



Filipenses 1:6 (DHH)

*Dios, que comenzó a hacer su buena obra en ustedes,
la irá llevando a buen fin hasta el día en que Jesucristo regrese.*

ESTUDIO DECISIONES QUE SANAN

Principio 5: La Decisión De La Transformación

Para que Dios haga todo cambio que quiera hacer en mi vida, me someto voluntariamente a Él y le pido humildemente que remueva mis defectos de carácter.

Mateo 5:6 NVI – “Dichosos los que tienen hambre y sed de justicia”.

HAGA CAMBIOS

1er Principio: Reconozco que no soy Dios; admito que soy incapaz de controlar mi tendencia a hacer lo malo y que mi vida es inmanejable.

2do Principio: En forma sincera creo que Dios existe, que le intereso y que Él tiene el poder para ayudarme en mi recuperación.

3er Principio: Conscientemente elijo entregar toda mi vida y voluntad al cuidado y control de Cristo.

4to Principio: Examinar y confesar abiertamente mis faltas a Dios, a mí mismo y a otra persona

5to Principio: Para que Dios haga todo cambio que quiera hacer en mi vida, me someto voluntariamente a Él y le pido humildemente que remueva mis defectos de carácter.

“...permitan que Dios les transforme internamente por un completo cambio de su mente”. Romanos 12:1-2 (DHH)

I. ¿DE DÓNDE PROVIENEN MIS DEFECTOS DE CARÁCTER?

Mis cromosomas

La Genética explica la predisposición pero no excusa el pecado.

Mis circunstancias

Los defectos de carácter son a menudo intentos de llenar necesidades no satisfechas.

Mis elecciones

Los defectos de carácter a menudo son cualidades positivas mal utilizadas.



II. ¿POR QUÉ ES TAN DIFÍCIL CAMBIAR LOS DEFECTOS DE CARÁCTER?

- Porque los ha tenido con usted por mucho tiempo.
- Porque se identifica con ellos.
- Porque son una compensación.
- Porque Satanás lo desanima.

III. ¿CÓMO PUEDO COOPERAR CON EL PROCESO DE CAMBIO DE DIOS EN MI VIDA?

“Permitan que Dios les transforme internamente por un completo cambio de su mente”. Romanos 12:2 (DHH)

1. Enfóquese en cambiar un defecto a la vez.

“La sabiduría es la meta del inteligente, pero el necio no tiene meta fija”. Proverbios 17:24 (DHH)

2. Enfóquese en la victoria un día a la vez.

“Danos hoy nuestro pan cotidiano”. Mateo 6:11 (NVI)

“No se angustien por el mañana, el cual tendrá sus propios afanes. Cada día tiene ya sus problemas”. Mateo 6:34 (NVI)

3. Enfóquese en el poder de Dios, no en su poder ni en su fuerza de voluntad.

“Todo lo puedo en Cristo que me fortalece”. Filipenses 4:13 (NVI)

4. Enfóquese en lo que quiere, no en lo que no quiere.

“Consideren bien todo lo verdadero, todo lo respetable, todo lo justo, todo lo puro, todo lo amable, todo lo digno de admiración, en fin, todo lo que sea excelente o merezca elogio”. Filipenses 4:8 (NVI)

5. Enfóquese en hacer lo bueno, no en sentirse bien.

“Vivan por el Espíritu, y no seguirán los deseos de la naturaleza pecaminosa”. Gálatas 5:16 (NVI)

6. Enfóquese en las personas que le ayudan, no en las que le obstaculizan a hacer esos cambios positivos que quiere hacer en su vida.

“El hierro se afila con el hierro, y el hombre en el trato con el hombre”. Proverbios 27:17 (NVI)

7. Enfóquese en el progreso, no en la perfección.

“Dios, que comenzó a hacer su buena obra en ustedes, la irá llevando a buen fin hasta el día en que Jesucristo regrese”. Filipenses 1:6 (DHH)

HAGA CAMBIOS



Todas tenemos heridas que nunca olvidaremos. Todas tenemos complejos de los cuales nunca nos vamos a deshacer. Todas tenemos hábitos que están arruinando nuestras vidas. Hemos venido estudiando la serie DECISIONES QUE SANAN y hoy vamos a detenernos en el Principio 5 al cual yo llamo el paso de la “transformación”.

