

Matutina para Mujeres | Jueves 21 de Marzo de 2024 | Cuando la razón es irracional — 2ª parte

Descripción



Cuando la razón es irracional — 2ª parte

“Cuando yo era niño, pensaba como niño, juzgaba como niño; pero cuando ya fui hombre, dejé lo que era de niño”. El apóstol Pablo

¿Será que debemos creernos sin rechistar todo lo que nos dice nuestra mente? No, claro que no. Eso es propio de la inmadurez, de no ser lo suficientemente profundas para analizar los porqués de nuestros pensamientos, de tal manera que aprendamos a pensar y a juzgar mejor (es decir, más bíblicamente, menos emocionalmente). Pongamos un ejemplo.

Tal vez has pensado alguna vez: “Mi esposo me pone de los nervios”. Si analizas bien esa conclusión de tu pensamiento (que te repites en tu monólogo interno), te darás cuenta de que tu esposo no te pone de los nervios, tú te pones de los nervios ante la forma de proceder de él. Y en última instancia lo que genera esa emoción descontrolada en ti no es tanto lo que él hizo o dijo, sino el no haber sabido entender y darle la perspectiva correcta a lo que él dijo o hizo, para que no te lleve a perder tu paz interior.

Siendo que no puedes cambiar a los demás (aunque sí puedes orar por ellos), es importante que trabajes esas creencias internas que, de lo contrario, pueden convertirte en una olla a presión. Aquí tienes tres preguntas que puedes hacerte cuando te asalte un diálogo interno que te hace daño:

1. Esto que mis pensamientos me dicen, ¿es objetivamente cierto o es una exageración de mi percepción?
2. ¿Lo estoy sometiendo a Cristo como validador de todo lo que pienso?
3. ¿Está de acuerdo con cómo la Biblia me indica que debo pensar?

Estos son tres principios bíblicos sobre cómo pensar:

- “Todo lo que es verdadero, todo lo honesto, todo lo justo, todo lo puro, todo lo amable, todo lo que es de buen nombre; si hay virtud alguna, si algo digno de alabanza, en esto pensad” (Fil. 4:8, RVR95). *¿Es esta la predisposición de tu diálogo interno?*
- “Piensen en las cosas del cielo, no en las de la tierra” (Col. 3:2). *¿Es lo espiritual más importante en tu manera de pensar que lo mundano?*
- “No piensen ustedes como niños. Sean como niños para lo malo; pero sean adultos en su modo de pensar” (1 Cor. 14:20). *¿Está la inmadurez dominando toda tu estructura mental?*

“Deben cambiar completamente su manera de pensar, y ser honestos y santos de verdad, como corresponde a personas que Dios ha vuelto a crear, para ser como él” (Efe. 4:23, 24, TLA).