



aguilascfc.org

FAMILIAS 
SALUDABLES

PERDÓN VS. CONFIANZA

Porque si perdonáis a los hombres sus ofensas, os perdonará también a vosotros vuestro Padre celestial. (Mateo 6:14-15 RV1960).

INTRODUCCIÓN: Vamos a tener que vivir esta vida aprendiendo a perdonar. A veces no es fácil perdonar, pero tenemos que hacerlo, a veces no sabemos ni cómo perdonarnos a nosotros mismos.

Las personas dicen que ya han perdonado a sus ofensores, pero el peso y la amargura de la ofensa están carcomiendo su corazón.

Estamos ofendidos y por esa razón se nos va la alegría y se nos va el gozo, alguien nos hizo una injusticia y eso nos da coraje.

Así que definitivamente tenemos que perdonar, dejar libre, soltar la carga, liberar el corazón. (Mt. 6:14)

1.- El perdón es inmediato, pero la confianza toma tiempo.

Cuando ha sucedido un hecho que derrumba una relación, ya sea de amistad, en la familia entre padres e hijos o de amor en un matrimonio, la parte afectada debe otorgar el perdón, pero el ofensor debe reedificar la confianza. El perdón es inmediato, pero recuperar la confianza toma tiempo y casi siempre es largo.

2.- El perdón es una decisión, pero la confianza es un proceso.

El ofendido puede perdonar ya, en un instante, pero la confianza es un proceso que tiene que pasar el ofensor y muchas veces no es nada fácil.

3.- El perdón es responsabilidad del ofendido, pero la confianza es responsabilidad del que ofendió.

La persona ofendida es responsable de otorgar el perdón rápidamente, pero así también, el ofensor es responsable de recuperar la confianza por todo el daño que causó.

4.- El perdón lo extiende el ofendido, pero la confianza la reconstruye el ofensor.

El ofendido no debe guardar raíces de amargura, pero el ofensor, el que traicionó, el que robó, el que fue infiel, debe edificar la confianza. El ofensor debe mostrar frutos de arrepentimiento, hacer cambios, no sólo demandar el perdón. (Mateo 7:15)

5.- El perdón es gratis, pero la confianza tiene un costo.

El perdón es gratis, no tiene costo, es como la salvación que no tiene costo, porque ya fue pagada con la sangre de Cristo, somos salvos por gracia. Pero la confianza requiere el precio de morir al yo, Jesucristo tuvo que morir al yo antes de morir en la cruz, hay un costo y como Él pagó el precio de morir, se le dio un nombre que es sobre todo nombre. ¿Has dañado a tu familia en las finanzas? Ahora te va a costar ganarte la confianza. Joven: ¿Le causaste dolor a tus padres, ingeriste drogas, te acostaste con alguien, etc.? Paga el precio y diles, “voy a llegar a la casa a la hora que me digan y no voy a frecuentar malas amistades”. Ahora debes mostrar con tu conducta, con humildad, con tu amor, con tu obediencia y con sumisión, un cambio.

6.- Se requieren años para construir la confianza, pero se puede perder en un minuto.

Se requieren años de estudios para lograr un título, pero en el minuto en que te descubren robando un cheque, pierdes el trabajo y la confianza. Años de matrimonio se pueden perder por el simple hecho de hablar mal de tu pareja. No traiciones a tu pareja revelando lo que te confió en privado, no le seas infiel.

7.- La confianza es lo que marca la diferencia entre un conocido y un esposo o una esposa. (Proverbios 17:17) Tu cónyuge no es alguien a quien conoces casualmente, es alguien que te va a amar todo el tiempo, tu pareja en el matrimonio debe ser tu mejor amigo, porque cuando hay un amigo hay confianza. La relación con tus hijos no debe ser una relación de conocidos. En la casa deben ser amigos, donde debe haber amor y donde se ha edificado la confianza. Tú hablas con los conocidos, pero tú confías en tu familia; joven, tus mejores amigos deben ser tus padres.

8.- ¿En qué personas puedes confiar?

(Marcos 11:25-26).

- Sé que esa persona nunca me va a rechazar.
- Puedo contar con esa persona.
- Esa persona no me va a traicionar.
- Esa persona guarda todo lo que le digo.

CONCLUSIÓN: *Debemos tener a Jesús en nuestro corazón para poder edificar familias fuertes. la Biblia dice que Dios viene por una iglesia santa, sin arrugas, dispuesta a morir al yo, sin falta de perdón, y que diga: “Señor perdóname, voy a ganar la confianza de nuevo”. Somos llamados a perdonar, debemos perdonar, pero también fuimos llamados a edificar y a mantener la confianza.*

ORACIÓN DE SALVACIÓN: *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 Salvador personal, amén.*

PREGUNTAS INTERACTIVAS:

- ¿Has hecho algo que ha roto la confianza en una persona?
- ¿Has traicionado a tu pareja o a un amigo a quien estimabas genuinamente?
- ¿Has sido deshonesto en tu trabajo?
- ¿Has robado o cometido algún otro delito?
- ¿Qué vas a hacer para ganarte de nuevo la confianza de esa persona ofendida?