Este principio representa la letra “P” en R.E.C.U.P.E.R.A., y constituye el quinto paso en la sanación: PARA QUE DIOS HAGA TODO CAMBIO QUE QUIERA HACER EN MI VIDA, ME SOMETO VOLUNTARIAMENTE A ÉL Y LE PIDO HUMILDEMENTE QUE REMUEVA MIS DEFECTOS DE CARÁCTER.

El estudio está basado en *Romanos 12:1-2*: “Ofrézcanse como un sacrificio vivo a Dios, dedicados a su servicio agradándole a Él... y permitan que Dios les transforme internamente por un completo cambio de su mente”. Transformación. Cambio de la mente. La forma en que podemos ser transformadas es permitiendo que nuestras mentes sean cambiadas.

En esta parte del estudio vamos a hacer tres cosas sencillas. Hablar acerca de dónde vienen mis defectos de carácter, de por qué es tan difícil deshacernos de ellos, y de cómo puedo cooperar con el proceso de cambio de Dios, así como también veremos cómo Dios cambia las heridas, los hábitos, y los complejos que han estado afectando mi vida.

I. ¿DE DÓNDE PROVIENEN MIS DEFECTOS DE CARÁCTER?

Tus defectos de carácter provienen de tres fuentes: fuente biológica, fuente sociológica y fuente teológica. De tus cromosomas, tus circunstancias y tus decisiones. De allí es de donde provienen tus defectos de carácter.

- **Tus cromosomas.** Algunos de ellos se heredan. Cada uno de tus padres contribuyó con veintitrés mil cromosomas. Y, por lo tanto, heredaste algunas de sus debilidades. Heredaste algunos defectos físicos de sus padres, y heredaste algunos defectos emocionales también. Esto explica tu predisposición hacia ciertos problemas. *Pero no es excusa al pecado.* Por ejemplo, debido a mis padres, puedo poseer la tendencia a tener un temperamento agresivo, pero eso no me excusa de salir y asesinar a alguien. Puede que tengas la tendencia a ser haragana, pero eso no es excusa para no hacer algo con mi vida y simplemente ser una vaga. Puede que tengas una tendencia genética para ser dada a ciertas adicciones, pero eso no es una excusa para que vayas y elijas ser una adicta. Mis genes, la genética, mi naturaleza, es una de las fuentes.
- **Tus circunstancias.** Tu crianza es otra fuente. Tú fuiste criada en cierta forma y aprendiste muchas maneras de relacionarte con otros, aprendiste modelos y desarrollaste hábitos. Aprendiste de tus padres y de otras personas. Aprendiste a responder a tus propias necesidades en ciertas formas y a protegerte, a manejar las heridas y el rechazo. Muchos de tus defectos son simplemente intentos contraproducentes para suplir las necesidades no satisfechas. Tienes una necesidad legítima de recibir respeto. Pero si no recibiste respeto al inicio de su vida, te alegras con la atención que te brindan y buscaras una forma de obtener la atención de los demás. Tienes una necesidad legítima de amor, pero



si no obtuviste amor en los años de tu formación puede que te alegres con el sexo barato, debido a que tienes la cercanía emocional. Tienes una necesidad de seguridad pero si no la obtuviste en el tiempo adecuado, puede que hayas intentado protegerte con el materialismo y con posesiones para demostrarte que eres una persona segura de ti misma.

- **Tus elecciones.** Si eliges hacer algo por mucho tiempo, esto se vuelve un hábito. Una vez que es un hábito, estás atrapada. Las cosas que nunca intentaste desarrollar en tu vida se desarrollan porque elegiste hacer algo que se volvió un hábito.

