

ELIZABETH  
GEORGE

**Ama  
a Dios  
con toda  
tu mente**

ELIZABETH  
GEORGE

Ama  
a Dios  
con toda  
tu mente



EDITORIAL  
PORTAVOZ

La misión de *Editorial Portavoz* consiste en proporcionar productos de calidad —con integridad y excelencia—, desde una perspectiva bíblica y confiable, que animen a las personas a conocer y servir a Jesucristo.

Título del original: *Loving God with All Your Mind (Updated and Expanded Edition)*, © 2005 por Elizabeth George y publicado por Harvest House Publishers, Eugene, Oregon 97402.  
[www.harvesthousepublishers.com](http://www.harvesthousepublishers.com)

Edición en castellano: *Ama a Dios con toda tu mente (Nueva edición)*, © 2006 por Elizabeth George y publicado por Editorial Portavoz, filial de Kregel, Inc., Grand Rapids, Michigan 49505. Todos los derechos reservados.

Ninguna parte de esta publicación podrá reproducirse de cualquier forma sin permiso escrito previo de los editores, con la excepción de citas breves en revistas o reseñas.

A menos que se indique lo contrario, todas las citas bíblicas han sido tomadas de la versión Reina-Valera © 1960 Sociedades Bíblicas en América Latina; © renovado 1988 Sociedades Bíblicas Unidas. Utilizado con permiso. Reina-Valera 1960™ es una marca registrada de American Bible Society, y puede ser usada solamente bajo licencia.

Traducción: Luis Bernal Lumpuy

EDITORIAL PORTAVOZ  
2450 Oak Industrial Dr. NE  
Grand Rapids, Michigan 49505 USA

Visítenos en: [www.portavoz.com](http://www.portavoz.com)

ISBN 978-0-8254-1261-5

6 7 8 9 10 edición / año 25 24 23 22 21 20 19 18 17

*Impreso en los Estados Unidos de América  
Printed in the United States of America*

*Como siempre, gracias a ti, amado esposo,  
Jim George, M.Div., Th.M.,  
por tu gran ayuda, dirección, sugerencias y  
amoroso aliento en este proyecto.*

# CONTENIDO

Invitación a una vida transformada . . . . .	9
--	---

## **Adiestra tus pensamientos: Filipenses 4:8**

1. Piensa en la verdad . . . . .	13
2. Piensa en la verdad acerca de... Dios y su Palabra. . . . .	21
3. Piensa en la verdad acerca de... los demás . . . . .	29
4. Piensa en la verdad acerca... del futuro . . . . .	37
5. Piensa en la verdad acerca... del pasado y del presente . . . . .	47
6. Lleva cautivo todo pensamiento . . . . .	55

## **Supera la preocupación: Mateo 6:34**

7. Concéntrate en el hoy . . . . .	63
8. Sube la montaña del hoy . . . . .	71
9. Vive un día a la vez . . . . .	81
10. Pon en práctica la gracia de Dios . . . . .	89

## **Prosigue hacia el premio: Filipenses 3:13-14**

11. Recuerda olvidar . . . . .	99
12. Busca el oro. . . . .	107
13. Sigue adelante . . . . .	115
14. Mira hacia adelante... ¡y sigue navegando! . . . . .	123
15. Prosigue sin detenerte . . . . .	131
16. Prosigue hacia el propósito de Dios . . . . .	139

**Confía en la bondad de Dios: Romanos 8:28**

- |  |     |
|--|-----|
| 17. Confía en el Señor. . . . .                  | 149 |
| 18. Conoce la promesa de Dios . . . . .          | 157 |
| 19. Déjate guiar por la fe. . . . .              | 165 |
| 20. Navega por el laberinto de la vida . . . . . | 173 |

**Pon en práctica el plan de Dios: Jeremías 29:11**

- |  |     |
|--|-----|
| 21. Soporta los momentos difíciles . . . . .     | 183 |
| 22. Da fruto en los momentos difíciles . . . . . | 191 |
| 23. Conviértete en obra maestra de Dios. . . . . | 199 |
| 24. Pon en práctica la promesa de Dios . . . . . | 207 |