APLICACIÓN PRÁCTICA:

- Dense un poco de tiempo para recapacitar y hacerse saber si entre ustedes o en su hogar hay alguna situación que haya ocasionado la pérdida de la confianza.
- Tracen un plan en lo individual para recuperar la confianza en la persona ofendida.

LA AMISTAD ES EL INGREDIENTE QUE DA SABOR A LA FAMILIA

*Pon la mirada en lo que tienes delante; fija la vista en lo que está frente a ti.
(Proverbios 4:25 NVI)*

INTRODUCCIÓN: La amistad es el ingrediente que hace divertido el matrimonio y el hogar. El problema de los matrimonios es que le hemos quitado la diversión y a veces se ha convertido sólo en una obligación, igual, los hijos no quieren estar en casa porque se ha ido la diversión. Hace falta la amistad.

1. ¿CÓMO CULTIVAR LA AMISTAD Y LLEGAR A SER VERDADERAMENTE AMIGOS EN EL HOGAR?

No hay amistad sin comunicación. La cantidad de comunicación es relativa a la cantidad de amistad, por ejemplo, si hay mucha comunicación, por lógica hay mucha amistad, por el contrario, si hay poca comunicación, habrá poca amistad. El problema con los matrimonios es que comienza con mucha comunicación y con los años va decreciendo y poco a poco se van distanciando.

A veces los hijos tienen más comunicación con sus amigos que con sus padres.

2. ¿QUÉ HACER PARA CULTIVAR LA COMUNICACIÓN?

- **Préstame tus ojos.** “Cuando hables conmigo mírame a los ojos”.
- **Préstame tus oídos.** “Escúchame cuando hables conmigo”. El hablar antes de escuchar es falta de sabiduría y falta de respeto. Todo

esposo (a) que no escucha es una persona necia. Cuando escuchamos le damos la oportunidad a la otra persona que se desahogue, cuando no escuchamos hacemos sentir mal a las personas, al cónyuge, a los hijos, etc. (*Santiago 1:19*) (*Proverbios 18:13*)

- **Préstame tu cerebro.** “Ponme atención cuando hablamos”.

3. CONSEJOS PARA TENER UNA BUENA COMUNICACIÓN:

1. **Ten una comunicación honesta.** No cuentes lo que te dicen en privado, son cosas sensibles y vulnerables para la persona que te lo confió.
2. **No te precipites a tomar conclusiones de lo que te dicen.**

4. COSAS QUE CORTAN LA COMUNICACIÓN:

- Evita el ultimátum, no amenazas, sigue conversando.
- Nunca uses las palabras: “siempre”, “nunca”, “todos”, “nadie”.
- Nunca compares a tu cónyuge o a tus hijos con otras personas.
- No mantengas un récord de los errores de tu pareja.
- No te conviertas en una persona imposible de agradar. Solo Dios puede llenar tus vacíos. No hagas responsable a tu cónyuge de hacerlo.

5. COSAS QUE DEBEMOS CONOCER DE NUESTRA PAREJA:

- **Conoce el temperamento o personalidad de tu esposo (a).** (Sanguíneo, colérico, flemático, melancólico)
- **Conoce el llamado de tu pareja.** No puedes arruinar el plan de Dios por andar con niñerías. Al conocerlo te ayudará a madurar, Ayudará a no centrarte en ti mismo, sino en cumplir el propósito de Dios.
- **Conoce el lenguaje del amor de tu pareja.** (Tiempo de calidad, palabras de afirmación, regalos, toque físico, y actos de servicio) a unos les gusta ir de compras, ver una película, ver deportes, etc.

CONCLUSIÓN: ¿Quién quiere un matrimonio o una familia aburrida? Los hijos quieren abandonar la casa porque ya la consideran aburrida. Si no trabajamos en la comunicación y en la amistad con nuestros hijos y con nuestros cónyuges, poco a poco nos veremos distanciados.

Fomenta la comunicación entre todos los miembros de tu familia y verás que al mismo tiempo aumentará la amistad.

ORACIÓN DE SALVACIÓN: *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 Salvador personal, amén.*

PREGUNTAS INTERACTIVAS:

- ¿Has notado que haya falta de comunicación en tu familia, con tus hijos o con tu pareja?
- ¿Podría haber también falta de comunicación en tu centro de trabajo?
- ¿Qué podrías hacer esta semana para mejorar la comunicación con tus seres queridos?
- ¿Qué piensas hacer para mejorar la comunicación con tu esposo o esposa?

