

2019

## VIRTUD DE SENTIR

Hasta ahora hemos aprendido que para tener una vida virtuosa, debemos aprender a pensar, a tener pensamientos virtuosos, los de Dios, en otras palabras, a SABER PENSAR.

Debemos entender también que este aprendizaje de saber lo que pensamos, es muy importante, porque los pensamientos generan reacciones en nuestro cuerpo llamadas emociones o sentimientos. Por eso nos toca conocer a continuación lo que es SABER SER.

### LOS PENSAMIENTOS INFLUYEN EN NUESTRAS EMOCIONES.

La Emoción es un estado que sobreviene súbita y bruscamente, en forma de crisis más o menos violentas y más o menos pasajeras.

En el ser humano la experiencia de una emoción generalmente involucra un



conjunto de conocimientos, actitudes y creencias sobre el mundo, que utilizamos para valorar una situación concreta y, por tanto, influyen en el modo en el que se percibe dicha situación.

Durante mucho tiempo las emociones han estado consideradas poco importantes y siempre se le ha dado más relevancia a la parte más racional del ser humano. Pero las emociones, al ser estados afectivos, indican estados internos personales, motivaciones, deseos, necesidades e incluso objetivos. De todas formas, es difícil saber a partir de la emoción cual será la conducta futura del individuo, aunque nos puede ayudar a intuirlo.

Cada individuo experimenta una emoción de forma particular, dependiendo de sus experiencias anteriores, aprendizaje, carácter y de la situación concreta. Ante una misma situación no todos nos sentimos

igual. Veamos un ejemplo:

“Cristina está tomando un café con su grupo de amigos. Hace un comentario relajado y Marta, su mejor amiga, se burla de ella y le rectifica. Cristina se siente muy triste y ya no abre la boca durante el resto del tiempo que están juntos”.

¿Por qué Cristina se siente como se siente? ¿Por qué actúa como actúa?

La situación es importante, si no hay situación no hay reacción. Pero lo que resulta clave para explicar cómo nos sentimos y por qué hacemos lo que hacemos son los pensamientos. La manera exacta en que cada uno de nosotros interpretamos las distintas situaciones que vivimos, influye en las emociones que sentimos y la forma de comportarnos.

Por ejemplo: A la mente de Cristina acudieron las siguientes ideas “he hecho el ridículo, no es

tan buena amiga, no debería haber hablado, estoy mejor callada”.

Cuando estamos ante una situación, es imposible no hacer una interpretación o valoración, y ésta nos provoca una emoción y un sentimiento. La situación es importante, es de dónde parte todo, pero sin los pensamientos no se podría explicar lo que sentimos y cómo actuamos.

Nuestro cerebro es como el más poderoso de los ordenadores. Para que un ordenador ejecute cualquier programa, es necesario teclear instrucciones. Para que se activen los programas de las diferentes emociones y de los diferentes comportamientos, también es necesario dar instrucciones. Esas instrucciones son nuestros pensamientos.

¿Cómo se habría sentido y habría actuado Cristina si hubiera pensado “bueno, ya la conoces, es una bocazas, no controla lo que dice”?

Probablemente se hubiese sentido sólo ligeramente enfadada por la respuesta de su amiga.

Aunque cada persona piensa de una forma, todos compartimos elementos en común. Por ejemplo, si nos sentimos tristes y dejamos de salir, los pensamientos que tenemos son negativos. Pensamos cosas negativas de nosotros mismos, del mundo que nos rodea, de los demás y del futuro.

Pensamiento – Emoción – Conducta es un círculo vicioso que hay detrás de cada estado en el que nos encontramos. Pero, la buena noticia de todo esto es que al igual que funciona en negativo, funciona en positivo. Es decir, pensamientos positivos, generan emociones positivas y conllevan conductas positivas.

Ahí radica la importancia de cultivar nuestros pensamientos. Debemos intentar que los pensamientos negativos sean identificados para

cambiarlos a pensamientos positivos.

## VIRTUD DE SENTIR.

Los pensamientos son importantes para tener buenos sentimientos, pero pensando en todo esto, creo que Dios nos quiere llevar a Pensar sus pensamientos para que también tengamos su mismo sentir. Porque...¿Qué mejor virtud de sentir, que sentir como Jesús?

## D I F E R E N T E S SENTIMIENTOS.

Dentro de la iglesia hay una variedad de sentimientos. Hay sentimientos encontrados que causan discordia, sentimientos carnales que no son de Dios. Ahora, el mandato bíblico es que como hijo de Dios, como seguidor de Jesús debo tener el sentir de Cristo.