¿Por qué toma tanto tiempo deshacerse de estas cosas? ¿Por qué es tan difícil?

II. ¿POR QUÉ ES TAN DIFÍCIL CAMBIAR LOS DEFECTOS DE CARÁCTER?

1. **Porque los has tenido contigo por mucho tiempo.** No los obtuviste de la noche a la mañana. Tomó años para que se formaran, por lo que tampoco los vas a perder de la noche a la mañana. Muchos de los hábitos y modelos se has desarrollado en la niñez y puede que no sean nada cómodos y que sean contraproducentes, pero al menos son familiares. Es como un viejo par de tenis. Quizás no sean los mejores para correr, pero son cómodos. Así que de muchos de tus defectos tu simplemente dices: “Así es como soy” porque los has tenido por mucho tiempo. Es difícil deshacerse de ellos.
2. **Porque te identificas con ellos.** No sé por qué, pero a menudo confundimos nuestra identidad con nuestros defectos. Decimos: “Así es como soy”. Tú no tienes que ser de esa forma. Puedes cambiar. Cuando tú dices: “Así es como soy”, estás identificando tu identidad con sus derrotas. Completa esta oración en tu mente: “Es que simplemente soy”, (adicta al trabajo, obesa, ansiosa, pasiva, temerosa, de temperamento agresivo). Cuando haces esto, está estableciendo algo sobre ti misma e identificándote con ese defecto, y esto se vuelve una profecía que llega a cumplirse. Tú dices: “Siempre me pongo nerviosa cuando subo a los aviones”. ¿Qué va a suceder la próxima vez que subas a un avión? Te vas a poner nerviosa. Te predispones diciendo: “Eso es lo que soy”. Lo que sucede es que inconscientemente, una de las razones por las que no puede cambiar es porque tienes miedo. Dices: “Si realmente me deshago de este defecto, ¿seguiré siendo yo? Esto ha sido parte de mí. Siempre he sido así. Si lo dejo, ¿seguiré siendo yo?”
3. **Porque son una compensación.** Cada defecto es una compensación. Es posible que disfrace nuestro dolor. Puede que sea una excusa para fallar. Puede permitir compensar la culpa en nuestra vida. Quizás intentemos atraer la atención de los demás. A lo mejor nuestro defecto puede permitirnos controlar a otras personas.

Siempre que un comportamiento negativo se repite en ti, en tus hijos, en cualquiera, aunque sea auto destructivo, siempre hay una recompensa. No hacemos cosas que no tengan recompensas. Quizás nunca haya pensado en esto de esta forma pero hay una compensación. Quizás estés consiguiendo



atención por tus defectos. Quizás estés controlando a alguien por tus defectos. Como obtienes una recompensa, inconscientemente no quieres deshacerse de ese defecto. Una madre le dice a sus hijos: “Niños, vengan a cenar”. Ellos no lo hacen. Entonces ella les grita. Piensas que gritándoles conseguirás que te obedezcan. Hay una compensación. Tú tienes que estar consciente de esto.

- 4. Porque Satanás te desanima.** Satanás está constantemente sugiriendo pensamientos negativos. Él es el acusador. Dice: “Eso nunca funcionará, no puedes hacerlo, no puedes cambiar”. Algunas de las que han participado en esta serie de sanación piensan: “Esto es bueno. Realmente me gustaría deshacerme de este hábito, me gustaría dejar de odiar a esta persona, me gustaría dejar de causar daño por esa experiencia pasada. Es cierto que sucedió hace años... me gustaría cambiar”. Luego sales y Satanás comienza: “¿Quién crees que eres? ¿Piensas que vas a cambiar? ¡Olvidalo! Otros pueden cambiar, pero tú no. Estás arruinada. No hay esperanza. Ni siquiera pienses en cambiar”. Él siempre estará poniendo en tu mente esos pensamientos negativos. Peor que eso, te dice: “Si intentas deshacerte de eso, te volverás loca. Si intentas deshacerte de eso, te destruirás, algo malo te va a pasar”. La Biblia dice que Satanás es un mentiroso. Y también dice que la verdad nos hace libres.