APLICACIÓN PRÁCTICA:

- Tomen algunos minutos para analizar algunos signos o síntomas de falta de comunicación en las relaciones humanas.
- ¿Qué actividades proponen para mejorar la comunicación en sus respectivas familias?

LA AMISTAD ES EL INGREDIENTE QUE DA SABOR A LA FAMILIA (Parte II)

*Pon la mirada en lo que tienes delante; fija la vista en lo que está frente a ti.
(Proverbios 4:25 NVI)*

INTRODUCCIÓN: Dios quiere que tengamos éxito en la vida familiar, y uno de los ingredientes que necesitamos para hacer divertido el matrimonio y el hogar es la amistad.

1. ¿QUÉ ES EL ÉXITO EN LA VIDA FAMILIAR? (Proverbios 17:17 RV1960).

Para los miembros de Águilas Centro Familiar Cristiano, es tener relaciones saludables. Aceptando a todos los miembros de nuestra familia, comprendiendo nuestro rol en ella y cumplir con nuestras responsabilidades.

- Recuerda que no hay amistad sin comunicación (préstame tus ojos, oídos, cabeza y tu corazón).
- No hay amistad sin tiempo.
- No puede haber amistad si no me prestas tu corazón.
- En el matrimonio también debemos prestar nuestro corazón y no ser como robots. Hay muchos problemas en el matrimonio por no escuchar con el corazón. Jesucristo dijo: **Dame, hijo mío, tu corazón...** (Proverbios 23:26 RV1960)

2. CONSEJOS PRÁCTICOS PARA MEJORAR LA AMISTAD Y EL MATRIMONIO:

- **Encuentren un gusto de interés común.** Esto no es fácil, ya que a algunas personas les gustan hacer algunas actividades y a los demás les gustan hacer cosas diferentes.
- **Compartan tiempo de calidad.** Recuerda que no importa tanto la cantidad de tiempo que los padres pasen con sus hijos, o el esposo con la esposa, sino la calidad de este. Usa el tiempo con tus seres queridos de la mejor manera, que ellos recuerden esa experiencia contigo como algo único.
- **Ayúdense a edificar sus vidas sobre el mismo fundamento.** Tienen que ponerse de acuerdo ¿En qué van a edificar su vida? (Amós 3:3 RV1960)
- **Miren siempre las virtudes de su cónyuge, de sus hijos, o de sus padres.** No se enfoquen en lo negativo, todos tenemos virtudes, enfócate en eso.
- **Caminen en perdón continuo como un estilo de vida.** (Mateo 18:21-22 RV1960) El perdón debe ser un estilo de vida si queremos tener relaciones fuertes y saludables en el hogar.

3. DINÁMICA:

- Cada miembro de la CDP tome un pequeño papel y califiquen del 1 al 10 los siguientes lenguajes del amor: (dependiendo que tan importante es para ti que tu familia te demuestre amor de esa forma).
 1. Actos de servicio
 2. Palabras de afirmación
 3. Tiempo de calidad
 4. Regalos
 5. Toque físico
- Piensen en una cosa que les gustaría que su esposo(a) cambiara y escríbanlo. (Doblen su papel y en privado, entréguelo a su pareja)
- **Hagan esta oración en grupo:** (Solteros hagan su pacto con Dios y pídanle la gracia para que cuando se casen les permita hacer esto).

“Señor Jesús, Necesito tu gracia para cambiar esto que dice mi esposo(a), o mis hijos que quieren que cambie, dame tu gracia para ser quienes ellos necesitan que yo sea y dame tu gracia para hablar el lenguaje del amor de mi familia, de mis hijos, de mi esposa(o), dame tu gracia porque humanamente no puedo, amén”.

CONCLUSIÓN: *Pidamos al Señor que nos ayude a ser mejores esposos (as), que nos ayude a ser mejores padres, que nos ayude a ser mejores hijos. Edifiquemos nuestra familia en el poder sobrenatural de Dios. Pero primero necesitamos a Jesús en nuestro corazón, para que también pueda Él ser el centro de nuestra familia.*

ORACIÓN DE SALVACIÓN: *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 Salvador personal, amén.*

PREGUNTAS INTERACTIVAS:

- ¿De qué manera práctica podrías prestarle tu corazón a tu cónyuge?
- ¿Conoces cuál es el lenguaje del amor principal de tu cónyuge, hijos, o padres?
- ¿Qué podrías cambiar tú para mejorar tu relación con tu pareja, hijos o padres?
- ¿Qué piensas hacer para ganar matrimonios para Dios en la Ciudad de Las Vegas?

