

Resistir la tentación



6ª SEMANA **1**

inTro

Un mundo de adicciones

Vivimos en un mundo de adicciones. La tecnología digital fue diseñada para fomentar comportamientos adictivos que mantienen a los usuarios haciendo clic y desplazándose por la web constantemente. Las aplicaciones de teléfono inteligente están hechas para que los usuarios vuelvan a ellas a lo largo del día sin darse cuenta de que han desarrollado un deseo por la descarga de dopamina que reciben al interactuar con la aplicación. Los anunciantes gastan miles de millones de dólares manipulando a los espectadores para que sientan que deben comprar determinados productos para ser felices. Muchos estudiantes tienen problemas con los estudios porque se pasan las noches jugando a videojuegos o viendo sus series favoritas en lugar de dormir bien. La falta de sueño puede crear una dependencia de la cafeína, lo cual podría convertirse en una puerta de entrada hacia la dependencia de otras formas de estimulantes. Por si todo esto fuera poco, también se estudian en laboratorios los ingredientes de los alimentos procesados para identificar el punto perfecto de felicidad que maximice los antojos; es decir, que la industria de la alimentación hace todo lo posible por monetizar los comportamientos adictivos y explotar las debilidades humanas.

Los *smartphones* nos han facilitado enormemente llevar una vida secreta en Internet. Las pantallas pequeñas permiten ver videos en privado sin que nadie se entere. Este nuevo nivel de accesibilidad hace que muchos niños desarrollen hábitos escondidos que sus padres desconocen por completo. Pero no son solo los niños; los padres también ocultan su actividad en Internet, incluso a sus hijos y a sus cónyuges. Como resultado, se calcula que el 35% de las descargas de Internet están relacionadas con el porno.

La tentación es real y se presenta de muchas formas. Lo que me tienta a mí puede ser diferente de lo que te tienta a ti. Esta semana nos detendremos en el estudio de la vida de Jesús y descubriremos, a partir de su ejemplo, cómo fortalecer nuestra mente para resistir la tentación.

- ✓ Escribe Mateo 4: 1-11 en la traducción que prefieras.
- ✓ Si tienes poco tiempo, escribe el versículo 4.
- ✓ También puedes reescribir el pasaje con tus propias palabras, o hacer un esquema o un mapa mental del mismo.

Escríbelo aquí



A large, empty, light gray rounded rectangular box intended for the user to write their response to the prompts above.



6ª SEMANA 2

inTerioriza



Tentaciones feroces

Necesitamos la mente de Cristo cuando nos enfrentamos a la tentación. La victoria de Cristo en el desierto nos muestra cómo resistir los avances del enemigo. Nuestro Salvador venció la tentación con las mismas armas de las que disponemos nosotros cuando somos tentados.

«El Espíritu llevó a Jesús al desierto» (Mateo 4: 1). Jesús no fue al desierto en busca de tentaciones, sino que siguió al Espíritu Santo buscando un tiempo de oración y preparación espiritual para su ministerio. Vencer la tentación comienza con estar donde Dios nos ha llamado a estar, y no con invitar a la tentación por descuido o ponerla delante de nosotros.

El tentador no se acercó a Jesús hasta después de cuarenta días; es decir, que esperó a que Jesús, sin comer, estuviera en su estado más débil y vulnerable. Muchos de nosotros conocemos la sensación de hambre después de saltarnos una o dos comidas. A veces el hambre saca lo peor de nosotros. Cuando nuestros cuerpos se sienten débiles, es fácil ponerse de mal humor. Sin embargo, esto no se parece en nada al hambre extrema que Jesús debió de experimentar después de cuarenta días de ayuno. Si Jesús hubiera perdido el control de su actitud o hubiera cedido a sus antojos, Satanás habría obtenido la victoria. Si Jesús hubiera transformado las piedras del desierto en pan, habría hecho legítima la provocación que Satanás hizo a su divina autoridad. Habría significado jugar el juego de Satanás según sus reglas demoníacas. Jesús ni siquiera admitió la falsa premisa que Satanás trató de establecer.

En el jardín del Edén, el apetito fue el punto de prueba para Adán y Eva. Cristo, el segundo Adán, venció a Satanás en los mismos puntos en los que fallaron nuestros primeros padres. Hoy en día, la indulgencia del apetito sigue siendo una de las estrategias más exitosas del tentador para llevar a las personas al pecado. El diablo conoce la fuerza de las pasiones y de las apetencias humanas, y se aprovecha de esa vulnerabilidad. Nada arruina más rápidamente la felicidad de una familia que las adicciones que toman el control de la vida de las personas. Como Aquel que conoce las profundidades de nuestras debilidades, el corazón de Cristo reboza compasión por quienes se han visto atrapados en ciclos destructivos (ver Hebreos 4: 15). Con nuestras propias fuerzas humanas, nos resulta imposible vencer los deseos que nos controlan. Jesús venció para hacernos libres. Venció el apetito (ver Mateo 4: 3, 4), la presunción (vers. 5-7) y el orgullo (vers. 8-10) para poder liberarnos de «los malos deseos de la

naturaleza humana, el deseo de poseer lo que agrada a los ojos y el orgullo de las riquezas» (1 Juan 2: 16).

