



## 10. EL DOMINIO PROPIO EN LAS EMOCIONES

**E**L dominio propio es fundamental en la piedad, la cual debemos cultivar en nuestros hijos. Queremos más la voluntad de Dios que la nuestra. Lc. 9:23. Tenemos que obedecer cuando queremos y cuando no. Por falta de dominio propio, reina el caos por todos lados. *El origen del problema es en el hogar porque los padres no han enseñado a los hijos a obedecer.*

### **El dominio propio en las emociones:**

Básicamente, el ser humano tiene que lidiar con cuatro emociones básicas: la ira, el temor, la tristeza, el gozo.

1. **¿Cómo funciona** el alma en relación con las emociones? Dios nos ha dado dos facultades:

a. *Lo del intelecto o el entendimiento*-percibir, especular, discernir, juzgar.

b. *Los sentimientos, los efectos, el corazón.* Somos atraídos o repelidos por las cosas. El entendimiento debe manejar los sentimientos. Así nos hizo Dios.

2. **Es lícito expresar las emociones**, ya que Dios nos hizo con ellas, no debemos reprimirlas. Controlarlas, sí. Es una crueldad reprimir las emociones de los hijos. Jesús mostró sus emociones, pero nunca pecó. No impedirles la ira, pero enseñar cómo manejarla según la Biblia. Llorar por el dolor sí, pero *no* con rabietas. Sal. 56:3 No niega que tengamos miedo, sino que nos dice cómo actuar en medio del miedo. *Decidimos* controlar las emociones. La ira, sí, pero la tenemos bajo dominio. Acuértese de Fil. 4:5 el Señor está cerca, para que actuemos con medida.

3. **¿Cuáles son las expresiones emocionales indebidas? ¿Cómo puedo saber si son incorrectas?**

a. *Son incorrectas y están mal, cuando están fuera de lugar.* Es fuera de lugar reírse ante la calamidad de otra persona, por ejemplo 2 S. 1:11,12. David se entristeció aun ante una noticia que le favorecía en buena medida.

b. *Cuando oscurecen la razón o nos desvían de la verdad, o nos conducen al error.* Como cuando una niña se enamora de un joven indigno. Tristeza, sí, pero no si nos lleva a excesos.

c. *Cuando se rebelan contra el gobierno de la voluntad, dificultando la obediencia o invitándonos a seguir las inclinaciones de nuestro pecado.* El esposo por ningún motivo debe hablar con aspereza a la esposa.

d. *Cuando carecen de moderación o cuando las manifestamos en exceso.* Comprendamos y controlemos el grado de emoción.

e. *Cuando no tienen un límite en cuanto a duración.* Ecl. 3:1. Hay tiempo para todo. Nuevamente pensemos en la importancia del ejemplo que como padres ponemos a nuestros hijos en esto. Dios también muestra emociones, pero en lo justo. El hombre piadoso es balanceado.

### **Cuestionario**

1. ¿Cuáles son las 4 emociones básicas sobre las que tenemos que enseñar dominio propio a los niños?
2. ¿Cómo funcionan las emociones? ¿De dónde vienen?
3. ¿Es legítimo expresar esas cuatro emociones?
4. ¿Se puede controlar? Dé ejemplos, así como lo hizo Sugel Michelen.
5. ¿Cuándo las emociones son incorrectas? Explique cada una.