



Dominio Propio

Tu lado Espiritual

Dominio propio

Según el diccionario:

El dominio propio es la virtud y capacidad de controlar impulsos, emociones, pensamientos y deseos, evitando actuar bajo la inmediatez de las reacciones impulsivas

Sinónimos y Conceptos Relacionados

- **Autocontrol:** La capacidad de gobernarse a sí mismo.
- **Templanza:** Moderación de los apetitos y pasiones.
- **Autodisciplina:** El espíritu de una mente ordenada.
- **Sobriedad:** Mente alerta y centrada
- **Ser dueño de sí mismo:** Autoridad sobre la propia carne



Ejemplos de Uso y Aplicación



- **En situaciones de estrés**
Mantener la calma y no reaccionar con ira al recibir malas noticias o enfrentar un conflicto.
- **En la toma de decisiones**
Evaluar las consecuencias a largo plazo en lugar de buscar la satisfacción inmediata.

En el área de hábitos
Controlar los impulsos de comer en exceso o dejar de lado costumbres negativas.



Tu lado Espiritual

¿Cómo se desarrolla según la ciencia?

1. Creer que es posible lograrlo
2. Contar con el apoyo de alguien
3. Comenzar por lo poco
4. Controlar tu cuerpo
5. Desarrollar valores como:
 1. Empatía
 2. Compasión
 3. Respeto
 4. Amor
 5. Tolerancia

Es curioso cómo la definición del diccionario y las opiniones de estudiosos del comportamiento humano, son un esbozo de lo que las escrituras establecieron desde el principio.

Pero para que esto suceda de forma trascendental y permanente se requiere de un factor imprescindible

Fe en el Creador



¿Qué pasa si no se tiene Dominio Propio?

Como ciudad sin defensa y sin murallas es quien no sabe dominarse.

Proverbios - Mishlei 25:28

Si encuentras miel, come sólo suficiente; porque si comes mucha, puedes vomitarla;

Proverbios - Mishlei 25:16

Además, entiende esto: en el ajarit-hayamim vendrán tiempos difíciles. La gente será amadores de sí, **adoradores del dinero, vanagloriosos, arrogantes, insultantes, desobedientes a los padres, ingratos, malvados, insensibles, implacables, calumniadores, incontrolables, crueles, aborrecedores de lo bueno, traidores, impetuosos, hinchados con vanidad, amando el placer**, más bien que a YAHWEH.

2 Timoteo - Timotios bet 3:1-4

Si tu mano te hace pecar, ¡córtatela! Mejor que estés manco, pero obtengas vida eterna, a que tengas las dos manos y vayas al Guei-Hinnon, ¡a un fuego inextinguible! "Donde su gusano no muere y el fuego no se apaga." **Y si tu pie te hace pecar**, ¡córtatelo! Mejor que seas cojo y obtengas vida eterna a que tengas ambos pies y ¡seas echado en el Guei-Hinnon!. "Donde su gusano no muere y el fuego no se apaga." **Y si tu ojo te hace pecar**, ¡sácatelo! Mejor que seas tuerto y entres al Reino de YAHWEH, a que tengas los dos ojos y seas echado en el Guei-Hinnon. Donde el gusano de ellos no muere, y el fuego nunca se apaga. **Marcos - Mordekhay 9:43-48**

Veamos estos pasos de la mano de lo que el Creador estableció

1. Creer que es posible lograrlo

Yeshúa le dijo: "¿Qué quieres decir con: si Tú puedes? ¡Todo es posible para alguien que tenga confianza!". Al instante el padre del niño exclamó: "¡Yo sí creo – ayuda mi falta de confianza!"

Marcos - Mordekhay 9:23

El dijo: "Lo que es imposible humanamente, es posible para YAHWEH."

Lucas - Luqa 18:27

En otras palabras, ustedes recibirán todo lo que pidan en oración, no importa lo que sea, siempre que tengan confianza."