III. ¿CÓMO PUEDO COOPERAR CON EL PROCESO DE CAMBIO DE DIOS EN MI VIDA?

Romanos 12:2 (DHH) dice: “Permitan que Dios les transforme internamente por un completo cambio de su mente”. Transformadas. Renovación de tu mente. Tus pensamientos son el piloto automático de tu vida. Si tú deseas cambiar tu vida tienes que cambiar tu forma de pensar. La Biblia dice que tus pensamientos determinan tus sentimientos y tus sentimientos determinan tus acciones.

Si estás en un barco y va hacia el este, el piloto automático dice este. Lo puedes forzar a ir hacia el oeste, pero pronto se cansará y soltará el barco, porque él quiere regresar hacia el este. Está adaptado. Tú adaptas el piloto automático para ir hacia el este. Lo puedes cambiar, forzar el timón, y estar todo el tiempo bajo tensión porque por fuerza de voluntad va hacia el lado opuesto al que naturalmente está inclinado a ir. Pero pronto te cansarás, soltarás el timón y automáticamente el barco volverá hacia el lado original. Así que tomas una decisión, voy a hacer _____, hago una resolución. Por fuerza de voluntad, me obligo a mí misma. Pero muy pronto me canso y suelto, y abandono la dieta, vuelvo a fumar, o actúo de la manera que siempre lo he hecho. Si deseas cambiar, tienes que cambiar tu piloto automático.

¿Cuál es tu piloto automático? “Es que simplemente soy _____”. Ese es su piloto automático.

He aquí siete formas de cambiar tu mente para que puedas cooperar con la manera en que Dios quiere cambiarte y hacer de ti, lo que siempre has querido ser. Cosas que pensaste que nunca podrías cambiar son realmente simples. Estas son siete maneras para readecuar el enfoque ganador, para que puedas cambiar esos hábitos, complejos y heridas que nunca pensaste que fuera posible cambiar.



1. **Enfócate en cambiar un defecto a la vez.** *Proverbios 17:24 (DHH) dice: “La sabiduría es la meta del inteligente, pero el necio no tiene meta fija”.* Algunas participan del estudio de sanación y piensan: “Esto es fantástico; tengo treinta cosas que debo cambiar”. Ni lo intentes. Quedarás abrumada. Te desanimarás y no cambiarás nada.

Debes ser específica. Tiene que ser muy específica. “Dios, esto es lo que quiero cambiar: mi ira, mi ansiedad, mi tendencia a controlar a la gente, mi adicción al trabajo, o mi falta de honestidad”. Regresa al Paso 4 y vuelve a tomar el inventario moral que hiciste allí. Lee la lista y dile a Dios cuál de esas cosas está dañando más tu vida. Déjale obrar en esa área. Debes trabajar en un defecto a la vez. De otra forma no funciona.

2. **Enfócate en la victoria un día a la vez.** *Mateo 6:11 no dice: “Danos este mes nuestro pan cotidiano”.* No, dice: “Danos hoy nuestro pan cotidiano”. ¿Por qué? Porque Dios quiere darte suficiente fuerza para cambiar por un día, no para una semana, un mes, el resto de tu vida, la eternidad. Quiere que sea un día a la vez para que confíe en Él. Es como el antiguo dicho: “¿Cómo te comes un elefante? De una mordida a la vez”. La vida por kilómetros es difícil, pero por metros es fácil. Toma un problema de toda la vida (esa herida, ese complejo, o ese hábito no se obtuvo de la noche a la mañana) y lo rompes en pedazos que pueda morder y sobre los que puedas trabajar un día a la vez y obtienes la fuerza de Dios un día a la vez. Ora al despertarte por la mañana: “Señor, solamente por este día, quiero ser paciente; solamente por este día quiero ser positivo y no negativo”. Le pides a Dios que te ayude por una, o aún mejor, por las tres siguientes horas, a pensar en cosas buenas, a no tener miedo. Y tómelo poco a poco. Esto te protege de hacer promesas a la ligera. Pídele un día a la vez. Si dice: “Prometo nunca volverlo a hacer”, estás condenadas a fallar. Un día a la vez. Hágalo poco a poco.