**Acepta lo inaceptable: Romanos 11:33**

- |   |         |
|---|---------|
| 25. Reacción ante los momentos decisivos de la vida . . . . . | 217     |
| 26. La especialización en lo insignificante . . . . .         | 225     |
| 27. Confía en Dios en las tinieblas . . . . .                 | 233     |
| 28. Acepta lo inaceptable. . . . .                            | 239     |
| <br>Sigue cambiando y creciendo... . . . . .                  | <br>247 |
| Notas . . . . .   | 253     |

## INVITACIÓN A UNA VIDA TRANSFORMADA

¿TE GUSTARÍA QUE *TODOS* TUS PENSAMIENTOS sean agradables al Señor? ¿Te gustaría cambiar la duda, el desaliento, la depresión y el miedo por la fe y el gozo lleno de energía? ¿Te gustaría saber qué hacer y cómo resolver el próximo problema que te encuentres? Entonces busca la solución en Jesucristo. En Mateo 22:37, Él nos dice: “Amarás al Señor tu Dios con todo tu corazón, y con toda tu alma, y *con toda tu mente*”. Cuando lo hagas, hallarás que tu vida ha cambiado, ¡que has sido transformada! Comenzarás a...

- ocuparte de lo que es real... en vez de preocuparte por lo que no es real.
- extenderte hacia el futuro y proseguir... en vez de quedar como prisionera del pasado.
- actuar de acuerdo a lo que está revelado en las Escrituras... en vez de confiar en tus emociones.

Lo que presento en este libro son seis elocuentes pasajes bíblicos que han traído estabilidad, fortaleza... y dulce paz... a mi vida y a la vida de otros. Hay la garantía de que esos pasajes han de cambiar también tu vida ¡porque están en la Palabra de Dios!

¿Has leído la versión original de *Ama a Dios con toda tu mente*? Te estás preguntando “¿Por qué este libro?” La respuesta en una palabra es “crecimiento”. Han pasado diez años desde que este libro se publicó

por primera vez. Durante ese tiempo, he crecido espiritualmente. He crecido en mi aplicación personal de estas seis verdades a través de etapas y sucesos nuevos y diferentes en mi vida. He crecido al presentar esos pasajes en mis conferencias. ¡Y ahora quiero presentarte este nuevo crecimiento y esta comprensión más profunda!

Gracias a la gentileza de Harvest House Publishers y de Editorial Portavoz, lo que tienes en las manos es una actualización de lo que confío que será para ti un libro transformador, inspirador y alentador acerca del poder de pensar en la verdad de Dios. Se ha revisado y se ha completado con nuevas ideas e ilustraciones. Su lenguaje es práctico y directo. Y como comprendo tu ocupado estilo de vida, los capítulos son más cortos y más fáciles de leer. También incluye anécdotas de éxito y victorias contadas por otros.

Doy gracias a Dios por el ministerio que este libro ha tenido hasta ahora. Y pido a Dios que *tu* vida sea totalmente transformada mientras piensas en esas verdades acerca de Dios y miras los retos de la vida desde la perspectiva de Dios, mediante su Palabra. Entonces Él cambiará tus pensamientos... ¡y tu vida! Y te encontrarás amando a Dios con toda tu mente.

En su amor eterno,

A handwritten signature in black ink that reads "Elizabeth George". The script is fluid and cursive, with the first letter of each word being capitalized and larger than the others.

# *Aldiestra tus pensamientos*

*Por lo demás, hermanos,  
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.*

FILIPENSES 4:8

## *P*IENSA EN LA VERDAD

*Todo lo que es verdadero...  
en esto pensad.*

FILIPENSES 4:8

DEBIDO A QUE MI ESPOSO, JIM, ESTÁ EN EL MINISTERIO, nuestro teléfono suena muchísimo. Y una mañana hace muchos años no fue diferente. Mientras me apresuraba de un lado a otro de la habitación para responder otra llamada telefónica, hice la oración que siempre hago cuando voy a responder una llamada: “Dios, quienquiera que sea, sea lo que sea, ayúdame”.

Sin embargo, esa oración no me preparó para la sorprendente petición que me hizo la persona que llamó. La mujer, una miembro de nuestra iglesia, explicó que se había reunido con uno de los pastores aquella mañana debido a su tendencia a la depresión. Al final de la reunión de orientación, él le había dado una encomienda: “Ve a casa y llama a Elizabeth George y pregúntale cómo ella vence en sus luchas contra la depresión”.