Si nos acercamos a Dios, la Biblia promete que el mismo diablo que huyó de Jesús cuando él resistió la tentación, también huirá de nosotros cuando nos resistamos a él (ver Santiago 4: 7-8). Resistir la tentación significa luchar con todo lo que tenemos. Los cristianos debemos utilizar un enfoque integral que vaya más allá de la ayuda espiritual. Para los adictos en recuperación, esto a menudo significa que necesitamos una comunidad sana, compañeros a quienes rendir cuentas y tratamiento médico o terapia profesional.

Regresa al texto que has escrito o parafraseado. Análízalo directamente y reflexiona sobre su contenido con máximo detenimiento.

- ✓ Encierra en un círculo las palabras, frases e ideas que se repiten.
- ✓ Subraya las palabras y frases que consideras más relevantes y que te resultan más significativas.
- ✓ Utiliza flechas para conectar algunas palabras y frases que se relacionan con otros conceptos similares.
- ✓ ¿A qué parece apuntar lo que copiaste y relacionaste?

Repasa Mateo 4: 1-11, encuentra un versículo que te llame la atención y memorízalo. Escríbelo varias veces a fin de que te sea más fácil recordarlo.

- ✓ ¿De qué maneras ves que el diablo tienta a la gente hoy en día con el apetito, la presunción y el orgullo?
- ✓ ¿Cuáles son las tentaciones más difíciles a las que una persona se enfrenta en la vida?

Escríbelo aquí





6ª SEMANA **3**

inTerpreta



Vencer con la Palabra

Durante las tentaciones, Satanás se acercó a Jesús intentando hacerle dudar de su propia identidad. No eran tentaciones simples y directas; eran ataques sofisticados que procuraban erosionar su estado mental. Satanás repetía una y otra vez: «Si eres el Hijo de Dios...» (Mateo 4: 3, 6, NVI). Los principios que Jesús demostró al resistir estas tentaciones se aplican no solo a los ataques espirituales, sino también a las luchas emocionales y psicológicas. Hoy en día, nuestras propias batallas contra la tentación a menudo surgen de heridas profundas causadas por traumas y baja autoestima. Resistir la tentación no siempre es fácil, y menos cuando la causa de la adicción está profundamente arraigada en el dolor emocional y la necesidad de curación. El que tenga este tipo de luchas continuas puede realmente beneficiarse del apoyo de una persona o de un grupo cualificado que le ayude a reconstruirse emocional y espiritualmente.

Al enfrentarse a cada tentación, Jesús no buscó respuestas en sí mismo, sino que continuamente dirigió su mente a la Palabra de Dios y resistió la tentación diciendo: «Escrito está» (vers. 4, 7, 10). En respuesta, el diablo también citó las Escrituras (vers. 6). Satanás ha estudiado la Palabra de Dios para poder distorsionar su significado en su propio beneficio, sacándola de su contexto y aplicándola erróneamente. Puesto que Satanás rechaza las afirmaciones de la Palabra de Dios, él puede citar algunas Escrituras, pero lo hace de una manera que socava o contradice otras partes de las Escrituras. Hace falta estudiar la Biblia con dedicación para detectar los engaños que se enmascaran con citas erróneas de las Escrituras. Solo podemos estar seguros estudiando toda la Escritura y viviendo «de *toda* palabra que salga de los labios de Dios» (vers. 4, la cursiva es nuestra).

El Salvador podía usar la Palabra de Dios en cualquier momento porque sabía lo que decía. Para tener este conocimiento profundo de las Escrituras debemos pasar tiempo de calidad meditando en ellas. Cuando nos sumergimos completamente en la Biblia, podemos responder a cada desafío buscando y reconociendo primero en la Palabra el consejo que esta nos da. El vencedor debe guardar la Palabra de Dios en su corazón (ver Salmo 119: 11) de modo que le sea fácil

disponer de ella para resistir los pensamientos negativos y otras insinuaciones del enemigo. Cuando estés rodeado de tinieblas, la Palabra de Dios puede ser «una lámpara a [tus] pies y una luz en [tu] camino» (vers. 105).