APLICACIÓN PRÁCTICA: Oren en la Casa de Paz por fortalecer la amistad en los matrimonios y con los hijos, y para que las personas solteras en edad de casarse encuentren pareja temerosa de Dios y con un propósito definido.

PERDÓN VS. CONFIANZA

Parte II

Porque si perdonáis a los hombres sus ofensas, os perdonará también a vosotros vuestro Padre celestial. (Mateo 6:14-15 RV1960)

INTRODUCCIÓN: El perdón es el hecho de disculpar a otra persona por una acción que se puede considerar una ofensa. Al perdonar se renuncia eventualmente a tomar venganza, reclamar castigo o restitución.

El perdón es un interés superior que busca restablecer las relaciones entre el ofensor y el ofendido, sabiendo que la ofensa no se olvida, pero el perdón beneficia tanto al ofensor como al ofendido trayendo paz a sus corazones y además a la sociedad, pues contribuye a la paz, a la cohesión y evita espirales de venganza.

1. ¿Es lo mismo el perdón que la confianza? Definitivamente no, el perdón es inmediato, la confianza lleva tiempo.

2. ¿Cuáles son las señales para saber que yo ya he perdonado?

Sé que ya he perdonado, no porque no recuerde lo que me hicieron, sino porque cuando recuerdo lo que me hicieron ya no me duele, ya no me hiere, ya no me enoja, ya no me llena de amargura.

3.- ¿Qué debo hacer con aquellos que no aceptan mi perdón?

“Yo ya le pedí perdón y no me quiere perdonar o yo ya perdoné, pero no quieren aceptar mi perdón ¿Qué hago?” Una vez que nosotros ya hayamos pedido perdón o que hayamos perdonado, si la persona no quiere perdonar o reconocer su propia falta, el problema ya es entre esa persona y Dios.

4.- ¿Debo aguantar los maltratos de aquellos que me ofenden constantemente? (Mateo 18:21-23)

La respuesta es: No, pero entonces: ¿Debo soportar a alguien que me está abusando físicamente, verbalmente, sexualmente, a alguien que me está martirizando, esclavizando, porque eso significa el perdón? No.

Debemos perdonar a las personas todas las veces que sea necesario, pero debemos apartarnos de ellas para evitar situaciones peligrosas, y para eso están las leyes.

TESTIMONIO DE LOS A. RAMÍREZ:

Ellos vivieron precisamente el proceso del perdón y la confianza. Aparentemente tenían todo económicamente, pero, después de veintiún años de matrimonio sufrieron un fuerte golpe. Dieciocho años él estuvo en el alcoholismo y drogadicción, y le ayudó a dejarlo un grupo secular. Después de eso, les fue muy bien económicamente, pero el amor al dinero provocó la destrucción en su matrimonio, además hubo infidelidad, lo que causó la separación entre ellos y la pérdida de todos sus bienes. La infidelidad fue muy dolorosa para ella, porque la hizo sentirse desplazada por otra mujer, sentía que no valía nada, se sintió rechazada, pensando que la otra

mujer era mejor que ella, etc. Todo eso hizo que ella buscara de Dios y fue como llegó a ACFC. Pasó un tiempo de depresión, pero sus mentores fueron clave para que ella y su hija se levantaran y a través del servicio a Dios, las prédicas y los retiros ayudaron a sanar sus heridas, al grado de que cuando él iba a su casa, ella no lo trataba mal. Fueron dos años que ellos estuvieron separados, y durante ese proceso ella nunca dejó de servir, y tenía su casa de paz.

Al mismo tiempo su esposo también comenzó a llegar a la Iglesia, se fue a dos retiros buscando también su sanidad, pero ella no le hablaba en ese tiempo, pues ella entendió su valor y no iba a ser fácil regresar con él, aunque el perdón estaba llegando, pero la confianza se la tenía él que ganar. Él por su parte cuenta, que lo que más le dolió en ese proceso fue pensar que ella no merecía todo el daño que él le causó porque era una buena esposa. También dice que el alcoholismo que tuvo dañó a sus hijos provocando mucho resentimiento hacia él, y ese resentimiento llevó al hijo mayor a las drogas..... Continuará

PREGUNTAS INTERACTIVAS:

- ¿Cuál es la diferencia entre perdón y confianza?
- ¿Cómo puedes saber si ya has logrado perdonar?

- ¿Qué debes hacer con aquellas personas que no te quieren perdonar y no aceptan tu perdón?
- ¿Debes soportar maltrato y humillaciones porque eso significa el perdón?

CONCLUSIÓN: El perdón es necesario para ser feliz, para tener paz, y para que Dios también pueda perdonarnos a nosotros. Nos conviene perdonar; además de que a través del perdón y la intervención divina de Dios se puede restaurar cualquier relación dañada, o rota, cualquier matrimonio destruido, pues nada es imposible para Él; solo necesitas reconocer que sin Dios no lo puedes hacer, por lo que debes invitar a Jesús entrar a tu corazón.

