Donde más se pierde el dominio propio // Miguel Díez

La expresión verbal y la importancia del dominio propio

La expresión verbal cargada de ofensas y groserías se ha convertido en un espectáculo bochornoso cada vez más común en figuras públicas, tertulias televisivas y ciertos comunicadores. Este tipo de lenguaje no solo contamina el ambiente social, sino que también siembra rechazo, resentimiento y odio. Las palabras pueden levantar o destruir, y cuando se utilizan como armas, deshumanizan a quienes las pronuncian y a quienes las reciben. Por eso es necesario cuidarse de estas expresiones que actúan como venenos silenciosos. La invitación es a amar a los pecadores y aborrecer el pecado, a reflejar un carácter que no se deja arrastrar por la ira o la falta de respeto.

El dominio propio como virtud divina

El dominio propio es presentado como un don de origen divino, una virtud que permite mantener bajo señorío el cuerpo, el alma y el espíritu. No se trata simplemente de fuerza de voluntad humana, sino de una capacidad que nace del Espíritu Santo. Sin la intervención divina, el hombre no puede controlar de verdad sus impulsos ni gobernar sus pasiones. Este dominio propio es esencial para vivir en libertad y no ser esclavo de reacciones, emociones o hábitos que destruyen. Es una virtud transformadora que permite actuar con sabiduría incluso en situaciones difíciles.

Participar de la naturaleza divina según

2 Pedro 1:3-8

El texto de 2 Pedro 1:3-8 enseña que Dios ha proporcionado a los creyentes todo lo necesario para la vida y la piedad mediante Su divino poder. Esto implica que no falta ningún recurso para crecer espiritualmente. Además, a través de las promesas de Dios, se abre la posibilidad de participar de Su naturaleza divina, es decir, reflejar Su carácter y Su santidad. Pero esta participación no es automática: requiere un proceso de crecimiento consciente y constante, donde el creyente decide apartarse de la corrupción del mundo y avanzar hacia una vida más parecida a la de Cristo.

Virtudes que formar para huir de la corrupción del mundo

Para alcanzar esa naturaleza divina, es indispensable huir de la corrupción del mundo, que se manifiesta en deseos destructivos y hábitos que esclavizan. La Escritura llama a añadir diligentemente una serie de virtudes: fe, conocimiento, dominio propio, paciencia, piedad, afecto fraternal y amor. Cada una construye sobre la otra, formando un carácter sólido. El dominio propio ocupa un lugar central porque permite practicar y fortalecer las demás virtudes. Sin esta disciplina interna, es difícil permanecer firme frente a las tentaciones o mantener una conducta íntegra.

Dominio propio: fundamento para todas las virtudes

Las virtudes divinas no funcionan de manera aislada; están profundamente conectadas entre sí. Por eso, el dominio propio es indispensable para el crecimiento espiritual. Permite frenar impulsos, medir palabras, filtrar pensamientos y actuar de manera coherente con la fe. Quien cultiva el dominio propio conoce mejor a Jesucristo porque aprende a someter sus deseos al Espíritu Santo. La conclusión es clara: no se debe ser

esclavo de nadie, ni siquiera de uno mismo. Dios desea otorgar señorío, una verdadera libertad que solo se recibe por medio de Su Espíritu.

La lengua como reflejo del dominio o la falta de él

El dominio propio abarca el control de la lengua, los ojos y los oídos. Seneca afirmaba que el hombre más poderoso es aquel que es dueño de sí mismo. La Biblia refuerza esta idea enseñando que la lengua, aunque pequeña, puede desequilibrar la vida entera. Santiago 3 explica que el pecado afecta nuestra capacidad de hablar correctamente, y que solo mediante Cristo podemos recuperar ese control perdido. Incluso con Cristo, es fácil caer, especialmente en el uso de la lengua, por lo que la oración constante y la vigilancia espiritual resultan indispensables. Cuando las palabras causan daño, es necesario buscar perdón y rectificación.

