

Espiritualmente vivos





¿DE QUÉ SE TRATA?

OBJETIVO:

Comprender los beneficios que se derivan de tener nuestros espíritus conectados al Espíritu de Dios.

Tomar conciencia de algunos peligros que pueden impedirnos experimentar esos beneficios en nuestro día a día.

Entender cómo eliminar cualquier influencia que el enemigo pueda haber ganado en nosotros a través del pecado pasado.

VERSÍCULO CLAVE: "He venido para que tengan vida y la tengan en abundancia". (Juan 10:10)



BIENVENIDA

¿Tiende a verse principalmente como un "cuerpo con espíritu" o como un "espíritu con cuerpo"?



ALABANZA

Jesús murió y resucitó específicamente para que tengamos vida en plenitud. Considera estos versículos y alábele por su vida:

Jesús respondió: "Yo soy el camino, la verdad y *la vida*. Nadie viene al Padre si no es por mí (Juan 14:6).

Porque si por la transgresión de un solo hombre reinó la muerte, ¡cuánto más *reinarán en la vida* por medio de un solo hombre, Jesucristo, los que reciben la abundante provisión de gracia de Dios y el don de la justicia! (Romanos 5:17)

Porque por medio de Cristo Jesús *la ley del Espíritu que da vida* os ha liberado de la ley del pecado y de la muerte. (Romanos 8:2)

Duración del video: 35:05

Pausa para reflexionar 1 - minuto 22:01

Pause para reflexionar 2 - minuto 32:44



Una cuestión de vida y muerte

Antes de que Adán y Eva pecaran, sus espíritus estaban conectados con Dios. Eran totalmente aceptados, completamente seguros; y tenían un gran sentido de importancia. En resumen, estaban completos y sanos.

Cuando Adán desobedeció a Dios, murió espiritualmente, lo que significó que perdió el significado, la seguridad y la aceptación que se derivaban de estar conectado a Dios.

Por lo tanto, todos nosotros nacimos con nuestro espíritu

desconectado de Dios. Así que Dios envió a Jesús que dijo:

"He venido para que tengan vida y la tengan en abundancia". (Juan 10:10)

En el momento en que nos volvimos a Jesús y lo hicimos nuestro Señor, nuestros espíritus se reconectaron con Dios. ¡Volvieron a la vida!

Y eso nos devolvió a la posición de Adán y Eva antes de pecar, con nuestras necesidades más profundas de seguridad, significado y aceptación perfectamente satisfechas en Cristo.

El hecho de que tu espíritu - el "verdadero tú" - haya sido restaurado en un 100% a la forma en que Dios lo deseaba es una noticia potencialmente asombrosa para tu salud, integridad y fecundidad.

Sin embargo, hay tres peligros significativos que nos enfrentan y que hacen que no podamos experimentar todos sus beneficios.

Peligro 1: Podemos vivir como si nada hubiera cambiado

Debido a que nacimos sin la relación con Dios como Padre que siempre debemos tener, pasamos gran parte de nuestras vidas como huérfanos espirituales.

No nos sentíamos seguros. Buscábamos constantemente el amor y la aceptación. No conocíamos nuestra verdadera identidad.

Si sigues a Jesús, ya no eres huérfano. Ahora eres un hijo o hija del Rey de Reyes, un príncipe o princesa.

Pero es fácil quedarse en esa mentalidad huérfana. Tal vez te han enseñado que tus pecados han sido perdonados, pero sigues sintiéndote como la misma persona mala y podrida por debajo - culpable, avergonzada, condenada - con la sensación de que Dios está decepcionado de ti.

El Nuevo Testamento ya no utiliza la palabra "pecador" para describir a las personas que siguen a Jesús, aunque todavía pecamos de vez en cuando. La palabra que utiliza para describirnos se traduce mejor como "santo".

"Por nosotros hizo pecado al que no conoció pecado, para que en él seamos justicia de Dios". (2 Corintios 5:21 RVR).

No sólo fuiste *cubierto* con la justicia de Dios como si, cuando Dios te mira, viera a Jesús en su lugar. No, realmente *te convertiste* en la justicia de Dios en el nivel más profundo de tu ser. Lo que significa que cuando Dios te mira, te ve como realmente eres, ¡y se deleita en ti!

Pero si sigues creyendo en los mensajes que el mundo te lanza, o si tiendes a medirte por tus experiencias pasadas o tus fracasos presentes, seguirás viviendo como un huérfano.



Ya no hay huérfanos

Padre Dios, gracias porque no me dejaste huérfano. Gracias porque ahora puedo clamar a Ti, "Abba, Padre".

Me niego a creer la mentira de que soy huérfano.

Elijo creer la verdad de que he nacido en Tu familia y ahora soy Tu hijo muy amado.

