:7-8*

> Yo había convenido con mis ojos no mirar con lujuria a ninguna mujer joven.
> *— Job 31:1*

Libro: Antiguo Testamento / Job
Temas: autocontrol, pacto, deseo, sexualidad, pensamientos

Interpretación:
Job 31:1 presenta las reflexiones *de Job* sobre la necesidad de mantener la pureza de sus ojos. Job se refiere al pacto que hizo con sus ojos y se pregunta cómo pudo mirar a una joven virgen. Este pasaje nos enseña la importancia del comportamiento moral y de evitar las tentaciones que podrían amenazar nuestra integridad.

¿Qué significa "hacer un pacto con los ojos"?

La expresión "hacer un pacto con los ojos" implica un compromiso personal que hacemos para evitar miradas maliciosas o ajenas que podrían llevarnos a pensamientos o acciones pecaminosas. En otras palabras, se refiere a controlar nuestros instintos y deseos para no sucumbir a la tentación.

¿Por qué es importante mantener la pureza de nuestros ojos?

Mantener la pureza de nuestros ojos es importante porque son la puerta de entrada a nuestro corazón y mente. Lo que vemos influye en nuestros pensamientos y acciones, por lo que podríamos decir que nuestros ojos son un reflejo de nuestro ser interior. Si llenamos nuestros ojos de imágenes inmorales o pecaminosas, corremos el riesgo de contaminar nuestro corazón y alejarnos de la voluntad de Dios.

_____

¡Atención! Ésta es una posible interpretación basada en los comentarios de teólogos famosos, que pueden diferir entre sí. Si la interpretación se toma de otros idiomas, puede haber una distorsión del significado al traducir el idioma. *Mateo 7:7-8*

> El necio muestra en seguida su enojo, pero el prudente pasa por alto el insulto.
>
> — *Proverbios 12:16*

Libro: Antiguo Testamento / Proverbios
Temas: autocontrol, cólera, sabiduría

Interpretación:
En *Proverbios 12:16*, encontramos sabias instrucciones sobre cómo manejar nuestras emociones, en particular la ira. Este versículo nos habla de dos tipos de personas: necias y prudentes. Un necio, según la Palabra de Dios, es alguien que expresa su ira al instante en cualquier situación, mientras que una persona prudente, por el contrario, ignora los insultos y, por lo tanto, controla sus impulsos emocionales.

¿Quiénes son los necios?

En la Biblia, los necios son quienes actúan sin pensar en las consecuencias de sus actos y quienes no usan sabiduría al tomar decisiones. En el contexto de este versículo, los necios son quienes permiten que la ira guíe sus acciones y palabras.

La ira, aunque es una emoción natural, puede llevar a las personas a acciones impulsivas de las que a menudo se arrepienten después. Por lo tanto, es importante aprender a controlarnos y no permitir que las emociones nos dominen.

La prudencia es la clave para controlar las emociones

Este versículo también nos habla de la prudencia como la clave para controlar las emociones. La prudencia es la capacidad de pensar antes de actuar o hablar. Las personas sabias no se dejan llevar por la ira, sino que piensan antes de actuar y analizan la situación para tomar la mejor decisión.

Así, la prudencia nos ayuda a controlar nuestras emociones, a pensar antes de actuar y a evitar que caigamos en la trampa de la ira. Al detenernos y reflexionar, nos damos cuenta de que la ira no suele ser la mejor respuesta a una situación y podemos buscar otras alternativas para resolver el problema.

_____

¡Atención! Ésta es una posible interpretación basada en los comentarios de teólogos famosos, que pueden diferir entre sí. Si la interpretación se toma de otros idiomas, puede haber una distorsión del significado al traducir el idioma. *Mateo 7:7-8*

> Más vale ser paciente que valiente; más vale el dominio propio que conquistar ciudades.
>
> — *Proverbios 16:32*

Libro: Antiguo Testamento / Proverbios
Temas: autocontrol, paciencia, paz

Interpretación:
El libro de Proverbios es rico en sabiduría y contiene enseñanzas prácticas que se pueden aplicar a la vida cotidiana. *Proverbios 16:32* no es una excepción ya que nos enseña la importancia del autocontrol.