La Biblia nos ofrece la mente de Dios expresada en forma escrita. Recibimos la mente de Dios cuando repetimos sus palabras. Esto es más de lo que el diablo puede resistir. El tentador retrocede cada vez que la Palabra de Dios es pronunciada con fe. La Biblia es el arma más mortífera que un cristiano puede usar contra el enemigo. Es más afilada que cualquier espada de doble filo (ver Efesios 6: 17; Hebreos 4: 12). Cuando nos aferramos firmemente a las promesas de Dios, el diablo no puede avanzar contra nosotros.

Luego de haber repasado el texto que has copiado y resaltado:

- ✓ ¿A qué conclusiones especiales llegas?
- ✓ ¿Qué preguntas te surgen?
- ✓ ¿Qué partes te parecen difíciles?
- ✓ ¿Cómo puedes utilizar la Palabra de Dios con más eficacia en las áreas en las que actualmente tienes dificultades?

Escríbelo aquí





6ª SEMANA **4**
inVestiga



La tentación de Cristo:

Hebreos 2: 14-18

Hebreos 4: 14-16

Promesas para superar la tentación:

Mateo 6: 13

Mateo 26: 41

1 Corintios 10: 6-13

Gálatas 5: 16-25

Santiago 1: 12-14

Santiago 4: 7-8

- ✓ ¿Qué relación tienen estos versículos con Mateo 4: 1-11?
- ✓ ¿Qué otros versículos o promesas te vienen a la mente en relación con Mateo 4: 1-11?

Escríbelo aquí





6ª SEMANA **5**

inVita



El casco de la salvación

Cristo es nuestro ejemplo en todas las cosas. Él nos mostró cómo librar esta batalla de fe encomendándose continuamente a su Padre celestial (ver 1 Pedro 2: 21-25). Como ser humano, en todo tiempo Jesús dependía de su conexión con el Cielo. ¿Qué decir de nosotros? Mucho más deberíamos darnos cuenta de nuestra incapacidad para pelear con nuestras propias fuerzas. Los poderes contra los que luchamos superan cualquier nivel de resistencia que creamos tener en nosotros mismos. No tenemos ninguna posibilidad de resistir al enemigo a menos que luchemos con la fuerza que viene de Dios (ver Efesios 6: 10-13), parte de la cual implica vestirnos con toda la armadura de Dios (vers. 14-18). No debe faltar nada, porque una armadura incompleta nos lleva a una derrota segura.

En tiempos del Nuevo Testamento, cuando un soldado se preparaba para la batalla, el casco era una de las últimas piezas de la armadura que se ponía. El casco era vital para la supervivencia, ya que protegía la cabeza, que es el centro de mando del resto del cuerpo. Si la cabeza resultaba gravemente dañada, el resto de la armadura era inútil. El casco del cristiano es la seguridad de la salvación, y es una defensa impenetrable contra los ataques del enemigo a nuestras mentes. Aquellos que descansan confiadamente en la salvación que Dios ha provisto no son tan fácilmente perturbados por las presiones de este mundo. Confiar en el don divino de la vida eterna relativiza las preocupaciones de este mundo. Elegir confiar puede ser difícil, pero Dios ha demostrado una y otra vez que es digno de nuestra confianza. Él es bueno, y no toma nuestra confianza a la ligera ni se aprovecha de ella.

Debemos recordar que nuestra mente es un campo de batalla. Los resultados de nuestras batallas mentales determinan el curso de nuestras vidas. La decisión más importante que tomamos en estas batallas es si aceptamos el regalo de la salvación en Jesús y le seguimos. Cuando recibimos a Jesús como nuestro Salvador y Señor, nos ponemos el casco de la salvación. Al continuar aceptando a Jesús cada día, mantenemos puesto el casco de la salvación como protección contra el enemigo.

No hay sentimiento más debilitante que el de estar cargado de culpa y vergüenza y no estar seguro de nuestra posición ante Dios. Enfrentar la tentación cuando llevamos una pesada carga de culpa es como ir a la batalla creyendo que perderemos la guerra. La culpa es útil en la medida en que nos lleva a Jesús. Cuando venimos a Jesús y le permitimos que nos quite el pecado y la culpa, encontramos una nueva fuerza que nunca habíamos tenido antes y que nunca podríamos tener por nosotros mismos. Aceptar el perdón de Dios nos libera de la culpa y la vergüenza, y nos fortalece para que ganemos nuestras batallas contra la tentación. Podemos empezar a ganar nuestra próxima batalla contra la tentación ahora mismo, poniéndonos el casco de la salvación y manteniéndolo puesto todos los días.

Medita de nuevo en Mateo 4: 1-11 y considera lo que aprendemos sobre Jesús a partir de esta historia.

- ✓ ¿Tienes hoy la seguridad de la salvación ofrecida por Dios?
¿Por qué sí o por qué no?
- ✓ ¿Cómo ves a Jesús de forma diferente o lo ves de nuevo?