ORACIÓN DE SALVACIÓN: *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 Salvador personal, amén.*

APLICACIÓN PRÁCTICA: Sin hacer públicas las situaciones de cada uno de ustedes, realicen una oración por todos los miembros de la Casa de Paz y en particular para que Dios sane las heridas de aquellos que aún tienen falta de perdón por lo que sufrieron en el pasado.

PERDÓN VS. CONFIANZA

Parte III

Porque si perdonáis a los hombres sus ofensas, os perdonará también a vosotros vuestro Padre celestial; (Mateo 6:14-15 RV1960)

INTRODUCCIÓN: Recordemos que la enseñanza pasada estuvimos aprendiendo que el perdón se tiene que dar, pero la confianza el ofensor se la tiene que ganar, es un proceso; pero no tenemos que permanecer con una persona con la que corremos peligro. Al final estuvimos viendo el testimonio de los A. Ramírez, como Dios obró en su familia después de tanto daño, y hoy seguiremos aprendiendo del testimonio de ellos.

TESTIMONIO DE LOS ANC. RAMÍREZ:

AGJ: ¿Qué puede hacer una persona que está o estuvo envuelta en problemas de alcoholismo o drogadicción?

AJR: Primero dejar de tomar. Cuesta mucho dejar de tomar o usar drogas, pero ese es el inicio de la recuperación. Dejar de tomar sólo es el comienzo, después sigue el trabajo de ganar la confianza de tu pareja, como con los hijos. Porque a veces creemos que, porque ya se deja el vicio, nuestra familia tiene que tratarnos como reyes; cuando en realidad apenas comienza el proceso de restauración y el cambio de persona para recuperar de nuevo la confianza.

AGJ: ¿Qué es lo mínimo que puede hacer un hombre que ha dañado a su familia a través de una infidelidad?

AJR: Primero, estar consiente que después de la infidelidad, aunque se otorga el perdón las cosas no van a ser

igual que antes, por eso, hay que trabajar para ganarse la confianza de la pareja, y recordar que lo que Dios unió, nadie lo puede separar y tomar la decisión de amar.

AGJ: Desde el punto de vista de la mujer: **¿Qué puede hacer un hombre para ayudar a restaurar su relación luego de cometer infidelidad?**

APR: Hacer lo que nunca había hecho, como, por ejemplo, las muestras de cariño, pero hacerlo con convicción, no sólo como una actitud para que ya no lo estén atosigando, si vas a llevar flores, hacerlo de corazón. Demostrar con hechos que de verdad ama a la esposa y que ella es importante para él.

AGJ: ¿Qué le puede ayudar a la mujer ofendida, si ese es su caso?

APT: Algo que me enseñaron a mí y que nunca se me olvidó es: orar por él, si en verdad quieres recuperar tu matrimonio ora por él para que Dios haga lo tenga que hacer.

AGJ: ¿Fue esencial el Señor Jesucristo para esta restauración?

APR: Definitivamente sin el Señor no hubiéramos podido hacer nada. Yo sé que probablemente hay gente que puede estar pasando por lo mismo, pero si tú estás en esta CDP es porque Dios te trajo aquí con un propósito. Sólo déjate guiar por un mentor; y como mujeres, seamos sabias y no hablemos con cualquiera de nuestros problemas, sino busquemos la ayuda en alguien que lo va a ayudar a través de la Palabra de Dios.

AJR: Definitivamente que solo Dios puede hacerlo, pues el grupo secular me ayudó a dejar de tomar, pero todavía había muchos problemas en la raíz de mi corazón, y ahí es donde Dios entró a sanar y se produjo un verdadero cambio.

AGJ: ¿Hay posibilidades de lograr un verdadero perdón? AJR: Si lo hay, pero debe haber disponibilidad de ambas partes,

la casa no debe seguir siendo un campo de batalla

AGJ: ¿Crees que haya logrado el perdón?

AJR: Yo creo que sí, pues mi esposa no volvió a sacar el pasado, ahí es donde se ve la sanidad del corazón. Porque si ella hubiera dicho que me perdonó, pero, hubiera seguido sacando a relucir el pasado, quizá ahorita no estuviéramos aquí.

AGJ: ¿Qué tan importante fue la ayuda de Jesucristo para lograr la restauración del matrimonio de tus padres?

HIJA: Él fue el fundamento de todo. Cuando pasaron todos los problemas, mi madre y yo nos refugiamos en Jesús, en servirle a Él de todo corazón, y gracias a mi madre que se puso en la brecha a orar y buscar de Dios poniéndolo en primer lugar, es que hoy podemos ver como el matrimonio y la familia fueron restaurados.

