



26 DE OCTUBRE 2025

## 1. GUARDA TU CORAZÓN EN CRISTO

PASTOR MELVIN ÁBREGO

### INTRODUCCIÓN

**Proverbios 4:23 (NBLA)** Con toda diligencia guarda tu corazón, porque de él brotan los manantiales de la vida.

Al observar el mundo y la vida cotidiana, es evidente que la maldad no tiene límites. El ser humano es perverso y se autodestruye. A lo largo de los siglos, la humanidad ha intentado analizarse para encontrar una explicación a esa maldad inherente.

Incluso en ideas modernas, como la posible colonización de otros planetas, se reconoce que el principal problema no sería el nuevo entorno, sino el mismo ser humano que llegaría a destruirlo. Esa naturaleza destructiva está en nosotros.

Los estudios seculares del hombre, que han dado origen a la psicoterapia y el psicoanálisis, intentan responder al porqué del comportamiento humano, pero lo hacen sin considerar a Dios. El ser humano es incapaz —y muchas veces reacio— a reconocer la raíz de su maldad: el problema está en el corazón, apartado de Dios.

Por eso este material tiene el propósito de convencerte de que **Permanezcas en Cristo por que solo así podrás guardar limpio tu corazón.**

### I. EL DEBER DE GUARDAR EL CORAZÓN

**Proverbios 4:23 (NBLA):** Con toda diligencia guarda tu corazón, porque de él brotan los manantiales de vida.

Todo creyente en Cristo comprende que, por naturaleza, no puede producir nada bueno. Al examinarnos a la luz de la Palabra, descubrimos cuán fácilmente cedemos a la tentación, porque el corazón humano es incapaz de generar bondad por sí mismo. Las buenas obras que realizamos surgen únicamente de nuestra unión con Cristo, cuyo Espíritu mora en nosotros y nos capacita para glorificar a Dios. Esta verdad no anula el mandato divino de vivir con diligencia, cuidando nuestros pasos y guardando el corazón para procurar la santidad.

**Guardar el corazón**, según la Biblia, significa **cuidarlo diligentemente**. Implica vigilar nuestros pensamientos, deseos, palabras y acciones. En la Escritura, el corazón es el centro de control del ser humano: la fuente de su voluntad, intención y conducta.

Proverbios 4 muestra a un padre instruyendo a su hijo: "Hijo mío, ten cuidado". La manera de cuidarse es adquiriendo y siguiendo la sabiduría. Por eso, debemos esforzarnos diligentemente en obtenerla, porque solo así podremos andar en el camino correcto.

**Proverbios 4:5 (NBLA)** Adquiere sabiduría, adquiere inteligencia; no te olvides ni te apartes de las palabras de mi boca. No la abandones y ella velará sobre ti; ámalala y ella te protegerá. Lo principal es la sabiduría; adquiere sabiduría, y con todo lo que obtengas adquiere inteligencia. Estímala y ella te ensalzará; ella te honrará si tú la abrazas." Y el versículo 11 dice: "Por el camino de la sabiduría te he conducido, por sendas de rectitud te he guiado."

La sabiduría a la que se refiere el proverbista son los preceptos, la ley y los estatutos de Dios. Para nosotros, esa sabiduría es el Evangelio, la Palabra de Dios.

Debemos buscarla con diligencia, pues solo ella puede mantener nuestros caminos rectos y evitar que nos desviemos. Esto solo es posible permaneciendo en Cristo Jesús.

¿Que implica guardar nuestro corazón? **vigilancia constante.** Como el centinela que desde la torre observa el horizonte, debemos estar atentos a las amenazas que intentan desviarnos del camino. Además, implica **fortificarnos espiritualmente**, levantando y reforzando las murallas de nuestra fe para que Satanás, el mundo o el pecado no tomen ventaja. Una muralla hermosa sin puertas bien defendidas es inútil. **Dependencia de Dios,** Por eso, cuidar el corazón requiere depender de Dios, pidiendo Su auxilio constante.

Cuando Proverbios nos ordena guardar el corazón, no se refiere al órgano físico ni solo a las emociones, sino al centro de nuestra vida y existencia. En las Escrituras, el corazón representa:

#### Preguntas de comprensión

¿Qué significa guardar el corazón?

- **El intelecto**, donde reside la sabiduría (Prov. 2:10)
- **La voluntad**, pues “**el corazón del hombre traza su camino**” (Prov. 16:9).
- **Los afectos**, donde decidimos qué amar u odiar (Prov. 6:18).
- **La conciencia**, donde distinguimos entre lo bueno y lo malo (Prov. 3:1-3).

Por tanto, el mandato “sobre toda cosa guardada guarda tu corazón” significa cuidar aquello que gobierna nuestro pensamiento, voluntad, sentimientos y conciencia. Guardar el corazón es buscar y atesorar la sabiduría divina —que se halla solo en Dios y que es colocada en nuestros corazón— para que nuestros caminos sean rectos.