El versículo comienza con las palabras: **“Más vale ser paciente que valiente”**. Aquí se nos dice que es más valioso para nosotros controlar nuestra ira y no permitir que nuestras emociones nos controlen cuando estamos enojados o frustrados. Ser fuerte no es sinónimo de agresividad o crueldad, sino de tener autocontrol y fuerza interior para dominar tus emociones.

El versículo continúa: **“más vale el dominio propio que conquistar ciudades”**. Esto habla de la importancia de controlar nuestros pensamientos y emociones incluso en situaciones estresantes o difíciles. Un hombre que puede controlar su espíritu es más fuerte que aquel que puede conquistar una ciudad porque tiene control de sí mismo y de sus acciones.

_____
¡Atención! Ésta es una posible interpretación basada en los comentarios de teólogos famosos, que pueden diferir entre sí. Si la interpretación se toma de otros idiomas, puede haber una distorsión del significado al traducir el idioma. *Mateo 7:7-8*

> En la lengua hay poder de vida y muerte; quienes la aman comerán de su fruto.
>
> — *Proverbios 18:21*

Libro: Antiguo Testamento / Proverbios
Temas: autocontrol, bendición, Fecundidad, hablar

Interpretación:
La Biblia menciona repetidamente la importancia de controlar nuestras palabras, ya que pueden tener un impacto significativo en nuestras vidas y en las de los demás. *Proverbios 18:21* lo ilustra muy bien.

¿Qué significa este versículo?

Este versículo nos enseña que nuestra lengua puede tener graves consecuencias, tanto positivas como negativas. Es una herramienta poderosa, pero debe usarse con sabiduría.

Si cultivamos una lengua amorosa y constructiva, viviremos una vida fructífera y disfrutaremos de sus beneficios. Pero si la usamos descuidadamente y de forma dañina, cosecharemos miseria y negatividad.

_____

¡Atención! Ésta es una posible interpretación basada en los comentarios de teólogos famosos, que pueden diferir entre sí. Si la interpretación se toma de otros idiomas, puede haber una distorsión del significado al traducir el idioma. *Mateo 7:7-8*

> Como ciudad sin defensa y sin murallas es quien no sabe dominarse.
> *— Proverbios 25:28*

Libro: Antiguo Testamento / Proverbios
Temas: autocontrol, deseo

Interpretación:
El libro de Proverbios es conocido por sus sabios consejos y su enfoque práctico para la vida cotidiana. *Proverbios 25:28* ofrece un claro ejemplo de lo que sucede cuando no controlamos nuestras emociones y deseos, y permitimos que nos dominen. En lugar de ser fuertes y seguras, nuestra vida interior es como una ciudad en ruinas, desprovista de protección y estabilidad.

Significado del versículo

En esencia, este versículo nos recuerda la importancia del autocontrol. La vida puede ser abrumadora, y emociones como el miedo, la ansiedad, la tristeza y la ira tienen el potencial de causar estragos en nuestro bienestar mental y emocional. Si no tenemos cuidado, podemos permitir que estas emociones dominen nuestras vidas, lo que nos lleva a tomar malas decisiones y a tener relaciones negativas.

Este versículo nos anima a tomar medidas proactivas para evitar que estas emociones dominen nuestras vidas. Es importante ser conscientes de nuestras emociones y encontrar maneras saludables de expresarlas. Dominar el espíritu no significa reprimir o ignorar las emociones, sino aprender a gestionarlas de forma eficaz y positiva.

_____

¡Atención! Ésta es una posible interpretación basada en los comentarios de teólogos famosos, que pueden diferir entre sí. Si la interpretación se toma de otros idiomas, puede haber una distorsión del significado al traducir el idioma. *Mateo 7:7-8*

> El necio da rienda suelta a su ira, pero el sabio sabe dominarla.
> — *Proverbios 29:11*

Libro: Antiguo Testamento / Proverbios
Temas: autocontrol, cólera, sabiduría

Interpretación:
Proverbios 29:11 nos dice la importancia de controlar nuestras emociones y comportamiento. Este versículo nos muestra la diferencia entre una persona sabia y una necia cuando se enfrenta a la ira.

Una persona sabia es aquella que tiene autocontrol y sabe calmarse en situaciones de conflicto. En cambio, una persona tonta permite que sus emociones tomen el control, lo que puede conducir a un comportamiento inapropiado y dañino.