### Supera la depresión

Demasiado consternada para responder, todo lo que pude hacer fue pedirle a la mujer su número de teléfono y durante algún tiempo pensar lo que iba a responder. Cuando colgué el teléfono, me pasó por encima un maremoto de emociones.

En primer lugar, me sentí preocupada por aquella mujer. Muy pocas cristianas afrontan sus problemas hasta el punto de buscar consejo. Aún menos se prestan a una cita dispuesta de antemano. Aún menos hacen lo que le recomienda el consejero. ¡Y he aquí una mujer que había hecho todo eso! Y me estaba pidiendo ayuda. Luego vino la angustia. No me gustó escuchar que alguien usara mi nombre en una reunión de orientación. Y no estaba exactamente emocionada por ser caracterizada como alguien que lucha contra la depresión, aunque fuera cierto. Además, yo pensaba que había mantenido una apariencia fuerte... pero obviamente este pastor había visto a través de mi fachada. ¡Y gracias a Dios había observado cierta victoria y progreso!

Luego vino el dolor. Mientras lees este libro, descubrirás que el secreto de amar a Dios con toda tu mente es decidir *no* vivir en el pasado o en los recuerdos desagradables. Sin embargo, para ayudar a esa mujer, necesitaría una vez más mirar de cerca mi doloroso pasado. Al hacerme recordar aquellos días sombríos, traje a la memoria mi rutina matutina.

*Días sombríos.* Cada día me despertaba en lo que yo de manera egoísta consideraba un ambiente menos que deseable; una casita en medio de un desierto sin aire acondicionado ni lavadora de platos. Eso significaba que varias veces al día tuviera que estar en la cocina en medio de un sofocante calor lavando a mano los platos en el fregadero. (¡Eso es suficiente para deprimir a cualquier mujer!)

Y allí me paraba, mirando por la ventana y pensando mucho y pesadamente mientras lavaba los platos. Asombrosamente, ¡podía recordar casi cada cosa negativa que me había sucedido en mi vida! Pensaba en días diferentes y en tiempos mejores. Volvía a vivir la falta de amabilidad y los mal tratos. Repasaba una y otra vez mis fracasos y desilusiones junto con mis sueños que, como se veían las cosas, nunca llegarían a ser realidad. Pronto mis pensamientos me hicieron caer tan bajo que las lágrimas corrían por mis mejillas y caían en el agua con que lavaba los platos.

Después de los platos venían los quehaceres domésticos. Mientras iba de habitación en habitación, me sentía oprimida y entumecida. Sentía

en la cabeza una niebla oscura y espesa. Mientras tendía las camas, deseaba acostarme, hundir la cabeza en la almohada, taparme la cabeza con la colcha y cerrar los ojos. Es que con los ojos cerrados, quizás —¡solo quizás!— la niebla se iría. Todo sería negro, y no tendría que seguir buscando a tientas el camino a seguir.

*Cambio asombroso.* “¿Exactamente cómo había cambiado mi vida desde aquellos días?” Me pregunté y oré. ¿Qué me había ayudado a pasar esos momentos sombríos y pesados? ¿Qué me había librado de esa casi inmovilizante depresión? ¿Había alguna clave que pudiera transmitir a otros, alguna esperanza y ayuda que pudiera ofrecer? Esa amada señora necesitaba saber.

He aprendido en los últimos veinte años que no estoy sola. Otras —¿como tú quizás?— también necesitan ayuda. Ahora sé que...

- Alguna forma de depresión afecta a más de 17.5 millones de norteamericanos cada año.
- La depresión puede afectar a cualquiera, sin tener en cuenta sus antecedentes, aunque la mayor depresión afecta a las mujeres dos veces más que a los hombres.
- Más de uno en cinco norteamericanos puede esperar cierta forma de depresión durante su vida.<sup>1</sup>

## Ve a la Palabra de Dios

Mientras en mi mente viajaba por aquellos “días sombríos”, vi cómo Dios obró en mi vida mediante tres prácticas específicas.

*Memoriza la Palabra de Dios.* Lo primero fue guardar las Escrituras en mi corazón. Como recién convertida, me aconsejaron que memorizara pasajes bíblicos. Y sin saber que tenía una opción, obedientemente comencé a memorizar pasajes de la Palabra de Dios. Escribí versículos bíblicos en tarjetas con índices y las llevaba en mi bolso, los pegaba en los espejos y los ponía en la mesa del desayuno. Y, muy importante, los

ponía en la repisa de la ventana sobre el fregadero de la cocina. Estaba haciendo lo que sabía que era correcto... pero muy lejos de saber los grandes beneficios que podría cosechar.

