

## EL AMOR NO SE IRRITA

*Mejor es el lento para la ira que el poderoso y el que domina su espíritu que el que toma una ciudad. (Proverbios 16:32)*

### 1. EL AMOR ES TARDO PARA OFENDERSE Y RÁPIDO PARA PERDONAR.

#### a. Ser irritable significa “estar cerca de la punta de un cuchillo”. Es fácil pincharse.

- Las personas que son irritables están listas para reaccionar en forma exagerada
- El amor no se enoja ni se siente herido a menos que haya una razón legítima y justa a los ojos de Dios. Un esposo amoroso permanecerá tranquilo y paciente, demostrará misericordia y controlará su carácter. Una esposa amorosa no es demasiado sensible ni malhumorada sino que ejerce el dominio propio en el ámbito emocional. Elige ser la flor entre las espinas y responder bien en situaciones difíciles. Los hijos mantienen la armonía en el hogar siendo obedientes y respetando a sus padres y hermanos.
- Si caminas bajo la influencia del amor, serás una fuente de gozo en lugar de molestia. Hazte esta pregunta: “¿Soy una brisa tranquilizadora o una tormenta inminente?”

#### Preguntas:

- ¿Con cuánta facilidad te irritas y te ofendes?
- ¿Cuando algo va mal, aprovechan la situación con rapidez y expresan lo heridos o frustrados que se encuentran?

### 2. HAY DOS RAZONES CLAVES POR LAS QUE LAS PERSONAS SE VUELVEN IRRITABLES.

#### a. El estrés.

- El estrés te agobia, agota tu energía, debilita tu salud y te invita a estar de mal humor.
- Puede producirse por causas relacionales: las discusiones, la división y la amargura. Hay causas por exceso: trabajar demasiado, exagerar y gastar demasiado
- **Deficiencias:** no obtener suficiente descanso, nutrición o ejercicio. La presión creciente puede desgastar nuestra paciencia y nuestra relación.
- La Biblia puede ayudarte a evitar el estrés poco saludable. Te enseña a dejar que el amor guíe tus relaciones para que no tengas discusiones innecesarias (Colosenses 3:12-14)

#### b. El egoísmo.

- **Cuando estás irritable, el principal problema se encuentra en el corazón.** Jesús dijo: “De la abundancia del corazón habla la boca” (Mateo 12:34, RVR1995). Algunas personas son como los limones: cuando la vida los exprime, su respuesta es ácida. Y otras se parecen más a los duraznos: cuando hay presión, el resultado aún es dulce.
- **Enojarse con facilidad indica que hay un área escondida de egoísmo o inseguridad.**
- **El egoísmo tiene máscaras:**

- **La lujuria**, es resultado de ser desagradecido por lo que tienes y elegir codiciar algo prohibido. Cuando tu corazón es lujurioso, se frustrará y enojará con facilidad (Santiago 4:1-3).
- **La amargura**. El enojo sin resolver de una persona amargada se filtra cuando se la provoca (Efesios 4:31).
- **La codicia** de más dinero y posesiones hará que te frustres con deseos sin cumplir (¡ Timoteo 6:9-10). la insatisfacción, te llevan a arremeter contra cualquiera que se interponga en tu camino.
- **El orgullo** hace que actúes con dureza para proteger tu ego y tu reputación.

### c. SEÑALES DEL EGOISMO

- Cuando una persona esposo, hijo, pone sus intereses, sus deseos y sus prioridades antes que las de su familia, o personas que les rodean es una señal de egoísmo.
- Cuando una esposa se queja sin parar del tiempo y la energía que gasta para satisfacer las necesidades de su esposo, es una señal de egoísmo.
- Los actos de generosidad pueden ser egoístas si la motivación es jactarse o recibir una recompensa. Si haces algo bueno para manipular en forma deshonesto a tu esposo(a), hijos, amigos, compañeros trabajo o iglesia, sigues siendo egoísta.
- Elegir amar a los demás hará que digas “no” a lo que quieres para poder decir “sí” a lo que el otro necesita. Significa colocar la felicidad de tu pareja, familia por encima de la tuya.

**Conclusión:** El amor te llevará a perdonar en lugar de guardar rencor, A ser agradecido en lugar de codicioso, A conformarte en lugar de meterte en más deudas. Te recuerda que le des prioridad a la familia en vez de sacrificarlos por un ascenso en el trabajo. El amor disminuye tu estrés en cada decisión **Recibe el amor de Jesús que lo dio todo por ti en la cruz del calvario, recíbelo como Señor.**

#### ORACIÓN DEL PECADOR

*Señor Jesús reconozco que he pecado y que tú moriste por mí, hoy me arrepiento y te pido perdón. Te entrego mi vida y mi corazón para que seas mi Señor y mi Salvador, amén.*