Podemos preguntarnos ¿Cuál es el sentir de Cristo?

**Filipenses 2:5-8**  
**5 Haya, pues, en vosotros este sentir que hubo también en**

**Cristo Jesús, 6 el cual, siendo en forma de Dios, no estimó el ser igual a Dios como cosa a que aferrarse, 7 sino que se despojó a sí mismo, tomando forma de siervo, hecho semejante a los hombres; 8 y estando en la condición de hombre, se humilló a sí mismo, haciéndose obediente hasta la muerte, y muerte de cruz.**

Encontramos en este pasaje que el sentir de Cristo fue su humillación.

Me impacta tanto ver la diferencia de lo que se enseña hoy en día en las escuelas y en las universidades y lo que enseña la Biblia. Leí en estos días que el propósito de SABER SER, es el conocimiento de YO, esto es la base o la esencia del Saber Ser; pero la Biblia nos enseña en este pasaje, a alejarnos del YO personal y ser como Cristo.

Veamos siete pasos que Jesús recorrió en ese descenso, en Su

humillación. Vamos a observar el primer paso que Él tomó. Leamos ahora el versículo 6, que dice.

**1. "Él, siendo en forma de Dios, no estimó el ser igual a Dios como cosa a que aferrarse"**

Cuando Cristo estaba a la mano derecha de Dios el Padre, no se estaba aferrando a Su elevada posición. No había peligro de que El perdiera Su lugar en la Divinidad a causa de alguna falta de parte Suya, o debido a la capacidad y ambición de algún rival. El no había llegado a ese lugar desde otra posición. El era Dios. Esa posición le pertenecía por ser Dios. Tampoco dejó el Cielo de mala gana. En ningún momento manifestó pena por tener que dejar ese lugar, por tener que descender a la tierra. El descendió a esta tierra con alegría.

Dice el escritor a los Hebreos 12:2, que El emprendió el camino hacia la cruz, por el gozo que le esperaba. En

Hebreos 10:7, quedaron registradas estas palabras suyas: He aquí vengo, Dios, para hacer tu voluntad. Así que fue evidente que vino a esta tierra con alegría. El no dejó en el Cielo algo que quería retener cuando vino a este mundo.

Ahora veremos el segundo paso hacia su humillación. Leamos el versículo 7 de este capítulo segundo de Filipenses.

**2. "Sino que se despojó a sí mismo, tomó la forma de siervo y se hizo semejante a los hombres."**

Aquí dice que se despojó a sí mismo, es decir, que se vació, que proviene de la palabra griega "kenoo". La teoría de la kenosis deriva su nombre de esta palabra. Cristo se vació a Sí mismo. La pregunta entonces es: ¿de qué se vació El? Creemos que se despojó de los privilegios de la Deidad. Vivió en esta tierra con ciertas limitaciones, pero eran limitaciones a s u m i d a s voluntariamente por El

mismo. En todo tiempo y momento continuó siendo Dios.

Jesús estaba dispuesto a nacer en un sucio pesebre, y no en el limpio y adornado pesebre representado en las obras y en las postales de Navidad. Estaba dispuesto a criarse hasta la edad adulta en un pueblo pobre llamado Nazaret. Estaba dispuesto a ser un carpintero desconocido. El podría haber tenido la nube de Gloria del Antiguo Testamento acompañándole todo el tiempo. Pero no la tuvo. Judas tuvo que besarle la noche en que le traicionó, para que la multitud pudiera comprobar cuál de los hombres era el que habían ido a capturar. El no se destacó de entre otros hombres por alguna clase de luz interior o porque alguna gloria le rodeara. El era un ser humano, pero era Dios manifestado en un cuerpo humano. Había dejado de lado los privilegios de la Deidad.

El tercer paso dado por

por Cristo en dirección a Su humillación fue el siguiente:

### 3. Tomó la forma de siervo.

Jesús vino a este mundo como un siervo. Él trabajó como carpintero. Suponemos que, si usted hubiera vivido en la ciudad de Nazaret en aquel día, podría haber ido a encargarle algún trabajo de reparación en su casa. Y Él hubiera acudido y le habría reparado una puerta, o algún mueble. Es que El tomó la forma y la naturaleza de un siervo. Podría haber nacido en el palacio del César, en Roma, porque era un rey. Pero nunca reclamó ese título durante aquellos primeros años. En realidad no lo hizo hasta que entró en Jerusalén en la llamada entrada triunfal. O sea que El vino a esta tierra como un obrero, un hombre humilde. No solo se humilló a Sí mismo para convertirse en un ser humano, sino que también vino a integrarse en el grupo formado por la mayoría de las personas, la gente

común y corriente. El fue como uno más entre todos.