*Medita en la Palabra de Dios.* El segundo hábito que cultivaba era el de meditar en las Escrituras. Había aprendido algunos métodos para reflexionar en la Palabra de Dios en varios maravillosos libros.<sup>2</sup> Además, el curso de memorización de pasajes bíblicos en el que me había matriculado exigía ejercicios de meditación en los versículos asignados.<sup>3</sup> Yo sabía que estaba haciendo lo que debía hacer... pero no sabía cuán útil habría de ser el meditar en las Escrituras.

*Aplica la Palabra de Dios.* La tercera, ¡y más difícil!, práctica que trataba de dominar era la obediencia; hacer realmente lo que decía la Palabra de Dios. Admito que no siempre fue fácil hacer lo que Dios me decía que hiciera en los versículos que memorizaba y en los que meditaba. Pero sabía que Dios nos dio su Palabra para mostrarnos cómo vivir. Y sabía que debía *hacer* lo que dice, no solo *saber* lo que dice (Mateo 7:21).

¡No había en el mundo forma de explicar en ese momento las muchas maneras en que Dios usaría esas tres prácticas para quitar las barreras del pensamiento negativo que me tenían prisionera!

## Pensemos en “esas cosas”

Una mañana, mientras estaba frente al fregadero de la cocina lavando los platos (¡una vez más!), estaba mirando la tarjeta que estaba apoyada en la repisa de la ventana. El versículo para memorizar laboriosamente escrito en ella era Filipenses 4:8. Ese es un largo versículo acerca de las ocho virtudes establecidas por Dios en las que debe pensar un cristiano. Y me había costado trabajo aprenderme ese versículo. De todas formas, mientras repasaba el versículo, conté las ocho virtudes con los dedos para asegurarme de que no había dejado ninguna:

Por lo demás, hermanos, 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.

Ya había dedicado tiempo a meditar en Filipenses 4:8 en su totalidad, de modo que sabía que era un principio para el tipo de pensamiento que Dios deseaba poner en mi mente. Pero nunca había pensado en cada componente por separado. Y aquella mañana decidí dividir el versículo mientras lavaba los platos. Poniendo en práctica un ejercicio diseñado para descubrir el significado de la Biblia, dije en voz alta: “Por lo demás, hermanos, todo lo que es verdadero”. Luego me detuve y pregunté: “¿Qué quiere decir *verdadero*?” ¿Y mi respuesta? “Obviamente *verdadero* significa verdad, la verdad bíblica. Y *verdadero* significa la verdad frente a las mentiras. Pero *verdadero* significa también real, porque lo que es verdadero es lo real”.

¡La puerta de la comprensión se abrió ante mí! Continuando con el ejercicio, pregunté: “¿Hay algún mandamiento que obedecer?” Comencé a leer de nuevo todo el versículo y me detuve en el mandamiento de Dios al final del mismo: *en esto pensad*. Dicho en sentido positivo, Dios está publicando el mandato de “haz que tu mente piense en lo que es verdadero o real”. Y dicho en sentido negativo, el mismo mandato sería “No pienses en las cosas que no son verdaderas ni reales”.

De pronto la Palabra de Dios pareció gritarme: “¡Elizabeth, *deja* de pensar en cosas que no son verdaderas ni reales!”

## Ábrete paso

¡Y allí estaba! “Todo lo que es verdadero... en esto pensad”. En solo ocho palabras —¡*ocho* palabras!— del insondable tesoro de la Palabra de Dios, experimenté mi gran avance. Llegó cuando me di cuenta de que Dios no desea que dedique mi valioso tiempo y mi igualmente valiosa energía mental en cosas que no son verdaderas ni reales.

Mientras trataba de aplicar esa instrucción y obedecer el mandamiento de Filipenses 4:8, comenzaron a disiparse las tinieblas de mi vida y la luz de la Palabra de Dios inundó mi corazón, mi alma... ¡y mi mente!

Aquí, en pocas palabras, Dios me estaba diciendo que no pensara en nada que no fuera verdadero o real, y debo ser fiel al poner en práctica esta verdad.