Me niego a creer la mentira de que, para que Tú me ames, tengo que hacer cosas para complacerte.

Elijo creer la verdad de que Tú me amas tal como soy porque Tú eres amor.

Me niego a creer la mentira de que tengo que esforzarme para obtener tu atención.

Elijo creer en la verdad de que Tú siempre me prestas toda tu atención.

Me niego a creer la mentira de que me rechazarás si no actúo bien.

Elijo creer en la verdad de que Tú me aceptas completamente incluso cuando fracaso.

Me niego a creer la mentira de que tengo que mantenerme a mí mismo.

Elijo creer la verdad de que Tú prometes darme todo lo que necesito.

Me niego a creer la mentira de que sólo puedo confiar en mí mismo.

Elijo creer la verdad de que Tú prometes ayudarme y puedo confiar plenamente en Ti.

Me niego a creer la mentira de que nadie me conoce ni se preocupa por mí.

Elijo creer la verdad de que Tú me conocías antes de la creación del mundo y que Jesús habría muerto sólo por mí si yo hubiera sido la única persona que lo necesitaba.

Me niego a creer la mentira de que tengo que compararme con los demás.

Elijo creer la verdad de que soy único y que Tú me valoras y me amas por lo que soy.

Me niego a hablar mal de mí mismo.

Elijo hablar de mí mismo de la misma manera que Tú hablas de mí.

Me niego a creer la mentira de que merezco un castigo o una enfermedad.
Elijo creer la verdad de que Jesús tomó todo el castigo que yo merecía.

Declaro que quiero estar completo, bien y fructífero y, por tu gracia, eso es lo que seré.

Amén.

Saber quiénes somos en Cristo es vital

Se llevó a cabo un estudio para averiguar cómo ayudar a los indios Pima de Arizona a realizar cambios positivos en su estilo de vida. A un grupo se le dio información sanitaria sobre ejercicio y nutrición. A otro grupo también se le dio eso, pero además participó en charlas periódicas con los líderes locales sobre la cultura y la historia pima, lo que les hizo sentirse bien con su herencia. Un año más tarde, el grupo que participó en los debates mejoró su peso, el perímetro de la cintura, los niveles de glucosa en sangre y los niveles de insulina. La mejora de su autoestima tuvo un efecto significativo en su comportamiento, que a su vez tuvo un efecto positivo en su salud¹.

¿Cómo está tu autoestima? O, dicho de otro modo, ¿qué creencias tienes sobre ti mismo? Ojalá seas un príncipe o una princesa, un hijo de Dios que está seguro, es significativo y es aceptado.

Cuando conozcamos nuestra identidad, viviremos en consecuencia.

El mundo se centra en tener una gran salud física. ¿Podría ser mejor conocer la verdad y vivir en consecuencia?

1 (Venkat Narayan KM, Hoskin M, Kozak D, Kriska AM, Hanson AM, Pettitt DJ, et al. Ensayo clínico aleatorio de intervenciones en el estilo de vida de los indios Pima: un estudio piloto. Diabetic Medicine 1998;15: 66-72.

Peligro 2: No darse cuenta de que cosechamos lo que sembramos

No te engañes: Dios no puede ser burlado. El hombre cosecha lo que siembra.
(Gálatas 6:7)

Nuestras acciones tienen consecuencias. Dios nos ama y nos dice lo que es bueno y lo que es malo para nosotros. Nos enfrentaremos a las consecuencias de nuestras elecciones. El pacto que Dios hizo con Israel incluía bendiciones por la obediencia y maldiciones por la desobediencia (Deuteronomio 28). Estas maldiciones incluían enfermedades y plagas.

Por mucho que nos engañemos, por ejemplo, diciendo que comer y beber cosas azucaradas está bien, tarde o temprano cosecharemos lo que sembramos en términos de mala salud. Ser cristiano no nos protegerá de ello.

- Egipto sufrió plagas mortales cuando el Faraón desobedeció a Dios. (Éxodo 7:14- 11:10)
- El orgullo del rey Uzías lo llevó a la desobediencia y la consecuencia fue la lepra. (2 Crónicas 26:16-20)
- Elimás, el hechicero, quedó ciego cuando se opuso abiertamente a Dios. (Hechos 13:6-12)
- La enfermedad de los corintios provenía de "comer y beber el juicio sobre sí mismos" porque estaban manejando la comunión de manera equivocada. (1 Corintios 11:29-30)

No todas las enfermedades provienen de la desobediencia. Pero está claro que algunas sí.

Peligro 3: Podemos permitir que el enemigo se introduzca en nuestra vida a través del pecado y que esto nos lleve a la enfermedad

Es importante saber que Satanás no tiene el poder de entrar en tu vida a voluntad y hacerte daño (1 Juan 5:18). Usted es un hijo de Dios y Satanás no puede hacerle daño - a menos que usted se lo permita.