#### Preguntas de reflexión

¿De que manera estás mostrando celo por guardar tu corazón?

**Según lo leído hasta el momento, ¿De qué maneras has sido instruido, exhortado, consolado o animado?**

## II. ¿POR QUÉ GUARDAR EL CORAZÓN?

**Proverbios 4:23 (NBLA)** dice: **Con toda diligencia guarda tu corazón, porque de él brotan los manantiales de la vida.**

La imagen central es la de un manantial. En el antiguo Cercano Oriente, los manantiales y pozos eran bienes de máximo valor; de ellos dependía la vida en tierras áridas. Las ciudades se levantaban alrededor de esas fuentes. Quien controlaba el pozo, controlaba la vida: tenía la ventaja y el poder. La Escritura lo muestra —por ejemplo, en el pacto entre Abraham y Abimelec— y en los relatos sobre los pozos de Isaac, Jacob y Moisés. Tener el pozo era procurar el bien; contaminarlo era muerte. Si el pozo se ensuciaba, todo lo que fluía de él quedaba corrompido, y quien bebía, moría. Perder el pozo era entregarse a la muerte. Así también con el corazón: descuidarlo es contaminarlo; y un corazón contaminado empuja todas nuestras acciones hacia el egoísmo y la impureza espiritual.

Esta es la razón crucial del mandato: “*del corazón fluyen los manantiales de vida*” (Prov. 4:23). Si el corazón se contamina, toda la vida se contamina; si el corazón es puro, todo buscará la gloria de Dios. Lo confirma **Proverbios 27:19 (NBLA): Como el agua refleja el rostro, Así el corazón del hombre refleja al hombre.**

Ahora bien, cuando el proverbio habla de “vida”, no se limita a la biológica; apunta, sobre todo, a la vida espiritual: el interior y la existencia misma del ser humano. Lo que brota del corazón revela nuestra condición espiritual.

Jesús enseñó lo mismo al confrontar a los fariseos por sus ritos: “lo que contamina al hombre no es lo que entra por la boca, sino lo que sale del corazón”. Ante la petición de Pedro, el Señor explicó (**Mateo 15:17-20, NBLA/NVI**) **Pero lo que sale de la boca proviene del corazón, y eso es lo que contamina al hombre. Porque del corazón provienen malos pensamientos, homicidios, adulterios, fornicaciones, robos, falsos testimonios y calumnias. Estas cosas son las que contaminan al hombre; pero comer sin lavarse las manos no contamina al hombre.**

Así, el pecado no es principalmente una presión externa; brota de un corazón ya inclinado al mal. Nuestra naturaleza pecaminosa nos empuja a codiciar y buscar aquello que sabemos que desagrada a Dios.

**Calvino** lo resume con acierto: “*El corazón del hombre es una fábrica de ídolos*”; cuando cae uno, otro ocupa su lugar. Por eso, debemos guardar el corazón día y noche, atentos a lo que, aun pequeño, puede desviarnos. Jesús, al examinar al ser humano, ve un corazón muerto que maquina maldad.

Incluso investigaciones de las últimas décadas del siglo pasado (aprox. 60s–90s) intentaron explicar la maldad de los asesinos seriales considerando si era por causas ambientales/circunstanciales o por genética/neurología que se entregaban a la maldad, sin embargo no han logrado ofrecer una respuesta definitiva. Pero La Palabra de Dios si y va la raíz: Un corazón lleno de pecado.

La Escritura ofrece un ejemplo, Josías. Su abuelo Manasés fue el peor rey de Judá y la idolatría impuesta fue peor que la de las naciones paganas; su padre Amón siguió el mismo camino. Sin embargo, Josías, criado en un ambiente saturado de idolatría, abrazó la sabiduría e impulsó una reforma sin precedentes; la Pascua que celebró no tuvo igual. Esto demuestra que no es el ambiente ni la genética lo que determina la corrupción: la raíz es el corazón, que nace muerto espiritualmente y apartado de Dios.

Consideramos ejemplos para nosotros hoy: El poder no corrompe por sí mismo; solo expone la corrupción ya presente en el corazón. La ira no surge porque “me provocaron”, sino porque mi corazón ya estaba airado. La amargura y el resentimiento no nacen solo de la herida ajena; brotan de un corazón descuidado. Y aunque haya factores externos reales y dolorosos, la tristeza profunda que pasa a ser depresión muchas veces se fija y se agrava cuando el corazón queda sin cuidado ni dirección. En Cristo hay alivio y tiempo para arrepentirse; este es un trabajo arduo, pero necesario, que hacemos diligentemente y de manera personal.

### Preguntas de comprensión

¿A qué se refiere el texto cuando dice que del corazón salen manantiales de vida?