Mateo - Matityah 21:22



Tu lado Espiritual

Contar con el apoyo de alguien

No tengas temor, Yo estoy contigo; no desmayes, porque Yo soy tu Elohim. Yo te doy fuerzas, Yo deparo ayuda, Yo te sostengo con mi victoriosa mano derecha.

Isaías - Yeshayah 41:10

Puedo hacer todas las cosas por medio del que me da el poder.

Filipenses - Filipiyim 4:13



Tu lado Espiritual



Comenzar por lo poco

YAHWEH dirige rectamente los pasos del hombre, y El se deleita en su camino. Cuando él cae, no será arruinado, porque YAHWEH lo sostiene de la mano.

Salmos - Tehilim 37:24

"No desprecien estos pequeños comienzos, porque el Señor se regocija al ver que la obra comienza...".

Zacarías - Zakhariyah 4:10



Tu lado Espiritual

Controlar tu cuerpo

Por lo tanto, no dejen que el pecado reine en sus cuerpos mortales, y los siga obligando a obedecer sus deseos; y no ofrezcan ningún miembro de sus cuerpos al pecado como instrumento de perversidad. Por el contrario, ofrezcan sus cuerpos a YAHWEH como personas que estaban muertas y han vuelto a vivir, y entreguen sus cuerpos como instrumentos para justificación ante El.

Romanos - Romiyim 6:13



Porque la misericordia de YAHWEH que trae salvación se ha manifestado a todos. Nos enseña a renunciar a la perversidad y a las lujurias mundanas, y a vivir ahora en este tiempo una vida **CON DOMINIO PROPIO**, Kadosh y poderosa;
Tito - Titos 2:12

Ustedes dicen: "¿Para mí todo es permitido?" Quizás, pero no todo es de provecho. "¿Para mí todo es permitido?" Quizás, en lo que se refiere a mí, no voy a dejar que nada me controle.
1 Corintios - Qorintiyim alef 6:12



Desarrollar valores como

1. Empatía
2. Compasión
3. Respeto
4. Amor
5. Tolerancia

Por lo tanto, como escogidos de Dios, santos y amados, revístanse de afecto entrañable y de bondad, humildad, amabilidad y paciencia
Colosenses - Qolosiyim 3:12

En fin, vivan en armonía los unos con los otros; compartan penas y alegrías, practiquen el amor fraternal, sean compasivos y humildes
1 Pedro - Kefas alef 3:8

Pero el fruto del Ruaj es amor, alegría, Shalom, paciencia, amabilidad, bondad, fidelidad, humildad, dominio propio. Nada en la Toráh está en contra de estas cosas.
Gálatas - Galatiyim 5:23

Alégrense con aquellos que se alegran, y lloren con los que lloran.
Romanos - Romiyim 12:15



Conclusión

Lo que la ciencia recomienda, la Biblia ya lo había recomendado milenios atrás.

YAHWEH no nos ha dado un Ruaj que produce timidez, sino de poder, de amor y de **DOMINIO PROPIO**.
2 Timoteo - Timotios bet 1:7

Aquel que controla su carácter es mejor que el héroe de guerra, **AQUEL QUE GOBIERNA SU TEMPERAMENTO** es mejor que el que captura una ciudad.
Proverbios - Mishlei 16:32

Dominio Propio



¡Gracias!

Tu lado Espiritual

Tzedaká/Ofrenda

Todo este esfuerzo se lleva a cabo a través horas de estudio, trabajo, investigación, diseño, edición y más, de modo que cualquier apoyo es de grande bendición a este ministerio, pues nos permite continuar brindando material de Calidad.



**Apoyos
Internacionales
PayPal**



Para Ofrendas desde México

Banco: **Santander** 

A nombre de: Marco Antonio Sánchez Jullian

CLABE Transferencia Interbancaria

0146 8060 6078 7056 42

¡Muchas gracias!
Shalom

Renovando el Entendimiento, Trayendo Esperanza al Corazón



Renovando el Entendimiento,
Trayendo Esperanza al Corazón