



# ¿Quién eres espiritualmente?

Adaptado de la serie «¿Quién eres espiritualmente?», por Sam Rijfkogel

A menudo, los hombres permiten que cosas equivocadas formen su identidad. Lo que crees que eres, en eso terminas convirtiéndote. Si crees una mentira como si fuera verdad, te afectará como si fuera cierta. Rick Warren escribe acerca de la identidad:

No puedes alcanzar tu pleno potencial, tal como Dios te creó, hasta que comprendas los cinco factores que moldean tu identidad. Los dos primeros son la química (cómo estás hecho) y las conexiones (tus relaciones). Eres producto de la manera en que Dios te creó y de las relaciones en tu vida. Tu identidad también está influenciada por tus circunstancias y tu conciencia.

Las circunstancias son las cosas que te suceden que te rodean—ninguna de las cuales controlas. Eres producto del trauma, los problemas, el sufrimiento, la vergüenza, los choques, las presiones y el dolor que han moldeado tu vida. Quizás incluso el abuso ha afectado tu identidad. Si alguna vez has

tenido una serie de fracasos o una catástrofe, eso ha dejado una marca imborrable en quién eres.

La conciencia es cómo te hablas a ti mismo. ¿Sabes algo? Si le hablaras a tus amigos de la misma manera en que te hablas a ti mismo, probablemente ya no serían tus amigos, porque nuestros pensamientos están llenos de las mentiras que hemos escuchado de otras personas y que hemos dejado que se queden y fermenten. Cuando repetimos los pensamientos de otros en nuestra mente, van más y más profundo en nuestra conciencia, y comienzan a moldear nuestra identidad.<sup>1</sup>

---

<sup>1</sup> Rick Warren, *Tu vida es moldeada por tus pensamientos*, 6 de mayo de 2017, <http://www.crosswalk.com/devotionals/daily-hope-with-rick-warren/daily-hope-with-rick-warren-may-6-2017.html>

# Preguntas del nivel VALENTÍA

**V1:** ¿Por qué los hombres permiten que lo que piensan de sí mismos determine el rumbo de su vida?

**V2:** Formar una identidad saludable requiere un proceso mental saludable. ¿En qué áreas te resulta más fácil mantener buenos pensamientos?

**V3:** ¿En cuáles áreas te cuesta más mantener tus pensamientos bajo control?

## Preguntas del nivel FUERZA

**F1:** Las Escrituras enseñan mucho sobre tener un proceso mental sano. ¿Qué podemos aprender de los siguientes pasajes sobre un patrón de pensamiento bíblico?

Romanos 12:1,2

1 Corintios 15:45

2 Corintios 3:17,18

Colosenses 3:1,2

A menudo separamos nuestros pensamientos de nuestra vida, como si uno no influyera en el otro. Pero Proverbios 4:23 (DHH) dice: «Cuida tu mente más que nada en el mundo, porque ella es fuente de vida».

**F2:** ¿Cómo moldean tus pensamientos tu identidad?

**F3:** ¿Has permitido alguna vez que tus emociones moldeen tu forma de pensar?

**F4:** ¿Cómo ha influido tu manera de pensar en tus relaciones con un amigo, tu cónyuge o tus hijos?

**F5:** ¿Te encuentras trabajando más de lo necesario?  
¿Por qué crees que ese modo de pensar te impulsa?

**F6:** ¿Has permitido alguna vez que pensamientos equivocados te lleven por un camino errado?

Después de leer el artículo sobre la identidad anterior, responde:

**F7:** ¿Hay cosas en tu mente que necesitas limpiar?  
¿Cuáles son? ¿Cuándo será tu día de limpieza mental?

**F8:** ¿Qué cosas en tu mente necesitan ser probadas por la Palabra de Dios?

# Preguntas del nivel RESISTENCIA

Lee 1 Tesalonicenses 5:23 y responde:

**R1:** Describe cómo las siguientes áreas moldean tus pensamientos:

- Cuerpo
- Alma
- Espíritu

**R2:** ¿De qué manera influyen estas áreas en el desarrollo de tu identidad?

**R3:** ¿Cuál de las tres te resulta más fácil en tu vida?  
¿Cuál es la más difícil?

Lee Génesis 13:11,12

**R4:** ¿Qué nos enseñan las acciones de Lot sobre el papel que nuestra mente juega al formar nuestra identidad?

**R5:** ¿Qué tan fácil es permitir que las situaciones y circunstancias a nuestro alrededor formen nuestra identidad?

**R6:** ¿Qué tanto influye el deseo de ser aceptados en la formación de nuestra identidad?