

02/19/2022

## UN CARÁCTER DE INFLUENCIA Autodisciplina en los apetitos

“Pero es necesario que el obispo sea..., sobrio.” 1 Timoteo 3:2b

La conexión entre el dominio propio y el éxito en la vida es un tema constante en la Palabra de Dios:

- Proverbios 25:28; Lucas 9:23–25; 1 Corintios 9:24–27; 1 Timoteo 4:7b–8; 2 Timoteo 2:5

A la luz de la conexión de las Escrituras entre la autodisciplina y el éxito en la vida, no sorprende en absoluto que el apóstol Pablo lo mencione como un requisito previo necesario para el candidato al liderazgo en la iglesia: “Pero es necesario que el obispo sea. . . sobrio” (1 Timoteo 3:2a). Pero ¿qué es exactamente la “templanza/sobriedad”?

### El significado de “sobrio”

El adjetivo griego traducido como “**sobrio**” originalmente describía “ser muy moderado en el consumo de una bebida alcohólica”. Describía a alguien que era capaz de controlar su ingesta de vino.

En los días de Pablo, la palabra se usaba en sentido figurado para describir a alguien que “no era adicto” a la gratificación carnal. Describía **a alguien que mantenía el equilibrio o la sobriedad en la vida en general**, no solo con respecto al alcohol. “Sobriedad” describe así a alguien que era “**refrenado en su conducta, con dominio propio, sensato**”. Hablando en términos más generales, Jerry Bridges describe el “dominio propio” como,

un gobierno o control prudente de los propios deseos, anhelos, impulsos, emociones y pasiones. Significa decir no cuando debemos decir no. Significa moderación en los deseos y actividades legítimos, y absoluta restricción en áreas que son claramente pecaminosas. Implicaría, por ejemplo, moderación a la hora de ver televisión y absoluta restricción de ver pornografía en Internet. . . [esto] cubre todas las áreas de la vida y requiere un control incesante con las pasiones de la carne que hacen guerra contra nuestras almas.<sup>1</sup>

Por lo tanto, la cualidad de “sobriedad” que Pablo menciona en 1 Timoteo 3:2 habla del dominio propio del candidato a anciano sobre los apetitos carnales en general, incluso en áreas como la comida, la relajación y el sueño, el entretenimiento y el sexo. **El hombre controla sus apetitos; sus apetitos no controlan al hombre.**

En última instancia, **una vida con dominio propio es evidencia de una vida controlada por el Espíritu**. Como explicó el apóstol Pablo, “el fruto del Espíritu es amor, gozo, paz, paciencia, benignidad, bondad, fe, mansedumbre, *dominio propio*; contra tales cosas no hay ley” (Gálatas 5:22–23). Por el contrario, la vida controlada por la carne es una vida de gratificación deliberada y sin restricción (ver Gal 5:19–21).

### La expectativa de dominio propio

1. **Los líderes en la iglesia**, sobre todo, deben ejercer dominio propio o ser sobrios en sus apetitos (1 Timoteo 3:2; 4:7–8; 2 Timoteo 4:5; Tito 1:7–8).

Como ejemplos de santificación, los ancianos deben proporcionar una ilustración tangible de dominio propio para que el resto de la congregación la imite. Además, para tomar decisiones sabias, enseñar fielmente la verdad, aconsejar a los débiles y proteger a la iglesia de sus enemigos, los ancianos no pueden dejar que sus esfuerzos estén gobernados por apetitos carnales y el impulso de la gratificación temporal.

<sup>1</sup> Jerry Bridges, *Pecados respetables* (NavPress, 2017), 106-107.

2. Se requiere que **los diáconos** de la iglesia sean autocontrolados en sus apetitos (1 Timoteo 3:1).
3. **A todos los cristianos**, tanto hombres como mujeres, se les ordena tener autodisciplina (1 Tesalonicenses 5:6, 8; Tito 2:2; 1 Pedro 1:13; 4:7; 5:8).
4. El autocontrol es una cualidad **esencial para el liderazgo en general**. A menudo se argumenta que el auto disciplinado es uno de los rasgos más importantes que marcan a aquellos con verdadera influencia. Martyn Lloyd-Jones observó la siguiente conexión entre la autodisciplina y la influencia en los demás:

Te desafío a que leas la vida de cualquier santo que alguna vez haya adornado la vida de la Iglesia sin ver de inmediato que la característica más grande en la vida de ese santo fue la disciplina y el orden. Invariablemente es la característica universal de todos los hombres y mujeres sobresalientes de Dios. . . . Obviamente, es algo que es completamente bíblico y absolutamente esencial.<sup>2</sup>