Si tienes un jefe que es un verdadero terco y trata de sacar lo malo en ti, tiendes a sentir resentimiento. Levántate por la mañana y di: “Señor, solamente por las primeras tres horas, ¿puedo responder a ese jefe como tú me harías responder, sin ponerme tensa, preocupada o resentida, sino sonriéndole?” *Mateo 6:34 dice: “No se angustien por el mañana, el cual tendrá sus propios afanes. Cada día tiene ya sus problemas”.* No te preocupes por mañana, por la victoria de mañana. Preocúpate solo de hoy. Roma no se construyó en un día. El carácter no se construye en un día. Los defectos de carácter no se desarraigan en un día.

Queremos todo instantáneo: puré de papa, café, palomitas de maíz. Queremos madurez instantánea. Un día soy un completo desastre y al siguiente día soy otra persona. No sucede de esa forma. Debes crecer poco a poco. Debes crecer día a día. Un día a la vez. No te pongas un plazo: “Voy a vencer esto en este plazo”. No. Solamente trabaja en eso un día a la vez. Trabajarás este paso y todos los demás pasos de la serie por el resto de tu vida. Por las noches, detente y agradece a Dios por cualquier cambio o victoria, no importa cuán pequeño sea: “Gracias por darme tu ayuda hoy”. Cualquier victoria, no importa cuán pequeña sea, agradece a Dios, y trata con un defecto a la vez y obtén la victoria un día a la vez.



- 3. Enfócate en el poder de Dios, no en tu poder ni en tu fuerza de voluntad.** Ya sabes que la fuerza de voluntad no es suficiente. Si la fuerza de voluntad funcionara, Tú ya habrías cambiado. Pero no es así; por eso, no puedes hacerlo de esa forma. Y no podrás porque no tienes el poder para hacerlo. Así que ya sabes que la fuerza de voluntad no funciona. Por cierto, depender de tu propia fuerza bloquea la recuperación en tu vida. Cuando dices: “Puedo con esto, puedo manejarlo, puedo hacerlo todo por mí misma, realmente estoy bien, no es un gran problema”, esto sí es un gran problema, porque todavía lo tienes. Y sabemos que las resoluciones no funcionan. Las resoluciones están simplemente forzando al barco a ir hacia una dirección cuando todo lo demás en él quiere ir en otra dirección. Muy pronto te cansas y sueltas. Las resoluciones no funcionan. *“¿Puede un leopardo quitarse sus manchas? Pues tampoco ustedes, acostumbrados al mal, pueden hacer lo bueno”*. Dios dice: “Olvídenlo, nunca cambiarán por su propia fuerza de voluntad”.

Pero estas son las buenas nuevas: *“Todo lo puedo en Cristo que me fortalece”*. Así que ora: “Señor, sé que no puedo cambiar por mi propio poder, pero confío en ti para eliminar este defecto”. Imagina literalmente a Dios quitando tu defecto. ¿En qué está obrando primero? ¿En tu temperamento?” Imagínate tomando tu temperamento, quitando la tapa de un basurero y poniéndolo adentro, luego pone la tapa encima y traslada el basurero fuera de su alcance. El camión de la basura viene y tiene un rótulo que dice: “Dios e Hijo, trabajando con personas como tú por 2000 años”. Jesús envía a uno de sus amigos, recogen el basurero, lo vacían en el camión, lo sacuden, ve el camión doblar hacia otra calle y te apresuras para ir al cielo. Eso es lo que significa pensar visualmente acerca de entregar el problema a Dios. “Dios, estoy tirando mi ira en el bote de la basura otra vez”. Estoy tirando mi vieja yo en el bote de la basura. El único problema es que tengo que tener servicio de recolección de basura cada hora, no semanalmente. Echa tus defectos a la basura y luego permite que Dios se los lleve. La fuerza de voluntad no funciona. Confía en el poder de Dios, no en el tuyo. Él puede ayudarte a dominarlo.