Escríbelo aquí





6ª SEMANA **6**

imPlicáte



Satanás tiembla y huye

«**S**iempre que una persona esté rodeada de nubes, se halle perpleja por las circunstancias, o afligida por la pobreza y la angustia, Satanás está listo para tentarla y molestarla. Ataca los puntos débiles de nuestro carácter. Trata de destruir nuestra confianza en Dios porque él permite que exista tal estado de cosas. Nos vemos tentados a desconfiar de Dios y a poner en duda su amor. Muchas veces el tentador viene a nosotros como se presentó a Cristo, desplegando delante de nosotros nuestras debilidades y flaquezas. Espera desalentar el alma y quebrantar nuestra confianza en Dios. Entonces está seguro de su presa. Si nosotros le hiciéramos frente como lo hizo Jesús, evitaríamos muchas derrotas. Parlamentando con el enemigo, le damos ventajas».— ELENA G. DE WHITE, *El Deseado de todas las gentes*, cap.12, p. 99

«En nuestra propia fortaleza, nos es imposible negarnos a los clamores de nuestra naturaleza caída. Por su medio, Satanás nos presentará tentaciones. Cristo sabía que el enemigo se acercaría a todo ser humano para aprovecharse de las debilidades hereditarias y entrapar, mediante sus falsas insinuaciones, a todos aquellos que no confían en Dios. Y recorriendo el terreno que el hombre debe recorrer, nuestro Señor ha preparado el camino para que venzámos. No es su voluntad que seamos puestos en desventaja en el conflicto con Satanás. No quiere que nos intimiden ni desalienten los asaltos de la serpiente. “Tened buen ánimo —dice—; yo he vencido al mundo” (Juan 16: 30)».— ELENA G. DE WHITE, *ibid.*, pp. 101-102

«Muchas veces, cuando Satanás no logra excitar la desconfianza, nos induce a la presunción. Si puede hacernos entrar innecesariamente en el camino de la tentación, sabe que la victoria es suya. Dios guardará a todos los que anden en la senda de la obediencia; pero el apartarse de ella es aventurarse en terreno de Satanás. Allí, lo seguro es que caeremos. El Salvador nos ha ordenado: “Velad y orad, para que no entréis en tentación” (Marcos 14: 38). La meditación y la oración nos impedirían precipitarnos al peligro, y así nos ahorraríamos muchas derrotas».— ELENA G. DE WHITE, *ibid.*, cap. 13, p. 107

«Así podemos nosotros resistir la tentación y obligar a Satanás a alejarse. Jesús venció por la sumisión a Dios y la fe en él, y mediante el apóstol nos dice: “Someteos pues a Dios; resistid al diablo, y de vosotros huirá. Allegaos a Dios, y él se allegará a vosotros” (Santiago 4: 7-8). No podemos salvarnos a nosotros mismos del poder del tentador; él venció a la humanidad, y cuando nosotros tratamos de resistirle con nuestra propia fuerza caemos víctimas de sus designios; pero “torre fuerte es el nombre de Jehová: a él correrá el justo, y será levantado” (Proverbios 18: 10). Satanás tiembla y huye delante del alma más débil que busca refugio en ese nombre poderoso».— ELENA G. DE WHITE, *ibid.*, p. 109



6ª SEMANA **7**

inQuiere



Comparte con tu clase de Escuela Sabática (o grupo de estudio bíblico) las ideas del versículo para memorizar y el estudio bíblico de esta semana, así como cualquier descubrimiento, observación y pregunta.

Considera estas preguntas de discusión con el resto del grupo.

- ☞ **¿Qué estrategias utilizó el diablo para tentar a Jesús?**
- ☞ **¿Qué armas utilizó Jesús para combatir la tentación?**
- ☞ **¿Qué significa vivir «de toda palabra que salga de los labios de Dios» (Mateo 4: 4)?**
- ☞ **¿Cuáles son tus promesas bíblicas favoritas que te fortalecen para resistir la tentación?**
- ☞ **En tu opinión, ¿cuáles son las áreas en las que el diablo tiene más éxito en sus tentaciones hacia ti y tus amigos hoy?**
- ☞ **¿Cuál es la mejor manera de huir de la tentación? (Ver Proverbios 22: 3; 1 Corintios 6: 18; 2 Timoteo 2: 22).**
- ☞ **¿Cómo podemos luchar con la fuerza de Cristo y no con nuestras propias fuerzas? (Efesios 6: 10).**
- ☞ **En Internet y en tu comunidad, ¿qué recursos están disponibles para las personas que tienen dificultades y luchas con el consumo de sustancias, con la pornografía y con otras adicciones?**