AGJ: ¿Qué se le puede decir a alguien que puede estar enfrentando problemas de separación o divorcio en el matrimonio de sus padres?

HIJA: Algo en lo que yo como hija fallé, pero aprendí de eso, fue en lanzarle a mi papá en su cara sus errores, cuando yo me enteré del engaño, yo le reprochaba mucho; pero lo mejor que pudiéramos hacer es preguntarles; ¿Qué puedo hacer para ayudarlos? Los hijos deben orar por sus padres y deben verlos como Dios los ve, declarar la Palabra sobre ellos, sobre su matrimonio de que lo que Dios unió no lo separará nadie.

AGJ: Recuerden que cuando los padres pasan por una infidelidad no es culpa de los hijos, no deben sentir carga por eso.

AGJ: Cómo hija herida por la traición de tu padre ¿qué te ayudó a sanar?

HIJA: El estar en la iglesia sirviendo a Dios fue lo que me llenó, en lugar de estar en el

cuarto encerrada llorando; el poder sentirte útil. El encontrar una familia en Cristo que siempre te apoya.

AGJ: Por eso es bien importante unirse a una casa de paz, a un discipulado, a la red de jóvenes.

CONCLUSIÓN: *Quizá en tu casa no hay problemas de vicios, ni de infidelidad, pero quizá hay falta de amor, de atención, o malas actitudes, pero Dios quiere restaurar tu familia. Él no quiere que se destruyan los hogares, sino quiere que las familias estén saludables y pondrá personas interesadas en ayudar, cubrir las necesidades y levantarte cuando no quieres ni siquiera salir de la cama, esas personas bellas fueron puestas por Dios para que no te dejes derrumbar. Pero debes comenzar por poner a Dios como fundamento entregándole tu vida, y tu corazón si aún no lo has hecho.*

ORACIÓN DE SALVACIÓN: *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 Salvador personal, amén.*

PREGUNTAS INTERACTIVAS:

- ¿Estás enfrentando algún problema en tu relación matrimonial o familiar?
- ¿Has buscado ayuda en tu iglesia o en tu Casa de Paz?
- ¿Tienes un mentor con quien abrir tu corazón?

APLICACIÓN PRÁCTICA: Oren por la reedificación de los matrimonios y hogares en su Casa de Paz, declaren que las familias son sanas y superan con la ayuda de Dios cualquier prueba que estén enfrentando, oren por las madres solteras para que Dios les de Sabiduría y fortaleza, oren por la sanidad de los que atravesaron un divorcio, oren por los hijos que fueron dañados por un divorcio en el pasado.

¿CÓMO RESOLVER LOS CONFLICTOS DE MANERA SALUDABLE?

“Al orgullo le sigue la destrucción; a la altanería, el fracaso” (Proverbios 16:18)

INTRODUCCIÓN: Sabemos que en este mundo todos vamos a tener desacuerdos, problemas, y dificultades en el hogar, y crecimos viendo como las personas “arreglan” los problemas, (ya sean nuestros padres, o a falta de estos, los tíos, los abuelos, vecinos, etc.) y creímos que la forma de tener la razón es con gritos o poniéndose los guantes, porque eso es lo que vimos, y llegamos al matrimonio queriendo hacer lo mismo y como padres no sabemos cómo educar a nuestros hijos, ni cómo influenciarlos y terminamos haciendo lo mismo que los demás.

1. ¿CÓMO UN DESACUERDO SE CONVIERTE EN UN MONSTRUO?

- Si no sabemos arreglar los conflictos rápida y bíblicamente se van a convertir en un monstruo.
- ¿Sabes por qué fracasan los matrimonios? Por la altanería y el orgullo (**Proverbios 16:18**) porque no sabemos cómo resolver los conflictos de manera saludable.
- Uno de los valores en esta iglesia son las relaciones saludables: **“Vamos a resolver toda situación, rápidamente, bíblicamente, con respeto, con dignidad y con gracia”**
- El problema es cuando los conflictos no se resuelven de manera adecuada. Es como una infección que se infecta y se va poniendo grave, después se convierte en gangrena y a veces se tiene que amputar una parte del cuerpo, y así sucede también en los matrimonios, con los conflictos que no se resuelven de manera bíblica y se

convierten en una infección, y termina en la separación de los miembros de la familia, donde los hijos prefieren irse de la casa porque no soportan la situación.

2. ¿QUÉ SUCEDE CUANDO NO SE ARREGLAN LAS COSAS RÁPIDAMENTE, BÍBLICAMENTE Y CON DIGNIDAD?

