

Sesión 15 Relaciones: Perdonar, Bendecir y Más (Mateo 6:12-14)

I. EL ÉNFASIS DE JESÚS EN RELACIONARSE A LA GENTE CON GENEROSIDAD (MT 5-7)

- A. Hay muchos principios para cultivar relaciones en el Sermón del Monte. Cada una de las 8 bienaventuranzas (Mateo 5:3-12) tiene una aplicación significativa en nuestras relaciones, así como resistir las seis tentaciones (Mt 5:21-48) y llevar a cabo las cinco actividades del reino (Mateo 6:1-18).
- B. Jesús nos exhortó a perdonar a las personas que nos maltratan (Mateo 6:12-14). Hacemos esto por gratitud por la manera en que Él nos perdonó libremente (Mt 18:21-35). Este principio es fundamental para todo lo que Él dijo acerca de la edificación de relaciones en el Sermón del Monte.
- ¹² *Y perdónanos nuestras deudas, como también nosotros perdonamos a nuestros deudores.* ¹³ *Y... líbranos del mal...* ¹⁴ *Porque si perdonáis a los hombres sus ofensas, os perdonará también a vosotros vuestro Padre celestial; (Mateo 6:12-14)*
- C. Destacó cuatro principios como un marco en relatar con los que nos causan dolor y problemas.
1. Primero, Él nos urgió a tratar con nuestra ira y buscar rápidamente la reconciliación (Mt. 5:21- 26). Enfatizó que nuestra adoración y relación con Dios será obstaculizadas hasta que se haga esto.
- ²³ *Por tanto, si traes tu ofrenda al altar, y allí te acuerdas de que tu hermano tiene algo contra ti, ²⁴ deja allí tu ofrenda... reconcílate primero con tu hermano, y entonces ven y presenta tu ofrenda.* ²⁵ *Ponte de acuerdo con tu adversario pronto... (Mateo 5:23-25)*
2. Segundo, nos llamó a bendecir a los que estamos en una relación adversaria (Mt. 5:44).
- ⁴⁴ *benedicid a los que os maldicen, haced bien a los que os aborrecen... (Mateo 5:44)*
3. Tercero, nos exhortó a perdonar a las personas que no nos tratan bien (Mateo 6:12-14).
 4. Cuarto, nos advirtió que no juzgar (evaluar) a las personas con un espíritu equivocado, con información errónea, con un proceso equivocado y enfocarnos primero en nuestros fracasos (Mt. 7:1-5).
- ² *Porque con el juicio con que juzgáis, seréis juzgados, y con la medida con que medís, os será medido.* ⁵ *primero la viga de tu propio ojo... (Mateo 7:2-5)*
- D. Respondemos a estas cuestiones en nuestras relaciones pidiendo al Señor ayuda (Mateo 7:7-12).
- ⁷ *Pedid, y se os dará; buscad, y hallaréis; llamad, y se os abrirá...* ¹² *Así que, todas las cosas que queráis que los hombres hagan con vosotros, así también haced vosotros con ellos... (Mateo 7:7- 12)*
- E. Estos principios son más aplicables a las *relaciones familiares* en nuestras familias y amistades.
- F. **La premisa de Jesús:** Dios nos creó para amarlo en cuatro esferas de vida: con nuestro corazón (afectos), alma (personalidad), mente (pensamientos) y fuerza (recursos), porque Él nos ama así. Expresamos nuestro amor a Dios por la forma en que respondemos del corazón a las personas que nos causan presión.
- ³⁰ *Y amarás al Señor tu Dios con todo tu corazón, y con toda tu alma, y con toda tu mente y con todas tus fuerzas. (Marcos 12:30)*

II. RESTAURANDO RELACIONES HERIDAS

- A. Una relación puede resultar herida en varios niveles, desde ser levemente herido hasta profundamente roto. El espíritu de una relación puede resultar herido sin que la gente esté profundamente herida. En otras palabras, la confianza y la comunicación abierta pueden resultar heridas entre dos buenas personas que no están emocionalmente devastadas y disfuncionales. En otras palabras, esto se aplica a usted y a mí.
- B. Los signos de una relación herida incluyen un *espíritu cerrado* (no receptivo), *siendo guardado* (no dispuestos a compartir libremente), *comunicación tensa* (defensiva, argumentativa y sarcástica) y *resistencia al tacto* (un cónyuge o un niño con un espíritu herido se resiste a ser tocado).
- C. Una relación es herida mucho antes de que se rompa. Una relación rota requiere mucha más habilidad y atención para sanar. Un hermano ofendido habla de una persona en una relación familiar con usted, tal como un cónyuge, hijo, hermano, miembro de la familia extendida, amigo o un compañero de trabajo, etc. Se necesita sabiduría, esfuerzo y paciencia para ganar de una manera que hace que quieran abrir su corazón.