De manera similar, el pastor John ha escrito,

El autocontrol es absolutamente vital para el éxito duradero en cualquier empresa de la vida. Muchas personas alcanzan un grado de prominencia únicamente gracias a su puro talento natural. Pero los verdaderos líderes influyentes son los que se dedican a la disciplina personal y aprovechan al máximo sus dones.<sup>3</sup>

Esta autodisciplina se puede ver articulada por uno de los más grandes líderes de la historia, el apóstol Pablo: 1 Corintios 9:26-27. No es coincidencia que Pablo buscará regularmente sus analogías en el ámbito del atletismo. Para Pablo, las competencias atléticas ilustraban vívidamente la disciplina, el esfuerzo y la abnegación necesarios para vivir la vida cristiana con éxito (por ejemplo, Hechos 2:24; Gálatas 2:2; 5:7; Fil 2:16; 3:13-14; 2 Timoteo 2:5).

La necesidad de la autodisciplina también ha sido afirmada por el mundo en general. Lo que algunos gurús del liderazgo llaman "autoliderazgo" se reconoce comúnmente como la condición "*sine qua non*" de los rasgos de liderazgo. Pero mientras cristianos y no cristianos están de acuerdo en la necesidad de la autodisciplina para el liderazgo y la vida en general, no están de acuerdo sobre *la razón* de la autodisciplina, *la fuente* de la autodisciplina, *la práctica* de la autodisciplina y *la meta* de la autodisciplina.

**Para el no cristiano, la autodisciplina es una cuestión de pura fuerza de voluntad.** Lo que se necesita es educación para informar a la voluntad de su potencial y la necesidad de una reforma moral. La voluntad debe entonces ejercer su poder sobre el cuerpo y obligar al cuerpo a someterse a sus dictados. Uno gana control sobre *sí mismo* por *sí mismo* y *para la gloria de sí mismo*. Inevitablemente, el autocontrol se convierte en una cuestión de autosuficiencia.

**Para el cristiano, sin embargo, es solo el Espíritu Santo quien produce el verdadero dominio propio.** La habilidad genuina de dominar los apetitos de uno es habilitada por la obra única de regeneración del Espíritu y cultivada por la obra continua de santificación del Espíritu. Para el cristiano, la práctica del dominio propio es una cuestión de dependencia activa de Dios y de los recursos que Él proporciona a los que ha redimido: Romanos 8:12-14; Gálatas 5:22-23.

Jerry Bridges lo resumió bien: "Podríamos decir que el autocontrol no es el control de uno mismo a través *de* la propia fuerza de voluntad, sino el control de uno mismo a través *del* poder del Espíritu Santo."<sup>4</sup>

---

<sup>2</sup> D. Martyn-Lloyd Jones, *Depresión Espiritual* (Eerdmans, 1965), 210.

<sup>3</sup> MacArthur, *Llamado a liderar*, 146.

<sup>4</sup> Bridges, *Pecados respetables*, 107.

## Los adversarios de la autodisciplina

### 1. Pereza

Mientras Salomón preparaba a su hijo para una vida de liderazgo, enfatizó particularmente los peligros *del deseo de dormir y relajarse*: Proverbios 10:5; 18:9; 20:13; 21:25-26; 24:30-34; Eclesiastés 4:5. Ciertamente, el sueño es una bendición de Dios (Sal 127,2). Pero un hombre disciplinado dormirá solo lo necesario para vivir una vida de productividad responsable para la gloria de Aquel cuya imagen refleja.

### 2. Entretenimiento

No es ningún secreto que muchos hombres están perdiendo grandes cantidades de tiempo jugando videojuegos, navegando por Internet, viendo Netflix y publicando en Facebook. Lamentablemente, el entretenimiento les está robando a los hombres valiosos minutos, horas, días e incluso semanas de sus vidas que podrían haber sido dedicados a hacer una contribución positiva a su propia vida, a su familia, a la iglesia o a la sociedad en general.

En respuesta, el pastor John brinda este consejo para cultivar la templanza:

Cuando tengas tiempo libre, haz cosas que sean productivas en lugar de simplemente entretenerte. Lee un buen libro, escucha música clásica, sal a caminar o conversa con alguien. En otras palabras, aprende a entretenerte con cosas desafiantes, estimulantes y creativas. Las cosas que no tienen ningún valor, excepto para entretenerte, contribuyen muy poco a tu bienestar.<sup>5</sup>

### 3. Comida

De la misma manera que el sueño y el entretenimiento pueden convertirse en ídolos, también lo pueden hacer los alimentos. Una vez más, Salomón advirtió a su joven príncipe que evitara *la lujuria por la comida*: Proverbios 23:20-21; 28:7. El problema de la *gula/glotonería* no es sinónimo del propio peso. La cuestión es de control: ser capaz de "decir no" a la segunda galleta innecesaria y asegurarse de que la pasión por comer no ahogue la responsabilidad en la vida en general. Una vez más, el pastor John brinda este consejo:

Aprende a decir no a tus sentimientos e impulsos. Ocasionalmente, niégate a ti mismo placeres que son perfectamente legítimos de disfrutarse. Sáltate el postre después de una comida. Bebe un vaso de té helado en lugar de tomar ese *helado* que te encanta. No te comas esa dona que te llamó la atención. Abstenerse de esas cosas le recordará a tu cuerpo quién tiene el control.<sup>6</sup>

### 4. La desorganización

Vivir en un constante estado de caos es un claro signo de ausencia de templanza. Evidencia la *falta de sentido del deber*. Con respecto a este problema, J. Oswald Sanders escribe,

La disciplina en los primeros años de vida, que está dispuesta a hacer sacrificios con el fin de obtener una preparación adecuada para las tareas de la vida, prepara el camino para un alto rendimiento. . . . El joven con calibre de liderazgo trabajará mientras otros pierden el tiempo, estudiará mientras otros duermen, orara mientras otros sueñan despiertos. Los hábitos perezosos se vencen, ya sea en pensamiento, acción o vestimenta. El líder emergente come bien, se mantiene erguido y se prepara para librar una guerra espiritual. Empezará sin desgano la tarea desagradable que otros evitan o el deber oculto que otros evaden porque no gana el aplauso público.<sup>7</sup>

<sup>5</sup> John MacArthur, "Aprendiendo autodisciplina," <https://www.gty.org/library/articles/A197/learning-selfdiscipline>.

<sup>6</sup> MacArthur, "Aprendiendo autodisciplina."

<sup>7</sup> Sanders Liderazgo Espiritual, 53.

**La implementación de la autodisciplina**

<b>Exhortación</b>	<b>Texto</b>	<b>Aplicación</b>
Conócete a ti mismo	<i>“Así que, el que piensa estar firme, mire que no caiga”</i> (1 Cor 10:12).	Se consciente de las áreas particulares de tu vida donde tus apetitos tienden a controlarte.
Cuídate a ti mismo	<i>“Ten cuidado de ti mismo y de la doctrina;”</i> (1 Tim 4:16).	Examina tu vida para ver si te estás esclavizando a un apetito particular.
Niégate a ti mismo	<i>“Y decía a todos: Si algún quiere venir en pos de mí, niéguese a sí mismo, tome su cruz cada día, y sígame.”</i> (Lucas 9:23).	Recuerda que estás llamado a un estilo de vida de abnegación.
Abraza las dificultades	<i>“Así que, yo de esta manera corro, no como a la ventura; de esta manera peleo, no como quien golpeó el aire, sino que golpeo mi cuerpo, y lo pongo en servidumbre”</i> (1 Cor 9:26-27).	Acepta el hecho de que la autodisciplina no se desarrolla sin dolor.
Considera el premio	<i>“¿No sabéis que los que corren en el estadio, todos a la verdad corren, pero uno solo se lleva el premio? Corred de tal manera que lo obtengáis”</i> (1 Cor 9:24).	Recuerda regularmente la recompensa por la abnegación y la gratificación retrasada.
Dale prioridad a la piedad	<i>“Ejercítate para la piedad; porque el ejercicio corporal para poco es provechoso, pero la piedad para todo aprovecha, pues tiene promesa de esta vida presente, y de la venidera”</i> (1 Tim 4:7b-8).	Presta aún más atención a la disciplina de tu alma que a la disciplina de tu cuerpo.
Cultiva el contentamiento	<i>“Pero gran ganancia es la piedad acompañada de contentamiento”</i> (1 Tim 6:6).	Siéntete satisfecho con lo que tienes actualmente y cuídate de querer más.
Atesora a Cristo	<i>“a fin de conocerle, y el poder de Su resurrección, y la participación de Sus padecimientos, llegando a ser semejante a Él en Su muerte”</i> (Fil 3:10).	Haz de tu suprema gratificación tu comunión con Jesucristo.

**Preguntas de discusión de grupo**

- A la luz del estudio de hoy, ¿cómo describirías la “templanza/sobriedad”?
- ¿Tu familia, amigos y colegas te definirían como un hombre “moderado/sobrio”? ¿Por qué o por qué no?
- ¿Sobre qué apetitos en tu vida es más probable que te falte autodisciplina? A la luz del estudio de hoy, ¿qué pasos tomarás para controlar estos apetitos?
- ¿Por qué el dominio propio bíblico es tan diferente de las formas de dominio propio que prevalecen en el mundo de hoy?

Con agradecimiento a Brad Klassen