- **Viene la etapa de la retracción.** Donde los esposos ya no se tienen confianza y surge el temor, prefieren no hablar del tema y se retraen.
- **Luego viene la etapa de la inflamación.** En esta etapa las personas no ventilan los problemas, o no los comunican saludablemente, se guardan todo adentro y se convierte en un volcán por dentro que va creciendo e inflamando. Hay poca paciencia, hay intolerancia, caras feas y acumulación de coraje y frustración. Por no hablar el problema, se va empeorando.
- **Le sigue la etapa de la desvalorización.** El hombre ya no valora a la mujer como antes, la pareja sigue en la misma casa, pero ya no se valoran, y el hombre prefiere más a sus amigos, la cantina, etc. Pero mientras más lejos esté de sus amigos, más cerca estará de su pareja; mientras más cerca esté de los malos ambientes, más lejos estará de su familia y comenzará la separación.
- **La cuarta etapa es la exageración.** Se comienza a exagerar los errores de la otra persona y la miras como un monstruo, es la misma persona, pero ahora la vez con ojos de destrucción.

Lo que antes te gustaba de tu pareja, ahora te molesta, entonces vuelve el ciclo de la retracción, inflamación, desvalorización y por ende muchas veces termina en la separación.

TESTIMONIO DE LOS A. ZELAYA:

Tienen más de 22 años de casados y más de diez años que llegaron a la Iglesia. En el pasado él fue infiel y eso vino a causar los problemas grandes en su matrimonio. Ella se sintió desvalorizada y no podía perdonarlo, por lo que le pidió el divorcio a él. Comenzaron los gritos, amenazas, peleas y desacuerdos. Ella tenía sentimientos encontrados cuando llegaron a la iglesia, porque miraba el arrepentimiento de él, y ella lo amaba, por un lado, pero a veces le deseaba lo peor. El proceso del perdón duro alrededor de un año y medio, durante el cual hubo insultos, rechazos, reclamos, reproches de parte de ella hacia él. No fue fácil para ninguno de los dos. Pero él se esforzaba diariamente por recuperar a su esposa con atenciones, y se refugiaba en la oración a Dios. Algunas de las cosas que hizo mal ella y no ayudó a mejorar la situación, fue dejarle de hablar a él hasta por tres días y dormir separados sin hablar del asunto.

¿QUÉ LES AYUDÓ?

- Lo que le ayudó a ella a perdonar, fue acercarse a Dios, ir a un retiro, servir y leer un libro que le regalaron del perdón, que lo leyó todo en un día.
- A él le ayudó a sobrepasar este proceso la oración y la intercesión, porque ahí descansaba en la presencia de Dios y salía fortalecido.
- Dios restauró su matrimonio. A ella ya no duele recordar esa situación, él

pudo sentirse amado nuevamente por ella.

- El consejo que les dan a los que están pasando alguna situación difícil en el matrimonio es que busquen a Dios, que tengan una relación con él, que oren, que trabajen en la comunicación entre ellos, que vayan a un retiro, que lean la Biblia. ***Hacer lo posible, que Dios hará lo imposible.***

PREGUNTAS INTERACTIVAS:

- ¿Estás en tu matrimonio en alguna de las etapas que se mencionaron?
- ¿Estás teniendo o has tenido algún conflicto que tengas que resolver con tu familia?
- ¿Usas el método de los gritos y las amenazas para resolver los conflictos?
- ¿Crees que te ayudaría a resolver los problemas de manera saludable, el aplicar lo que hoy aprendiste?

CONCLUSIÓN: *Debemos aprender a resolver toda situación, rápidamente, bíblicamente, con respeto, con dignidad y con gracia. Es importante determinar si ya llegamos a alguna de las etapas mencionadas anteriormente y buscar ayuda de manera oportuna, no darse por vencidos, darse la oportunidad como matrimonio de ser tratados por Dios en su corazón.*

ORACIÓN DE SALVACIÓN: *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 Salvador personal, amén.*

APLICACIÓN PRÁCTICA: Compartan las diferencias que han vivido entre arreglar un conflicto de la manera tradicional y la manera bíblica.

COMO RESOLVER LOS CONFLICTOS USANDO LA TÉCNICA “PELEA”

Vivan todos ustedes en armonía unos con otros, sean comprensivos, ámense como hermanos, sean compasivos y humildes. (1 Pedro 3:8 NVI)

INTRODUCCIÓN: ¿Cuántos de nosotros hemos tenido desacuerdos en la vida matrimonial? Es normal, somos diferentes, pero el problema es dejar que se infecten esos problemas y se conviertan en un monstruo.

1. ACRÓSTICO “PELEA” PARA RESOLVER CONFLICTOS.

Pon tus ojos en los de tu pareja. Aprende a prestar tus ojos cuando tengas un disgusto, ¿Cuántos nos hemos visto tentados a abandonar una discusión cuando aún no terminamos de solucionarla? Evita la tentación y pon tus ojos en tu pareja.