He aquí algo en lo que hemos de pensar. Se ha calculado que diez mil pensamientos pasan por la mente humana en un día. Obedecer el mandamiento de Dios de filtrar nuestros pensamientos con su red de lo que es *verdadero* y *real* no es una tarea fácil. Pero gracias a Dios, ¡Él nos ayuda a cumplir todas las cosas que nos pide hacer!

## Haz progresos

Animada —y entusiasmada!— acerca de mi descubrimiento, comencé a evaluar mis pensamientos diarios a la luz de las primeras palabras de Filipenses 4:8. Literalmente tenía que adiestrar mis pensamientos. Tenía que hacerme la pregunta: “¿Estoy pensando en la verdad, en lo que es verdadero y real?”

Durante las próximas semanas, mientras me seguía haciendo esa pregunta, hice algunos impresionantes progresos en lo relacionado al cambio de mi vida de pensamientos. Comencé también a comprender que Dios tenía una solución para mi larga lucha con la depresión y la preocupación y el temor. Por primera vez, ¡Comprendí que su Palabra ofrecía esperanza para mi melancolía! Esa solución, y esa esperanza, radican en mantener mis pensamientos en el marco bíblico de Filipenses 4:8: “Todo lo que es *verdadero* [o *real*]... en esto pensad”.

Esas pocas palabras me ayudaron a dar un importante primer paso hacia la salud mental espiritual. Y ese pasaje sigue, hasta el día de hoy, corrigiendo todos mis pensamientos malsanos. Y puede hacer lo mismo por ti.

## Desarrolla fortaleza para la vida diaria

Escucha lo que te digo: Las bendiciones abundan cuando tú y yo pensamos en lo que es verdadero y real. Y una de esas bendiciones es la fortaleza para la vida diaria; fortaleza que incluye energía, salud y vitalidad. Permíteme explicar. Estoy segura de que sabes cuán limitada

estás cuando estás enferma. Bien, cuando no estás funcionando de acuerdo a lo que es real, es como tratar de hacer algo cuando tienes fiebre o gripe. Aunque te esfuerces por cumplir tus responsabilidades, falta algo. ¡Las capacidades de tu cuerpo y las exigencias de cada tarea no están sincronizadas! De seguro, tú sigues adelante y haces tu trabajo, pero hay muy poco entusiasmo, si es que hay alguno. Y muchas veces tu trabajo se hace a medias o se hace muy deficientemente. ¿Por qué? Debido a la mala salud física, que significa menos energía e incluso menos rendimiento.

¡Lo mismo ocurre en el reino espiritual! Como un virus, tus pensamientos pueden reducir tu energía e inmovilizar tu servicio. Pero gracias a Dios lo opuesto también es cierto. Tus pensamientos pueden ser una fuente de fortaleza. Cuando piensas en las elocuentes verdades de la Biblia, Dios usa su Palabra para cambiar tu forma de pensar. Y un resultado beneficioso —¡y de gran necesidad!— es que eres fortalecida y vigorizada para la vida diaria al pensar en la verdad, en lo que es verdadero y real.

---

### *Ama a Dios... aún más*

Cuando pienso en ti como lectora de un libro que lleva el título *Ama a Dios con toda tu mente*, supongo que ya amas a Dios. Como creyente en Cristo, ya has respondido al amor de Dios por ti. Como afirma una verdad en la Biblia: “Nosotros le amamos a él, porque él nos amó primero” (1 Jn. 4:19). Por lo tanto, es mi oración que, mientras lees este libro, cada verdad y cada paso para aplicarla te ayuden a amar a Dios aún más.

Así que aquí está el primer paso: Recuerda esas ocho palabras de la Palabra de Dios: “Todo lo que es verdadero... en esto pensad”.

Y he aquí el segundo paso: Cada vez que tus pensamientos resulten según las normas de Dios de lo que es verdadero y lo que es real... y entonces *decidas* pensar “en esto”, estás amando a Dios con toda tu mente. Con su ayuda, su Palabra y su Espíritu, puedes triunfar sobre las emociones negativas, los pensamientos dañinos y las actitudes destructivas.

Ahora, sigue leyendo para ver cómo pensar en la verdad, en lo que es verdadero ¡transformará tu mente... y tu vida!