Cuando Jesús curaba a la gente, a veces simplemente sanaba la enfermedad, lo que implicaba que tenía una raíz puramente *física*: una deformidad o un virus, tal vez.

Sin embargo, en otras curaciones expulsó a un demonio y luego la persona quedó sana. La conclusión clara que podemos sacar es que una posible causa de un problema de salud es que un demonio tenga algún tipo de influencia en la vida de una persona.

En Juan 14:30, Jesús dice a sus discípulos: "Ya no hablaré mucho con vosotros, porque viene el jefe de este mundo. Él no tiene ningún derecho sobre mí...".
¿Cuál es el mecanismo por el que Satanás podría reclamarnos?

"En tu ira no peques": No dejéis que se ponga el sol mientras estéis enfadados, y no deis pie al diablo. (Efesios 4:26-27)



El enojo en sí mismo no es pecaminoso - es sólo una emoción - pero si no lo manejamos en poco tiempo, se convierte en amargura que es un pecado y le damos al diablo un "punto de apoyo" - un asunto espiritual.

Pablo explica en 1 Corintios 6:15-17 que si un hijo de Dios, cuyo espíritu está unido al Espíritu de Dios, se une también a una prostituta, se convierten en "una sola carne". No se trata sólo de una unión *física*, sino que se unen *espiritualmente*. Este vínculo espiritual puede servir para volver a la misma persona o al mismo pecado una y otra vez. También puede llevar a la enfermedad: se advierte a la iglesia de Tiatira que la enfermedad vendrá a menos que se arrepientan de la inmoralidad sexual (Apocalipsis 2:22-23).

Lo maravilloso es que, no importa cuántas experiencias sexuales pasadas hayas tenido o cuáles hayan sido, no cambian tu nueva identidad como santo, y puedes recuperar cualquier terreno que hayas cedido al enemigo.



PAUSA PARA REFLEXIONAR 1

"Mas a cuantos lo recibieron, a los que creen en su nombre, les dio el derecho de ser hijos de Dios. Estos no nacen de la sangre, ni por deseos naturales, ni por voluntad humana, sino que nacen de Dios". (Juan 1:12-13).

A menudo pensamos que hemos sido "adoptados" por Dios, pero la Biblia habla más a menudo de "nacer" de nuevo como sus hijos. ¿Qué diferencia supone para ti saber que realmente has *nacido* en la familia de Dios en lugar de ser simplemente *adoptado* por él?

Recuperar el terreno del enemigo

Someteos, pues, a Dios. Resistid al diablo, y huirá de vosotros. (Santiago 4:7)

Cuando confesamos el pecado y nos volvemos a Dios, nos sometemos. Pero también debemos *resistir*

y recuperar el terreno que le hemos dado. Sólo entonces huye de nosotros.

Los Pasos hacia la Libertad en Cristo (un folleto del Dr. Neil T. Anderson) es una herramienta que puedes utilizar para hacerlo. Es bueno hacerlo regularmente - ¡es el equivalente espiritual de la revisión anual de tu coche!

Le pides al Espíritu Santo que te muestre a lo largo de toda tu vida dónde el enemigo tiene un "derecho" sobre ti a través del pecado pasado. Entonces te sometes y resistes. En ese momento puedes esperar que se resuelva cualquier enfermedad causada por un asunto espiritual.

Paso 1: Lo FALSO frente a los VERDADERO

Esto trata de la falsa guía, la participación en prácticas ocultas y las falsas religiones.

Paso 2: El ENGAÑO frente a la VERDAD

Paso 3: La AMARGURA frente al PERDÓN

Paso 4: La REBELIÓN frente a la SUMISIÓN

Paso 5: La SOBERBIA frente a la HUMILDAD

Paso 6: La ESCLAVITUD frente a la LIBERTAD

Se trata de los pecados habituales, incluidos los sexuales.

Paso 7: Las MALDICIONES frente a las BENDICIONES

Se trata de cuestiones de generaciones anteriores: puede ser que el pecado de nuestros padres o abuelos haya dado a Satanás el derecho de influir no sólo en ellos sino también en nosotros.

Cuando los psicólogos llevaron a cabo tres estudios piloto con personas que habían pasado por *Los Pasos de la Libertad en Cristo*, los resultados mostraron una asombrosa

40-50% de mejora después de tres meses en áreas clave de la salud mental como la depresión, la ansiedad, el miedo, la ira, los pensamientos atormentadores, los hábitos negativos y la autoestima.

La adopción de medidas a nivel espiritual se tradujo en un cambio positivo a nivel de salud mental. Las cifras siguientes muestran el porcentaje medio de mejora.

	Depresión	Ansiedad	Conflicto interno	Pensamientos Tormentosos	Comportamiento Adictivos
Estudio 1	64%	58%	63%	82%	52%
Estudio 2	47%	44%	51%	58%	43%
Estudio 3	52%	47%	48%	57%	39%

Estudios administrados por Judith E. King, LMSW, ACSW, Sonlife Associates, Grand Rapids, MI, USA



Condiciones psiquiátricas

En Lucas 8:26-39 Jesús se encuentra con un hombre que hoy en día sería clasificado como enfermo psiquiátrico, pero la Biblia deja claro que su condición particular fue causada por demonios. Jesús no le dio medicamentos ni lo encerró, sino que lo liberó liberándolo de los espíritus malignos que lo atormentaban, de modo que quedó "en su sano juicio".

Los pacientes psiquiátricos suelen estar atormentados por voces en su mente. Las voces suelen ser violentas (les dicen que se maten o que maten a otros), o condenatorias ("eres inútil, sucio, vergonzoso, culpable"), o traen miedo. La visión del mundo en la psiquiatría secular no permite la posibilidad de que esas voces puedan provenir de un demonio. Una cosmovisión bíblica reconocería la posibilidad de que la voz que alguien está escuchando pueda provenir del enemigo.

Es una revelación para algunas personas cuando se dan cuenta de que las voces negativas en su cabeza no son necesariamente suyas y no tienen que escucharlas.

La medicina occidental ha descubierto que en la esquizofrenia y otras enfermedades psiquiátricas puede haber un desequilibrio en la interacción de las vías químicas de la serotonina, la dopamina y la noradrenalina (aunque no está claro si el desequilibrio químico causa los síntomas o si los síntomas causan el desequilibrio). La medicación antipsicótica o antidepressiva se utiliza para intentar aportar equilibrio, bloquear las voces o mejorar el estado de ánimo, y puede ser muy útil para ayudar a las personas con problemas de salud mental a mantenerse estables y seguras y a funcionar mejor. Los equipos de salud mental hacen un gran trabajo para tratar los problemas de salud mental graves, pero rara vez se cura.

No estamos diciendo que todas las enfermedades psiquiátricas o mentales sean causadas por cuestiones espirituales. Sin embargo, si vamos a adoptar una cosmovisión bíblica, es una posibilidad que debemos considerar.

Y si esto resulta ser así, entonces hay una gran esperanza de curación a medida que las personas aprenden a tomar su autoridad en Cristo, a someterse a Dios y a resistir al diablo.



PAUSA PARA REFLEXIONAR 2

¿De qué manera el puede conducir el pecado a problemas de salud?
¿Cómo podemos evitar que eso ocurra?

Claves para llevar a casa

1. No te centres principalmente en la buena salud. Céntrate en conocer la la verdad y vivir en consecuencia.
2. Tu espíritu, "tu verdadero yo", está ahora vivo y conectado con Dios.
3. Tus necesidades más profundas de seguridad, importancia y aceptación están ahora perfectamente satisfechas en Cristo.
4. Ya no eres un huérfano. Eres un hijo de Dios.
5. Cosechamos lo que sembramos, y eso se aplica a la salud tanto como a cualquier otro área.
6. Los problemas de pecado no resueltos pueden ser la raíz de enfermedades físicas, mentales y emocionales, pero es sencillo eliminarlos.
7. No podemos decir si la raíz de una enfermedad particular es espiritual, mental o física, pero podemos descartar una raíz espiritual pasando por un chequeo espiritual regular como *Los Pasos hacia la libertad en Cristo*.

**PARA PROFUNDIZAR**

- "Por lo tanto, si alguien está en Cristo, es una nueva creación. Lo viejo ha pasado; he aquí que lo nuevo ha llegado" (2 Corintios 5:17). Dedicar un tiempo (al menos cinco minutos) a reflexionar sobre las implicaciones que tiene para tu vida esta afirmación bíblica.
- Repite la siguiente afirmación lentamente para ti mismo cuatro o cinco veces: "Soy una hija [o hijo] muy querida del Rey de Reyes". Considera cómo tiendes a verte, a pensar en ti y a hablar de ti. ¿Coinciden los pensamientos que tienes sobre ti con lo que Dios dice de ti en su Palabra? Si no es así, ¿de dónde crees que pueden venir? Si los pensamientos que tienes no son verdaderos, ¿tienes que seguir pensándolos?
- Lee despacio la lista "Ya no hay huérfanos" de las páginas 35-36. Pídele al Espíritu Santo que destaque una o dos verdades de la misma en las que quiera que pienses más. Dedicar un tiempo a meditar en ellas. Dígalas en voz alta cada día, o tal vez cada vez que tome una bebida o coma una comida.