Nuestro Señor nació en una familia de campesinos. Sin duda alguna, como dice este versículo, tomó la forma de siervo.

Veamos ahora, el cuarto paso hacia su humillación:

### 4. Se hizo semejante a los hombres.

Él fue un hombre aquí en la tierra, con sus propias características físicas, yo creo que era del aspecto de un judío normal, con sus propias limitaciones, tuvo hambre, sed, cansancio, enojo, alegrías y tristezas.

Voluntariamente decidió no usar sus atributos divinos, para mostrarnos como hombre, el plan de salvación.

Para considerar el quinto paso de Cristo hacia su humillación, leamos el versículo 8 de este segundo capítulo de Filipenses.

### 5. "Mas aún, hallándose en la condición de hombre, se humilló a sí mismo, haciéndose obediente hasta la muerte, y muerte de cruz."

El quinto paso se encuentra en la primera parte de este versículo y está en la frase hallándose en la condición de hombre, se humilló a sí mismo. Hay muchos de nosotros que hemos sido humillados por otra persona, que ha dicho o hecho algo que era humillante para nosotros. Pero observemos que Él se humilló a sí mismo, y eso resulta lo más difícil de hacer.

A veces hemos pasado por experiencias que nos han humillado frente a otras personas. Pero en esos casos, nosotros no nos hemos humillado a nosotros mismos. Fueron las circunstancias, u otras personas las que nos han humillado. En el caso del Señor, El se humilló a sí mismo, lo cual fue completamente diferente.

Llegamos ahora al sexto paso de su recorrido hacia la humillación. Se encuentra en la segunda parte del versículo 8 que hemos leído. Se encuentra en la frase:

### **6. "Haciéndose obediente hasta la muerte".**

La muerte es un evento humillante. No es algo natural. A veces en un funeral, alguien bien intencionado comenta a los parientes del difunto, quizás para animarles, que el fallecido "tiene buen aspecto". No entiendo por qué es un motivo de consuelo pensar que alguien tiene un aspecto natural en el lecho de su muerte. Dios no creó al hombre para morir. El ser humano muere a causa del pecado, a causa de su transgresión.

La muerte entró en el mundo por la transgresión de un hombre, y ese hombre fue Adán. Y la muerte se transmitió a todos los hombres. Así que, la muerte no es natural, porque Dios no creó al ser humano para que

pasara por la experiencia de la muerte.

Cuando el Señor Jesús vino a la tierra, fue un poco diferente al resto de nosotros. Tú y yo hemos venido al mundo para vivir. Sinceramente hablando, yo no deseo morir. Quiero vivir. Algunos de nosotros hemos llegado a la parte más fructífera de nuestro ministerio, y queremos vivir mientras el Señor lo permita. Pero el caso del Señor Jesús fue diferente. El nació, para morir. Vino a este mundo para morir. El no tenía que morir pero, como dijo Pablo en este versículo 8, El fue obediente hasta la muerte y se entregó voluntariamente.

En el caso mío, yo tengo que morir, pero no lo deseo. Aunque El no tenía que morir, pero deseaba hacerlo.

¿Por qué? Para salvarnos a tí y a mí, si depositamos nuestra confianza en El.

El séptimo y último paso de la humillación de Cristo se encuentra en la

última frase del versículo 8, que dice:

### **7. "y muerte de cruz".**

No sólo fue El obediente hasta la muerte, sino sufrió la muerte en la cruz. La muerte en la cruz era una muerte vergonzosa. Entonces, El vino de la gloria más elevada y llegó hasta el lugar más bajo de la humillación.

¿Por qué lo hizo? Volvamos por un momento a las palabras "los demás". Recordemos el pasaje de Filipenses 2:4, que dice:

**"No busquéis vuestro propio provecho, sino el de los demás".** El dejó toda su gloria del Cielo y descendió a esta tierra, se convirtió en un hombre y sufrió la muerte de un criminal por otros, es decir, por tí y por mí. Gracias a Dios por ello.

Dios quiere que no sólo tengamos su manera de pensar; sino también su manera de sentir; porque todo esto nos llevará a tener una conducta virtuosa.