**Según lo leído hasta el momento, ¿De qué maneras has sido instruido, exhortado, consolado o animado?**

Si lo anterior parece abstracto, miremos algo cotidiano: la relación boca–corazón. ¿Cómo hablamos de nuestro cónyuge en público o en la discusión privada? ¿Cómo respondemos a nuestros hijos? ¿Nuestras palabras animan o hieren? La boca revela el corazón. ¿Cuántas veces murmuramos, juramos en vano o respondimos con ira pecaminosa?.

Lo mismo ocurre con el adulterio: el hombre no peca por “descuido” de su pareja, sino porque su corazón lo concibió. Y, del otro lado, cuando la mujer responde con desinterés, odio o resentimiento ante la traición —aunque no negamos el pecado del esposo—, también es fruto de su propio corazón pecaminoso. Admitirlo suele ser lo más difícil, sobre todo en el matrimonio, donde la “justicia propia” suele imponerse.

Por eso la insistencia del proverbio es tan necesaria: **“Con toda diligencia guarda tu corazón” (Prov. 4:23, NBLA)**. El mandato no es guardar tu reputación o dinero, sino el corazón. ¿Por qué? Porque de él brotan los manantiales de la vida. Guardar el corazón es custodiar la fuente para que todo lo que fluya de ella glorifique a Dios.

### Preguntas de reflexión

¿Qué está saliendo de tu corazón hoy? ¿Por qué?

### III. ¿CÓMO PODEMOS GUARDAR NUESTRO CORAZÓN?

El proverbio ordena: “Diligentemente guarda tu corazón”, porque de ese centro de nuestra existencia brota la vida, y de ese mismo corazón corrompido fluye la maldad del hombre. La pregunta esencial es: ¿Es posible transformar, cuidar y guardar nuestro corazón día a día?

**La necesidad de un corazón regenerado.** Primero, debemos comprender que es imposible guardar un corazón no regenerado, espiritualmente muerto o apartado de Dios. Sería como intentar conservar un trozo de carne en descomposición: inevitablemente se pudrirá. Nuestra naturaleza es un corazón corrupto, muerto en delitos y pecados. Por eso Dios, en Su gracia y misericordia, prometió realizar una **obra divina**: quitar el corazón de piedra y colocar uno de carne, dándonos la capacidad de andar en Sus caminos. **Ezequiel 11:19-20 (NBLA)** lo expresa así: **Les daré un corazón de carne para que anden en mis estatutos, guarden mis ordenanzas y las cumplan.**

Solo un **corazón nuevo** puede atesorar la sabiduría de Dios —Sus preceptos, Su ley y Su Evangelio— y vivir conforme a la verdad. Ese corazón regenerado es el fundamento para obedecer el mandamiento de guardar el corazón.

¿Cómo se regenera un corazón? Solo en Jesús. Jesús habló de esta renovación cuando, en el último día de la Fiesta de los Tabernáculos, prometió: **Juan 7:38, NBLA: El que cree en mí, como ha dicho la Escritura, de lo más profundo de su ser brotarán ríos de agua viva.**

Dios cumplió Su promesa hecha por medio de Ezequiel en la muerte y resurrección de Su Hijo Jesús El Cristo, renovando los corazones y dándonos uno capaz de obedecer. Podemos imaginar nuestro corazón como **una fuente de agua sucia y estancada**, a la que Dios traslada hacia **una nueva Fuente: Cristo Jesús**. Nosotros no producimos agua viva; la recibimos de Cristo, cuya agua es fresca, limpia y se renueva constantemente. Al depender de Él, esa agua fluye en nosotros, y **de nuestro corazón brotan ríos de agua viva.**

**Dependencia total de Cristo.** La única manera de mantener el corazón limpio —del que fluyen esos ríos— es vivir en dependencia constante de Cristo Jesús mediante la fe. El apóstol Juan enseña en **1 Juan 3:19-21 (NBLA): En esto sabremos que somos de la verdad, y aseguraremos nuestros corazones delante de Él en cualquier cosa en que nuestro corazón nos condene. Porque Dios es mayor que nuestro corazón y Él sabe todas las cosas.**

En este pasaje el corazón es la conciencia del hombre. De manera que Juan nos enseña que guardar el corazón es mantener la conciencia en paz delante de Dios.

Pero, ¿Es esto posible? Juan contesta que es posible únicamente creyendo en Cristo Jesús: **1 Juan 3:23 Y este es Su mandamiento: que creamos en el nombre de Su Hijo Jesucristo.** Cuando nuestra fe está en Jesús y lleguen esos momento en que nuestra conciencia nos acusa, debemos recordar que **Dios es mayor que nuestro corazón** y que en Cristo tenemos perdón. Pero, si nuestra conciencia no nos condena, no es por mérito propio, sino porque **vivimos por medio de Su gracia.**

Por eso, guardar el corazón implica mantener pura la conciencia, confesando nuestros pecados y descansando en el perdón de Cristo. Él —el **Manantial de vida eterna**— es quien limpia el agua que fluye de nuestro corazón.