¹⁹ *El hermano ofendido es más tenaz que una ciudad fuerte... (Proverbios 18:19)*

III. PRINCIPIOS BÍBLICOS EN RESTAURAR UNA RELACIÓN HERIDA

- A. La forma más común de herir el espíritu de una relación es a través del habla perversa. El discurso perverso es más que un discurso sobre la inmoralidad (perversión), pero es el discurso que tiene un tono negativo y que es crítico, acusatorio, sarcástico y falta de ternura y afirmación.

⁴ *La lengua apacible es árbol de vida; Mas la perversidad de ella es quebrantamiento de espíritu. (Pr. 15:4)*

- B. El lenguaje corrupto daña nuestras relaciones al impartir gracia a la persona que está siendo corregida.

²⁹ *Ninguna palabra corrompida salga de vuestra boca, sino la que sea buena para la necesaria edificación, a fin de dar gracia a los oyentes.* ³⁰ *Y no contristéis al Espíritu Santo...* (Efesios 4:29-30)

²¹ *La muerte y la vida están en poder de la lengua...* (Proverbios 18:21)

- C. Una respuesta suave difunde la ira en la persona a la que hablas; sin embargo, un tono áspero lo aumentará.

¹ *La blanda respuesta quita la ira* (enojo); *Mas la palabra áspera (tono) hace subir el furor.* ² *La lengua de los sabios adornará la sabiduría; Mas la boca de los necios hablará sandeces* (enojos). ⁴ *La lengua apacible es árbol de vida; Mas la perversidad de ella es quebrantamiento de espíritu* (sentir sin esperanza). ²⁸ *El corazón del justo piensa para responder...* (Proverbios 15:1-4, 28)

- D. Hablamos de nuestras preocupaciones en el correcto; **tono, tiempo, espíritu y proporción** de afirmación y corrección.

- E. **Tono:** El tono de nuestra comunicación es uno de los temas importantes en la restauración de una relación. Un tono negativo incluye la ira, la actitud defensiva, la impaciencia (apresurarse la gente a responder), o un tono de mandar (instruir en lugar de escuchar), etc. El sarcasmo en nuestro tono de comunicación nos impide hablar nuestro corazón y ser escuchado por el que estamos hablando a. Expresar nuestro enojo con los suspiros y cerrando duras las puertas también obstaculiza todo el proceso de comunicación. El tono de la comunicación implica nuestro lenguaje corporal y expresiones faciales incluyendo hacer contacto visual o mirar alrededor (en el reloj, en nuestro teléfono o computadora).

- F. **El Tiempo**: Debemos tomar tiempo para comunicarnos y no hacerlo de prisa, o cuando estamos molestados por otros asuntos o cuando estamos enojados. No debemos compartir ciertas cosas enfrente a otras personas.
- G. **Un espíritu correcto**: Espere a que ambos estén sintiendo paz en vez de estar agitados, presionados o enojados. Muchas veces tenemos que esperar hasta un momento posterior antes de iniciar o responder a una corrección.
- H. **Proporción**: Una relación sana requiere alrededor de diez afirmaciones positivas a una negativa. No conduzca un "camión de diez toneladas" de corrección sobre un puente relacional que sólo puede soportar cinco toneladas. No debemos hablar más de su fracaso que de sus virtudes. Hablar a su deseo de grandeza y no sólo a su vergüenza de fracaso. Busquen quiénes son a los ojos de Dios y qué están llegando a ser. Sea agradecido por el bien en ellos y no sólo crítico de sus faltas.
- I. **Pedir al Señor**: Pídale al Señor que comprenda cómo usted faltaba de sensibilidad en la relación y cómo contribuyó a la relación herida en lugar de pedirle que cambiara a la otra persona. Pida una visión de cómo ve a su cónyuge, hijo, amigo o compañero de trabajo.
- ⁷ *Pedid, y se os dará; buscad, y hallaréis; llamad, y se os abrirá...* ¹² *Así que, todas las cosas que queráis que los hombres hagan con vosotros, así también haced vosotros con ellos...* (Mateo 7:7-12)
- J. **Pregunte a la persona**: Pídeles información sobre lo que estaban pensando, sintiendo, haciendo o deseando. Haga preguntas de la persona con quien está en tensión en lugar de comenzar con declaraciones de queja. Por ejemplo: "¿Qué estabas pensando o sintiendo cuando me dijiste...?" Pídeles ayuda. Por ejemplo, "Ayúdame a entender lo que escuché cuando me dijiste...".
- K. **Dígales lo que usted se siente**: Comience por decirles cómo se siente o lo que escuchó en lugar de hacer declaraciones sobre lo que hicieron mal. Por ejemplo, "Me sentí rechazado cuando dijiste..." o "Escuché decir que me querías fuera del equipo cuando dijiste..." "Siento que no estás contento conmigo".
- L. **Apelación**: Hacer apelaciones con un espíritu de mansedumbre al considerar y confesar nuestra propia debilidad.
- ¹ *Hermanos, si alguno fuere sorprendido en alguna falta, vosotros que sois espirituales, restauradle con espíritu de mansedumbre, considerándote a ti mismo, no sea que tú también seas tentado.* (Gálatas 6:1)
- M. **Confesando nuestras faltas**: La confesión es nuestra "ofrenda de amor". No digas: "Lo siento, *si* te he ofendido, pero digo que me arrepiento *porque* peque contra ti.
- ¹⁶ *Confesaos vuestras ofensas unos a otros (cónyuge)... para que seáis sanados...* (Santiago 5:16)
- N. Ponga su corazón para acercarse a la relación en sabiduría piadosa (Santiago 3:13-17).
- ¹³ *¿Quién es sabio y entendido entre vosotros? ...* ¹⁷ *Pero la sabiduría que es de lo alto es primeramente pura, después pacífica, amable, benigna, llena de misericordia... sin hipocresía.* (Santiago 3:13, 17)
1. **Dispuesto a ceder**: Estar dispuesto a ceder a su apelación por estar muy listo por asumir la responsabilidad de nuestras faltas e insensibilidad. Buscamos tener un espíritu enseñable para "escuchar" lo que están sintiendo en lugar de defendernos porque algunos de los detalles no son 100% exactos.
 2. **Lleno de misericordia**: Sea misericordioso con su fracaso, incluso cuando su perspectiva es incorrecta. Trate de escuchar su dolor y entender cualquier forma en la que contribuyó a ella.