- 4. Enfócate en lo que quieres, no en lo que no quieres.** *Filipenses 4:8 dice: “Consideren bien todo lo verdadero, todo lo respetable, todo lo justo, todo lo puro, todo lo amable, todo lo digno de admiración, en fin, todo lo que sea excelente o merezca elogio”*.

Enfócate en las cosas buenas, no en las malas. Tú tiendes a moverte hacia cualquier cosa en la que te enfocas. Tu vida está dominada por aquello en lo que te enfocas. Si te concentra en lo malo, esto seguirá dominando tu vida. Si te concentras en lo que ha sido, esto seguirá dominando tu vida. Si se concentra en lo que puede ser y en lo que Dios quiere que sea en su vida, entonces te moverás en esa dirección. Lo que tenga su atención, te tiene a ti. Si dices: “No voy a pensar en el sexo, no voy a pensar en el sexo...” ¿En qué estás pensando? En el sexo. Tú no resistes a la tentación. Ni una sola vez en la Biblia Dios nos manda a que resistamos a la tentación. Ni una vez. Él dice que resistamos al tentador, al diablo, pero no a la tentación. ¿Por qué? Porque cualquier cosa a la que te resistes, persiste. Mientras más presione sobre algo (“No voy a hacer esto”), con más presión retornará.



En lugar de resistir, la Biblia nos enseña a cambiar el enfoque. Solamente cambie el canal mental. Si estás viendo un mal espectáculo por televisión no dices: “No voy a ver esto, no voy a ver esto...” No, tú simplemente cambias de canal. Cambia el enfoque de lo que ha sido a lo que quieres ser y a lo que Dios quiere que hagas en la vida. Este es el poder de afirmar la Palabra de Dios. Hay más de siete mil promesas en la Biblia. Probablemente la disciplina más útil que podrás desarrollar es aprender a memorizar la Escritura. Memoriza un versículo a la semana; para el final de año tendrá cincuenta y dos versículos memorizados. Ellos están en tu mente así que puede usarlos para contraatacar esos pensamientos negativos que el diablo y otras personas te dan. Llena tu mente con la Palabra de Dios. Cada vez que tengas un pensamiento positivo, cada vez que recuerde una verdad de la Escritura, cada vez que tengas cualquier pensamiento, esto es un impulso eléctrico que va a su cerebro. Cada vez que tienes el mismo pensamiento, este se hace más profundo, refuerza ese modelo cerebral. Algunos de ustedes tienen pensamientos negativos en su mente porque han estado pensando en eso una y otra vez. La única forma de deshacerse de los pensamientos negativos es pensar en la Palabra de Dios una y otra y otra vez.

En tu mente tienes dos escalas. En un lado están todos los pensamientos negativos que el diablo te dice, que los novios y novias anteriores, o quizás sus padres o un profesor del colegio que no lo quería te dijeron (“Nunca lograrás nada”). Del otro lado están las cosas buenas que Dios quiere decir con respecto a ti, las cuales están en su Palabra. Si vamos a ser honestos, es posible que tenga más pensamientos negativos que positivos porque no ha pasado mucho tiempo en la Palabra. Cada vez que tiene un pensamiento positivo basado en la Biblia y declara un versículo, tú sustituye algo negativo. Cuando el diablo te dice: “No puedes cambiar”, tu dices: *“Todo lo puedo en Cristo que me fortalece”*. Si le dicen: “¿Quién te crees que eres? ¡No vales nada!”, tu contestas: *“No hay ninguna condenación para los que están unidos a Cristo Jesús”*. Si escuchas: “Nunca podrás romper con esto y debes tener miedo de lo que va a suceder en tu vida”, di: *“En el amor no hay temor, sino que el amor perfecto echa fuera el temor”*. Sigue repitiendo lo positivo una y otra y otra vez hasta que finalmente sea como si cada vez pusiera una roca de este lado e hiciera que se volviera más y más pesado. Y un día la balanza cambiará y tendrás muchas más cosas positivas que negativas y será libre. Libre. Dios quiere hacer eso en tu vida, si te enfocas no en lo que no quiere sino en lo que realmente quiere.