Las consecuencias irreversibles de las palabras

Las palabras, una vez dichas, no pueden retirarse. Son como una bala disparada que nunca vuelve. Sin embargo, Dios puede sanar lo que se ha roto mediante el perdón y la obra del Espíritu Santo. Esto permite restaurar relaciones y encontrar paz con Dios y con uno mismo. Asimismo, perder oportunidades de hacer el bien también es una forma de pecado, pues revela falta de vigilancia espiritual. El justo desea hacer el bien y permanece atento a las oportunidades que Dios le da cada día para bendecir a otros.

La lengua como poder destructivo y su control

La Biblia advierte que quienes enseñan recibirán mayor juicio, porque todos ofendemos muchas veces con nuestras palabras. La

lengua tiene la capacidad de incendiar grandes bosques con una pequeña chispa, causando calumnias, divisiones e incluso guerras. Es un fuego que contamina todo el cuerpo cuando no se controla con el dominio propio. Millones de lenguas soltando blasfemias y maldiciones pueden influir negativamente en toda una sociedad. Por ello, es vital mantener alerta espiritual, pedir la guía del Espíritu Santo y no permitir que palabras dañinas salgan sin reflexión.

La mente como cocina de pensamientos y la lengua como instrumento

La mente funciona como una cocina donde se preparan los pensamientos. Si no se disciplinan, esos pensamientos pueden producir pasiones compulsivas que se expresan luego con la lengua. La lengua, si no está sometida a Dios, puede convertirse en un arma que inflama la rueda de la creación, contaminando el cuerpo y afectando el entorno. Muchas personas, especialmente jóvenes, pueden ser manipuladas por un lenguaje degradado que presenta conductas destructivas como modernas o aceptables. Esto alimenta rebelión y caos moral.

Tentaciones, Satanás y la pérdida de dominio propio

El texto recuerda que Dios está en control y no permitirá que las malas lenguas triunfen sobre Su plan. Cristo ha vencido a Satanás, cuyo propósito siempre es robar, matar y destruir. Se menciona que algunas ideologías pueden llevar a la pérdida del dominio propio y empujar a las personas a la perdición. La trampa consiste en aceptar engaños que generan miedo, división o desesperanza. El creyente debe permanecer vigilante para no ser manipulado por lenguas malintencionadas.

La lengua como arma de destrucción o

herramienta de vida

Una lengua inflamada por el infierno puede causar crueldad, odio y violencia. Un proverbio árabe dice que una mala lengua mata más que una daga. Por eso es esencial no permitir que otros introduzcan palabras destructivas por el oído. Muchos padres han herido profundamente a sus hijos con palabras dichas en un momento de ira, sembrando inseguridad y dolor. La lengua puede matar el alma de una persona o acompañarla hacia la vida.

Domar la lengua: un desafío imposible sin Dios

La humanidad ha domesticado animales salvajes, pero no ha logrado dominar la lengua. Sin Dios, es un mal lleno de veneno. Con ella se bendice a Dios y se maldice a los hombres hechos a Su semejanza. Esto no debe ser así. La boca puede producir bendición o maldición, y de lo que llena el corazón, habla la boca. La lengua tiene poder de vida o muerte, y quien la ama comerá de sus frutos. Incluso la caída original de la humanidad involucró la lengua: la serpiente engañó a Eva y Eva a Adán.

Defectos humanos y virtudes divinas

El ser humano tiene defectos como cobardía, comodidad, egoísmo y falta de responsabilidad. Muchas mujeres cargan con tareas excesivas y se agotan porque actúan en sus propias fuerzas. Esto puede generar dinámicas dañinas que conectan con ideologías como el feminismo radical. La clave es predicarse primero a uno mismo, almacenar las verdades divinas y nutrirse de las virtudes que fortalecen el carácter. Dios quiere bendecir y transformar al creyente desde adentro.

Relación entre hombre y mujer y el impacto de la lengua

La relación entre el hombre y la mujer puede complicarse cuando la lengua se convierte en un arma. Un golpe físico duele, pero un golpe verbal puede destruir. El hombre puede ser cobarde o cómodo, delegando decisiones, mientras que la mujer suele mostrar valentía y capacidad para múltiples tareas. Sin embargo, esas cualidades deben usarse para bendecir y no para herir. La sagacidad y el discernimiento femenino, bien empleados, pueden edificar el hogar y hacer florecer el amor entre esposos.

Egoísmo, muerte espiritual y respeto mutuo

El dominio propio en la pareja implica evitar golpes con la lengua o manipulaciones espirituales. La falta de dominio propio puede apartar a una persona de servir a Dios y conducir a la muerte espiritual. El egoísmo, el amor al dinero y el apego al mundo son enemigos espirituales que destruyen. Por eso se necesita respeto mutuo, humildad y un corazón dispuesto a amar a Dios antes que a sí mismo.

Dominio propio y libertad frente a esclavitudes modernas

El dominio propio consiste en no dejarse dominar por nada. 1 Corintios 6:12 enseña que aunque todas las cosas son lícitas, no todas convienen. Hábitos como comer compulsivamente, beber alcohol, depender del café o caer en la pornografía pueden destruir el alma y esclavizar. El ayuno se presenta como un medio poderoso para romper estas ataduras y fortalecer la autodisciplina. Analizar los propios hábitos y buscar la gracia divina es fundamental para vivir en libertad.

Prudencia y discernimiento: virtudes inseparables del dominio propio

Algunas tentaciones solo se vencen con oración profunda. El amor es clave para resistirlas. La prudencia es compañera inseparable del dominio propio. Es la virtud que evita actuar impulsivamente, que previene antes de lamentar. Reconocer las cosas que nos dominan es un paso esencial para liberarnos de ellas. Si una persona o situación saca lo peor de nosotros, es señal de que falta dominio propio y comunión con el Espíritu Santo.

Oración, comunión y búsqueda de la voluntad de Dios

Proverbios 16:1 enseña que la respuesta de la boca viene de Dios. Por eso es necesario cultivar una comunión diaria con el Espíritu Santo para que nuestros pensamientos y palabras sean guiados por Él. Los pensamientos malos deben ser identificados y entregados a Dios, buscando siempre Su voluntad. Quien desea hacer la voluntad de Dios podrá discernir si una doctrina es verdadera y renovará su entendimiento para actuar con sabiduría.

La gloria pertenece solo a Dios

Todo lo bueno que un creyente hace proviene de Cristo. La unción, la bendición y el poder vienen de Él, no de los instrumentos humanos. Cuando se ayuda a otros —en cárceles, hospitales o en cualquier necesidad— es Cristo quien provee, y el creyente es solo Sus manos. Esta perspectiva evita la soberbia y mantiene la gloria en su lugar correcto: en Dios.

Vivir sin injusticia y con prudencia

La vida piadosa implica no hacer la voluntad del corazón egoísta, sino vivir con prudencia y equilibrio. La prudencia,

mencionada en Proverbios 16, es esencial para hablar con sabiduría, consolar, sanar y guiar correctamente. La lengua puede ser una herramienta poderosa o destructiva, y la confusión moderna que mezcla bien y mal debe ser rechazada. El bien y el mal no son equivalentes, y la muerte existe por el pecado humano.

La prudencia simbolizada en la serpiente

La serpiente ha sido símbolo de inteligencia y astucia, pero también del engaño satánico. Jesucristo instruyó a Sus discípulos a ser prudentes como serpientes y sencillos como palomas. La serpiente se mueve con cautela, no actúa sin necesidad y se esconde cuando corresponde. Saber callar, reflexionar y actuar solo cuando es sabio hacerlo es parte de la prudencia.

Oración final: pedir dominio propio y santidad

El dominio propio y la prudencia son virtudes esenciales para vivir una vida equilibrada y santa. Reconocer las fallas, arrepentirse y pedir perdón es el primer paso hacia la transformación. La oración pide a Dios que limpie la lengua, la mente y los pensamientos, que someta el corazón egoísta y que guíe cada decisión. Dios perdona, cambia y hace participar de Su naturaleza divina. Se pide señorío sobre el cuerpo, alma y espíritu, y la gracia para demostrar dominio propio en cada oportunidad del día. Todo se agradece en el nombre de Jesús, confiando en que Él es quien produce en nosotros tanto el querer como el hacer Su buena voluntad.