- O. **Escucha atentamente**: Escuche atentamente sus palabras, dolores, temores y deseos no expresados. Entonces hable de nuevo a ellos lo que usted "oyó" ellos decir. Por ejemplo, "Parece que estás diciendo..." Esto les da la oportunidad de aclarar lo que escucharon. Honramos a la gente escuchando pacientemente su punto de vista en el conflicto.
- P. **Establecer límites**: Llegar a un acuerdo (cuando no hay un conflicto) a lo que las "condiciones" son en la relación que usted se compromete a dar unos a otros en términos de tiempo, servicio, comunicación, etc.
- Q. **Toda la verdad**: Algunas personas dicen: "Sólo quiero que la verdad salga". Deben recordar que la "verdad total" acerca de alguien incluye sus *virtudes* y no sólo sus *fracasos*. Recuerda que Dios no nos dice a ninguno de nosotros toda la verdad acerca de todos nuestros defectos: nos abrumaría.
- R. **Quejándose**: Se nos advierte que no permitamos que nuestras quejas dominen una relación. El quejarse continuamente hace que la gente quiera abandonar el equipo, interrumpir la relación e incluso tentar a los niños a abandonar su propia casa (Proverbios 14:1; 17:1; 19:13; 21:9, 19; 25:24). Este principio se aplica a todas las personas en muchos tipos diferentes de relaciones, no sólo las mujeres en sus hogares.

¹³... **gotera continúa las contiendas de la mujer** (cónyuge, pariente o amigo). (Proverbios 19:13)

⁹ **Mejor es vivir en un rincón... Que con mujer rencillosa...** ¹⁹ **Mejor es morar en tierra desierta Que con la mujer rencillosa e iracunda.** (Proverbios 21:9, 19)

¹ **Mejor es un bocado seco, y en paz, Que casa de contiendas llena de provisiones.** (Proverbios 17:1)

La mujer sabia (padre, líder) **edifica su casa** (equipo, grupo); **Mas la necia con sus manos la derriba.** (Proverbios 14:1)

IV. CONSEJO PRÁCTICO

- A. **Ganar**: Debemos recordar que *el que más ama* es el que *gana* en la corte de Dios.
- B. **Conseguir un árbitro**: Un árbitro puede ser muy útil para resolver conflictos a largo plazo. Esta es una persona que hace que ambas partes se escuchen (en lugar de interrumpir). Ellos hacen preguntas de ambos lados que son fáciles de perder de vista por las personas en el conflicto. Además, pueden dar una perspectiva que es imparcial porque no tienen nada que ganar o perder personalmente en el conflicto.
- C. **Escoge sabiamente tus batallas**: Será necesario entregar a algunas cosas. No gastes toda tu "equidad relacional" en cosas pequeñas que no mucho te importas. Esté dispuesto a perder una batalla para ganar la guerra. Para ganar las cosas más importantes, tendremos que entregar algunas cosas más pequeñas.
- D. **Mosquitos**: Jesús se refirió a "tragar mosquitos" (con vistas a problemas más pequeños) para evitar tragar camellos (perder la vista de los temas más grandes). Recuerde, siempre es desagradable tragar un mosquito.
- ²⁴ **!Guías ciegos, que coláis el mosquito, y tragáis el camello!** (Mateo 23:24)
- E. **Proverbios**: Lea Proverbios todos los días juntos en un matrimonio y / o con niños. Esta es la parte de la Escritura que destaca las habilidades de comunicación. Hay 31 Proverbios, así puedes leer el Proverbio que corresponde con la fecha en el calendario (Proverbios 15:28).