Si diste el *Paso 3: Conscientemente elijo entregar toda mi vida y voluntad al cuidado y control de Cristo, e invité a Cristo a su vida*, entonces sabes lo que la Biblia dice: Tú eres una nueva persona. Lo viejo ha pasado. Dios dice: “Todo tu pasado lo he olvidado, tú puedes olvidarlo también”. Es una nueva persona en Cristo. Con una nueva identidad. Una vez que eres cristiana, tu identidad primaria está basada en tu relación con Cristo y no en tus defectos. Ya no es más: “Es que simplemente soy, sino: “Soy un creyente”. Enfócate en lo que quiere y no en lo que no quiere.

- 5. Enfócate en hacer lo bueno, no en sentirte bien.** *Gálatas 5:16 dice: “Vivan por el Espíritu, y no seguirán los deseos de la naturaleza pecaminosa”*. Si haces lo correcto, tus sentimientos con el



tiempo coincidirán contigo. Si esperas hasta tener ganas de cambiar, nunca va a cambiar. El diablo se asegurará de que nunca tenga deseos de cambiar. Siempre es más fácil actuar de acuerdo a un sentimiento que tener que sentir debido a una acción. Si no me siento cariñoso hacia mi esposa, comienzo a amarla, y los sentimientos vendrán. Si tú esperas hasta sentirse cariñoso, esto puede ser algo que tome mucho tiempo. Así que dices: “No siento que me guste”. No te preocupes por sentir lo correcto, sino haga lo correcto. Alcohólicos Anónimos usa la frase: “Disimúlelo hasta que lo logre”. Haz lo correcto aunque no sienta ganas de hacerlo, sepa que es lo correcto a hacer y hágalo de todas maneras. A la larga tus sentimientos concordarán. Cada vez que intentes cambiar una parte importante en tu vida, un gran defecto de carácter, una imperfección, una debilidad en tu personalidad, cada vez que comiences a intentar hacer grandes cambios, no te va a sentir muy bien al principio. Por cierto, te va a sentir bastante torpe. Te sentirá mal por un momento. ¿Por qué? Porque no te sentirá normal. Está tan acostumbrado a sentirse anormal, que lo normal es que no te sienta bien. Así que no te sentirá muy bien cuando comience a hacer cambios. Si tu es un adicto al trabajo y dice: “Voy a permitir que Dios obre en mi adicción al trabajo”, y al otro día a las cinco de la tarde decides ir a casa cuando suena el timbre y no te llevas trabajo en tu maletín, la primera vez que lo haga dirás: “Me siento realmente extraño”. Y es lógico, porque has trabajado arduamente por mucho tiempo. Si tu comes en extremo, bebe o fuma, la primera vez que intentes romper con ese hábito se sentirá extraño: “No hay nada en mi boca. Qué extraño me siento”. Será divertido por un momento y quizás no te sientas bien. Pero si haces lo correcto una y otra vez, tus sentimientos al final coincidirán con tu comportamiento. Y tú no puedes controlar tus sentimientos, pero sí puede controlar tus músculos. Así que haz lo correcto ya sea que sientas hacerlo o no y los sentimientos se pondrán de acuerdo contigo.