Este versículo puede ser muy útil para quienes tienen dificultades para controlar sus emociones durante un conflicto. Nos enseña que no podemos permitir que nuestras reacciones emocionales dicten nuestro comportamiento. En cambio, debemos tomar control de nuestros sentimientos y responder sabiamente a situaciones difíciles. Este versículo también nos enseña la importancia de ser pacientes y tolerantes en situaciones de conflicto.

_____

¡Atención! Ésta es una posible interpretación basada en los comentarios de teólogos famosos, que pueden diferir entre sí. Si la interpretación se toma de otros idiomas, puede haber una distorsión del significado al traducir el idioma. *Mateo 7:7-8*

> No te desvíes ni a diestra ni a siniestra; apártate de la maldad.
> — *Proverbios 4:27*

Libro: Antiguo Testamento / Proverbios
Temas: autocontrol, mal, seguir, justicia

Interpretación:

El libro de Proverbios es rico en sabiduría práctica y consejos atemporales que ayudan a los creyentes a vivir vidas rectas y justas. En el versículo 27 del capítulo 4, se nos llama a no desviarnos ni a la derecha ni a la izquierda, sino a guardar nuestros pies del mal.

No te desvíes

La primera parte del versículo es una advertencia para no desviarnos en la vida. Es un llamado a enfocarnos en nuestro camino y a no distraernos con cosas superfluas. Cuando nos desviamos del camino, podemos terminar en un lugar donde no queremos estar, donde estamos más lejos de Dios.

Mantente en el camino correcto

La segunda parte del versículo habla de la necesidad de permanecer en el camino correcto. Esto significa que debemos tomar la decisión consciente y deliberada de alejarnos del mal y acercarnos al bien y la verdad.

_____

¡Atención! Ésta es una posible interpretación basada en los comentarios de teólogos famosos, que pueden diferir entre sí. Si la interpretación se toma de otros idiomas, puede haber una distorsión del significado al traducir el idioma. *Mateo 7:7-8*

> No se amolden al mundo actual, sino sean transformados mediante la renovación de su mente. Así podrán comprobar cuál es la voluntad de Dios, buena, agradable y perfecta.
> *— Romanos 12:2*

Libro: Nuevo Testamento / Romanos
Temas: autocontrol, Libre de culpa, vida, obediencia, transformación, mundo

Interpretación:
En *Romanos 12:2 Pablo* dice que los cristianos no deben seguir las reglas y costumbres del mundo. Más bien, deberían renovar sus mentes y centrarse en la voluntad de Dios. Pablo no sólo les dice qué hacer, sino que les muestra cómo hacerlo: *a través de la renovación de sus mentes*.

Renovación de la comprensión

La renovación del entendimiento es un proceso constante en la vida cristiana. La Biblia nos dice que debemos ser transformados mediante la renovación de nuestra mente *(Efesios 4:23)* y que debemos llevar cautivo todo pensamiento a la obediencia *a Cristo (2 Corintios 10:5)*.

En otras palabras, debemos cambiar nuestra manera de pensar y nuestros puntos de vista para que podamos estar más en línea con la voluntad de Dios. Este proceso no es fácil porque a menudo nuestros pensamientos y puntos de vista son opuestos a los pensamientos y puntos de vista de Dios. Sin embargo, si estamos dispuestos a hacerlo, Dios nos ayudará.

La Biblia nos dice que la Palabra de Dios es viva y eficaz, capaz de penetrar lo más profundo de nuestro ser y discernir nuestros pensamientos y actitudes *(Hebreos 4:12)*. Con la ayuda del *Espíritu Santo y la Palabra de Dios*, podemos renovar nuestra mente y acercarnos a la voluntad de Dios.

_____

¡Atención! Ésta es una posible interpretación basada en los comentarios de teólogos famosos, que pueden diferir entre sí. Si la interpretación se toma de otros idiomas, puede haber una distorsión del significado al traducir el idioma. *Mateo 7:7-8*

> Mis queridos hermanos, tengan presente esto: Todos deben estar listos para escuchar, y ser lentos para hablar y para enojarse.
> *— Santiago 1:19*

Libro: Nuevo Testamento / Santiago
Temas: autocontrol, cólera, escuchar, hablar

Interpretación:
El libro de Santiago es uno de los textos más prácticos y aplicables de toda la Biblia. En él, el autor nos da consejos muy útiles para nuestra vida diaria, ayudándonos a ser mejores personas y a honrar a Dios en todo lo que hacemos. En este sentido, el versículo que analizamos es especialmente importante, ya que habla de la necesidad de ser pacientes y prudentes en nuestras palabras y acciones.

Estar listos para escuchar

El primer consejo que nos da este versículo es ser “estar listos para escuchar”. Esto significa que debemos estar dispuestos a escuchar a los demás y prestar atención a lo que dicen. En un mundo cada vez más polarizado, donde a menudo nos limitamos a escuchar solo lo que ya confirma nuestras creencias, este consejo es más relevante que nunca. Debemos aprender a escuchar con empatía y estar abiertos a las ideas de los demás, incluso si no siempre estamos de acuerdo con ellas.

Lentos para hablar

El segundo consejo que nos da este versículo es ser “lentos para hablar”. Esto significa que debemos pensar detenidamente antes de hablar, en lugar de hablar solo por hablar. A menudo, nuestras palabras pueden herir a otros, incluso sin querer. Debemos tomarnos el tiempo para pensar en lo que queremos decir y elegir nuestras palabras con cuidado. Al hacerlo, mostraremos respeto a los demás y evitaremos conflictos innecesarios.

Lentos para enojarse

El tercer y último consejo que nos da este versículo es ser “lentos para enojarse”. Esto significa que debemos controlar nuestras emociones y evitar reacciones impulsivas ante situaciones difíciles. Cuando permitimos que la ira nos domine, perdemos la capacidad de pensar con claridad y podemos decir o hacer cosas de las que luego nos arrepentiremos. Por lo tanto, debemos aprender a controlar nuestra ira y a responder a los conflictos con calma y paz.

_____

¡Atención! Ésta es una posible interpretación basada en los comentarios de teólogos famosos, que pueden diferir entre sí. Si la interpretación se toma de otros idiomas, puede haber una distorsión del significado al traducir el idioma. *Mateo 7:7-8*

> En verdad, Dios ha manifestado a toda la humanidad su gracia, la cual trae salvación y nos enseña a rechazar la impiedad y las pasiones mundanas. Así podremos vivir en este mundo con justicia, piedad y dominio propio.
> *— Tito 2:11-12*

Libro: Nuevo Testamento / Tito
Temas: autocontrol, adicción, gracia, justicia, Salvación, mundo

Interpretación:
La gracia de Dios es un concepto clave en la Biblia, definido como el amor y la misericordia divinos expresados ??*a través del sacrificio de Jesucristo en la cruz*. Es decir, a través de la Gracia de Dios, quienes aceptan a Jesús como su Salvador podrán recibir el perdón de sus pecados y recibir el regalo de la vida eterna en el cielo.

Ser piadoso no se trata simplemente de realizar actos religiosos, sino más bien de vivir en comunión con Dios y de acuerdo con Sus enseñanzas. En otras palabras, ser piadoso es vivir justa y éticamente y tratar a los demás con amor y compasión. Debemos vivir de acuerdo con las enseñanzas de Dios y seguir Sus mandamientos.

Renunciar a la impiedad y a los deseos mundanos no es una tarea fácil ya que todos somos susceptibles a los diversos estímulos que el mundo nos ofrece. Sin embargo, es importante recordar que buscar la felicidad a través de placeres efímeros es una trampa en la que muchos caen. La felicidad verdadera y duradera se puede encontrar siguiendo el camino de Dios y encontrando paz y satisfacción en nuestra relación con Él.

Al llevar una vida sobria, recta y piadosa, podemos ser testigos para los demás y mostrarles que vivir según las enseñanzas de Dios no sólo es posible en teoría, sino también en la práctica. Cuando vivimos de esta manera, demostramos que somos verdaderos seguidores de Cristo y estamos haciendo cambios positivos en nuestro entorno.

Sin embargo, debemos recordar que vivir una vida piadosa no significa que no cometeremos errores. Todos somos humanos y cometemos errores, pero es importante admitir nuestros errores y buscar el perdón y la guía de Dios para seguir adelante. En lugar de decepcionarnos cuando fallamos, debemos recordar que Dios nos ama y siempre está dispuesto a perdonarnos.

_____

¡Atención! Ésta es una posible interpretación basada en los comentarios de teólogos famosos, que pueden diferir entre sí. Si la interpretación se toma de otros idiomas, puede haber una distorsión del significado al traducir el idioma. *Mateo 7:7-8*