Evita las cosas destructivas. Cuando estemos en un argumento no le echemos más leña al fuego, al contrario, seamos más compasivos y pacientes.

- **Evita sacar las cosas del pasado.** Ya no saques lo de hace diez años.
- **Evita salirte del tema.** Ya enojados tendemos a abordar otros problemas. Evítalo.
- **Evita a toda costa el maltrato físico.** No hay justificación para los golpes en el matrimonio. Basta de nuestras culturas salvajes de las que veníamos, donde pensábamos que con las manos se arreglaban las cosas. Dios nos hizo inteligentes para arreglar las cosas con amor, con humildad, y con palabras.

Lengua controlada. (Santiago 3:2-9 NVI).

Cuando discutes acaloradamente controla tu lengua, no maltrates verbalmente, cuando hay agresión verbal se cruza una línea en la cual se pierde el respeto. No hay necesidad de gritar, si se cambia el tono, pero no debes gritar, ni agredir con malas palabras.

- Haz un pacto con tu cónyuge para no volver a cruzar esas líneas.
- Pide perdón con humildad si has ofendido con tus palabras.

Estrecha las manos. Cuando tengas discusiones con tu pareja o incluso con los hijos, termina de arreglarlas. Pueden tomar un descanso de algunos minutos, pero nunca deben dejarlo inconcluso. Asegúrense de terminar y resolver el asunto y al final estrechen las manos. Eso ayuda, porque cuando ha habido mucho enojo estamos dañados y aprehensivos, y el toque algo provoca, trae sanidad. Eso te va a abrir la puerta a la solución. Abraza a tu cónyuge o a tus hijos. (Efesios 4:26-27 TLA)

Alaben a Dios por la victoria. Toma los problemas como una oportunidad para acercarte y comunicarte con las personas, en este caso con tu pareja o tus hijos.

2. ALGUNOS TIPS QUE TE AYUDARÁN A SOLUCIONAR LOS CONFLICTOS DE MANERA SALUDABLE:

- **Aprende a mantener la calma.**

Si tú pierdes la calma no vas a solucionar nada. ¿Qué es lo primero que recomiendan las autoridades cuando hay un incendio? Que mantengan la calma. Uno de los dos en el matrimonio necesita aprender a mantenerse ecuánime.

- **Aprende a atacar el problema, no a las personas.**

tienes que aprender a decir: “voy a atacar el problema, no a mi esposo (a)” Si el problema es el dinero, ataca al dinero, no al esposo.

- **Aprende a escuchar.**

¿Cuántos de nosotros nos sentimos comprendidos cuando nos escuchan? ¿Cuántos odiamos cuando nos han mandado a volar sin antes habernos escuchado? Con solo cinco minutos que escuches a tu esposa el nivel de enojo va a bajar.

- **Aprende a pedir disculpas.**

A veces todo lo que la pareja necesita es una disculpa y con eso se acaba el problema.

- **Aprende a no tomar las cosas personales.** (*Proverbios 15:1 NTV*)

¿Cuáles de las dos son las que utilizan mas en casa? ¿las ásperas o las apacibles? A veces somos apacibles con otros, pero en la casa con el esposo (a) y los hijos, no.

CONCLUSIÓN: *Cada vez que resolvemos un problema en pareja, nos une más. Por un disgusto no podemos echar por la borda el matrimonio. Resolver conflictos no es fácil, y hacerlo rápidamente, bíblicamente, con respeto, con dignidad y con gracia, es difícil, pero es posible con Dios y los resultados son mucho más beneficiosos. Pídele a Dios que te ayude y si no lo habías dejado entrar a tu vida, haz la siguiente oración:*

ORACIÓN DE SALVACIÓN: *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 Salvador personal, amén.*

PREGUNTAS INTERACTIVAS:

- ¿Has dañado con tus palabras a tus seres queridos?
- ¿La próxima vez que enfrentes un problema en tu matrimonio pensarás en resolverlo en la forma PELEA?
- ¿Hay alguna persona a la que le tienes que pedir perdón por haberla atacado en lugar de atacar el problema?

APLICACIÓN PRÁCTICA:

- Oren en la Casa de Paz para que en el futuro todos los miembros busquen la forma de resolver conflictos de la manera en que hemos aprendido hoy y abandonen la forma tradicional, la de los gritos y las agresiones, recuerden esta pregunta: ¿Cómo resolvería Jesucristo este problema? Y resuélvanlo de la misma forma.
- Pidan perdón a la persona que han lastimado y hagan un pacto con sus seres queridos para no cruzar las líneas del respeto a la hora de solucionar los conflictos.



Hay un lugar para ti!