- 6. Enfócate en las personas que te ayudan, no en las que te obstaculizan a hacer esos cambios positivos que quieres hacer en su vida.** La gente correcta te ayudará. Las personas no apropiadas serán un obstáculo y evitarán tu recuperación. *La Biblia dice: “Las malas compañías corrompen el buen carácter”.* En otras palabras, si no desea ser picado, aléjese de las abejas. Si tú sabes qué tipo de personas son una tentación, simplemente aléjate de ellas. Si estás luchando con el alcoholismo, no dirás: “Creo que iré al bar a comer unas semillas de maní”. Mala idea. Si estás luchando con la pornografía, no tienes que ir a las tiendas donde esta se promueve. No tienes que estar cerca de las cosas que te afectan. Por otro lado, *la Biblia dice: “Dos son mejor que uno y una cuerda de tres dobleces no es fácil de romper”.* Con la ayuda de otra persona, cuando una cae, la otra puede ayudarlo a levantarse.

Dije esto en la primera lección de esta serie, pero me temo que muchos no me creyeron: *No puede recuperarse por usted mismo.* Debe estar en un grupo, en una relación. La sanación siempre sucede cuando hay amistades, nunca por uno mismo. Nunca te recuperarás solamente con escuchar una serie de seis u ocho mensajes. Sucede cuando tú estás con otras personas. No creyó eso, pero permítame darle un ejemplo.



Anteriormente hablamos de hacer una lista en nuestro inventario moral. Tú vas a casa y dice: “Señor, ¿de qué cosas me siento culpable y de cuáles me arrepiento? Haré una limpieza esta semana”. Haces una lista de esas cosas y las reconoce, las confiesa ante Dios y otra persona en quien confías. Muchos de ustedes seguramente tuvieron la intención de hacer eso. Pero no fue así. Las personas que lo hicieron son las que tienen una relación con alguien más que les preguntó: “¿Lo hiciste? ¿No? Bueno, dispongámonos y hagámoslo”. Los que no lo hicieron fue porque no tienen ninguna relación con alguien que les ayude en este camino. Porque tú no lo harás por ti mismo. *Proverbios 27:17 dice: “El hierro se afila con el hierro, y el hombre en el trato con el hombre”*. Tú necesitas relacionarte con alguien que te acompañe y anime.

Me gustaría concluir comentando el versículo a que se ha hecho alusión anteriormente: “Dios, que comenzó a hacer su buena obra en ustedes, la irá llevando a buen fin hasta el día en que Jesucristo regrese” *Filipenses 1:6 (DHH)*. Y Dios lo va a hacer.

- 7. Enfócate en el progreso, no en la perfección.** Algunos de los que han estado participando en el estudio dicen: “No veo grandes cambios todavía; he estado en Recuperación por una par de meses y las cosas en mi vida siguen más o menos igual”. No se preocupe por eso. Esto es un proceso. Una decisión seguida por un proceso. Y Dios que comenzó su obra en usted, la completará.

Algunas de ustedes quizás estén pensando que Dios las amará una vez que lleguen a cierta etapa, una vez que obtengan cierta perfección. Están equivocadas. Dios las ama en cada etapa de su perfección y crecimiento. Dios nunca las amará más de lo que ya las ama. Nunca te amará menos de lo que te ama hoy. Cuando como padre miro a mis hijos, no espero que mi hijo de siete años se comporte como uno de diecisiete. Todavía hace desórdenes, pero me agrado con la etapa en la que él está en este momento. Y Dios se agrada con su crecimiento, con la dirección de su corazón que dice: “**Dios, quiero voluntariamente someterme a los cambios que quieras hacer en mi vida. Humildemente te pido que quites esos defectos de carácter**”. Dios no comenzará a cambiarte hasta que estés completamente listo para este cambio. Eso significa someterte voluntariamente y pedir con humildad, y cuando estés completamente listo, Él comenzará a obrar en ti.

“Programa basado en “Celebremos la Recuperación” autores John Baker y Dr. Rick Warren”

Publicado en inglés bajo el título: Celebrate Recovery Por The Zondervan Corporation ©1998 por John Baker