Permanecer firmes en la Palabra Juan también enseña que para guardar el corazón debemos permanecer firmes en la Palabra de Dios. **1 Juan 3:24 (NBLA)** dice: **El que guarda sus mandamientos permanece en Él, y Dios en él.**

Nuestro llamado es **atesorar la Palabra en el corazón**. El esfuerzo por adquirir la sabiduría divina —como enseña el padre en Proverbios— requiere buscar, anhelar y luchar con perseverancia por conocer las Escrituras. Sin embargo, con frecuencia no la leemos en la intimidad. Debemos arrepentirnos **y volver a escudriñar la Palabra cada día**. ¿Cómo podríamos mantener limpio el corazón sin ser diligentes en el estudio bíblico? Es imposible. Solo mediante la Palabra nuestra conciencia se forma correctamente, se instruye y aprende obediencia.

Ahora bien recordemos que un corazón no regenerado no puede producir nada bueno. Quienes pecan sin que su conciencia los acuse muestran un corazón endurecido, lejos de Dios. Un corazón arrogante y sin arrepentimiento solo acumula ira para el juicio, como advierte **Romanos 2:5 (NBLA): Por causa de tu terquedad y de tu corazón no arrepentido, estás acumulando ira para ti en el día de la ira.** Si pecas constantemente y tu conciencia no te reprende, clama a Dios. Arrepiéntete, examina tu corazón y tu vida, porque solo Él puede restaurarte.

**Examina tus motivaciones.** Guardar el corazón exige una práctica continua de autoexamen. Día tras día debemos revisar nuestras motivaciones y tener cuidado de no engañarnos. A veces nuestras acciones parecen

buenas ante los demás, pero pueden estar guiadas por **vanagloria o deseo de aprobación**, lo cual revela corrupción interna.

El peligro del autoengaño es profundo: puede hacernos creer que actuamos para Dios cuando en realidad **buscamos nuestra propia gloria**. Por eso necesitamos la Palabra y la comunión del cuerpo de Cristo. Solo la verdad del Evangelio puede romper ese espejismo que nos lleva a pensar: “*Estoy bien*”, cuando el corazón ya se ha desviado. Por eso la advertencia bíblica resuena con fuerza: “*Cuida tu corazón diligentemente; sobre toda cosa guardada, guarda tu corazón, porque de él mana la vida.*”

**Cuidar lo que alimenta el corazón.** También debemos cuidar lo que nutre nuestro corazón: lo que vemos, leemos y escuchamos. Si descuidamos la Palabra, el corazón se desnute y busca saciarse en el mundo. Pero si permanecemos en Cristo —la fuente que siempre se renueva—, Su Palabra fluye en nosotros y nos fortalece. Cuando el corazón se alimenta de la verdad, mantiene viva su sensibilidad espiritual; pero si se nutre de lo vano, la conciencia se cauteriza y deja de acusar el pecado.

### Preguntas de comprensión

¿Cómo un creyente puede guardar su corazón?

Un ejemplo final lo encontramos en **el rey Ezequías** (2 Crónicas 32). Cuando Asiria sitió Jerusalén, Ezequías, sabiendo que el enemigo intentaría controlar el manantial para cortar el agua, desvió hábilmente las aguas del pozo de Gihón hacia dentro de la ciudad. Aquel túnel se convirtió en símbolo de protección, sabiduría y vida para Israel. El rey no podía crear el agua, pero sí guardarla.

De la misma manera, nosotros no podemos **producir bondad o pureza** por nuestras fuerzas; pero sí podemos guardar el corazón en dependencia total de Cristo. Él es nuestra Fuente. Por eso, el llamado es este: **Permanece en Cristo por que solo así podrás guardar limpio tu corazón.**

### Preguntas de reflexión

¿De qué manera cuidarás tu corazón a partir de este día?

## 🎵 ALABANZAS | DOMINGO 26 DE OCTUBRE, 2025

En nuestra iglesia siempre buscamos que puedas integrarte y disfrutar mas de la adoración comunitaria, por tal razón compartimos el siguiente listado de alabanzas para que adores a nuestro Señor Jesucristo:

### Mi alma esperará

Sovereign Grace Music

Escuchar aquí

### Gloria al Señor, Poderoso

Joachim Neander (1680)

Escuchar aquí

Gracias por ser parte de nuestra comunidad. Te invitamos a apoyar nuestro ministerio para seguir produciendo recursos como este. Puedes ofrendar a través de:

**[graciasobregracia.org/ofrendas](https://graciasobregracia.org/ofrendas)**  
o escaneando el siguiente código:

