

**Lección 10:** Para el 8 de junio de 2019

# TIEMPO DE DIFICULTADES



Sábado 1º de junio

**LEE PARA EL ESTUDIO DE ESTA SEMANA:** Mateo 7:5; Efesios 1:7; Filipenses 2:4-8; Efesios 4:26, 27; Santiago 1:19, 20; Colosenses 3:19; Mateo 7:12.

**PARA MEMORIZAR:**

"Airaos, pero no pequéis; no se ponga el sol sobre vuestro enojo" (Efe. 4:26).

**H**asta las mejores familias pasan por momentos de lucha, de conflicto. Es solo una de las realidades de la vida en un mundo caído. Hay cosas sencillas, como a quién le toca sacar la basura, si tu hija adolescente terminó su tarea escolar o si tu hijo hizo sus quehaceres. Son cuestiones molestas pero relativamente menores, que en general pueden resolverse con un mínimo de trastorno. Pero hay otros problemas que pueden amenazar con alterar la vida familiar. Los suegros que con su abuso y manipulación amenazan con destruir el matrimonio de una mujer y su salud; el padre con una enfermedad mental que abusa de sus hijos; el hijo que deja atrás toda su educación religiosa para entregarse a un estilo de vida promiscuo; o la hija que se vuelve drogadicta.

En el Nuevo Testamento, en reiteradas ocasiones se nos dice que debemos amarnos unos a otros (Juan 13:34; Rom. 12:10); vivir en paz y armonía unos con otros (Rom. 15:5; Heb. 12:14); ser pacientes, amables y tiernos entre nosotros (1 Cor. 13:4); considerar a los demás como mejores que nosotros (Fil. 2:3); y ser tolerantes unos con otros (Efe. 4:2). Por supuesto, todo esto es más fácil decirlo que hacerlo, incluso con nuestros propios familiares. En esta lección, veremos algunas formas de ayudar a apaciguar los momentos de dificultades, especialmente en la familia.

## LOS CONFLICTOS

**Lee Mateo 7:5 y Proverbios 19:11. ¿Qué dos principios importantes pueden ayudarnos a evitar conflictos con los demás?**

El autor de Proverbios hace una observación muy astuta: “Iniciar una pelea es romper una represa; vale más retirarse que comenzarla” (Prov. 17:14, NVI). Una vez iniciado, un conflicto puede volverse increíblemente difícil de resolver. Según Romanos 14:19, podemos prevenir conflictos siguiendo dos cosas: “Todo lo que conduzca a la paz y a la mutua edificación” (NVI). ¿Cuánto más importantes son estos principios para la armonía familiar?

A veces, cuando admites tu responsabilidad en un conflicto, puedes lograr que la otra parte se suavice. Da un paso hacia atrás, y considera si incluso es una batalla que merezca la pena librarse. Proverbios dice: “La cordura del hombre detiene su furor, y su honra es pasar por alto la ofensa” (Prov. 19:11). Al mismo tiempo, plantéate qué trascendencia tendrá esto en tu vida en tres días. Mejor aún, ¿qué impacto tendrá en cinco o diez años? ¿Cuántos matrimonios, por ejemplo, han tenido dificultades por cuestiones que hoy parecen tan triviales?

En lugar de dejar que el conflicto se prolongue durante mucho tiempo, al hablar con la otra persona, con un cónyuge, un hijo, un amigo o un compañero de trabajo, quizá tú mismo desees definir claramente el problema o el tema en discusión y centrarte inmediatamente en el tema. Los conflictos a menudo se agravan cuando el problema central que inició el conflicto se pierde en medio de palabras airadas, mientras los problemas o las heridas del pasado se añaden a la mezcolanza (esto puede ser mortal, especialmente para un matrimonio). Una mejor forma de iniciar una discusión más suave es reafirmar tu relación. Haz que la otra persona sepa que te preocupas profundamente por ella y por la relación. Una vez que hayas expresado tus sentimientos positivos, pueden pasar al tema en cuestión. Sin embargo, ten cuidado de no utilizar la palabra *pero*. Expresar un pensamiento positivo y luego decir “pero” niega lo que acabas de afirmar. Después de compartir tus sentimientos, escucha la perspectiva de la otra persona, reflexiona sobre lo que ella ha dicho y recién entonces propón una solución que tenga en cuenta lo que sea mejor para todos (Fil. 2:4, 5).

**■ Haz memoria de algunos conflictos del pasado que ahora te parezcan absurdos e insignificantes. ¿Qué puedes extraer de esas experiencias que podría ayudar a evitar, al menos en lo que a ti respecta, que vuelva a suceder algo similar?**

## ALGUNOS PRINCIPIOS PARA EL MATRIMONIO

El matrimonio, al igual que el día de reposo, es un regalo de Dios para la humanidad que se remonta al Edén. Y, como adventistas del séptimo día, sabemos lo que el enemigo de las almas ha hecho, y sigue haciendo, tanto con el sábado como con el matrimonio. Incluso los mejores matrimonios padecerán conflictos ocasionalmente.

A continuación presentamos algunos principios que pueden ayudar a las parejas a resolver estos problemas.

**Lee Efesios 1:7. ¿Qué principio concluyente se encuentra aquí que debe formar parte de cualquier matrimonio?**

.....

.....

Debes aprender a perdonar; especialmente cuando tu cónyuge no se lo merece. Cualquiera puede perdonar a los merecedores; de hecho, eso casi no es perdón. El verdadero perdón es perdonar a quienes no se lo merecen, así como el Señor nos perdona por medio de Cristo. Nosotros debemos hacer lo mismo; de lo contrario, nuestro matrimonio, si sobrevive (lo que es poco probable), se parecerá al Purgatorio.

**Lee Romanos 3:23. ¿Qué principio vital encontramos aquí también?**

.....

.....

Debes aceptar que estás casado con un pecador, con un ser que ha sufrido cierto grado de daño emocional, físico y espiritual. Acostúmbrate a esto. Acepta los defectos de tu cónyuge. Resuelve esto con oración. Quizá tengas que convivir con esos defectos; pero no debes obsesionarte con ellos; si no, te arruinarán por completo. Un Dios santo y perfecto, por medio de Cristo, nos acepta tal como somos. Tú, que difícilmente seas santo y perfecto, debes hacer lo mismo con tu cónyuge.

**Lee Filipenses 2:4 al 8. ¿Qué principio importante podemos usar también que nos ayude no solo en el matrimonio sino también en todas las relaciones potencialmente problemáticas?**

## EL PAPEL DEL ENOJO EN LOS CONFLICTOS

¿Quién no ha experimentado enojo en uno u otro momento? Lo que lo hace más difícil es cuando ese enojo va dirigido a un miembro de la familia. Además de la negación a perdonar, el enojo puede convertirse en un veneno que causará un gran dolor y sufrimiento en el hogar y la familia, y en las relaciones en general.

**Lee Efesios 4:26 y 27; y Eclesiastés 7:9. ¿Cómo podemos equilibrar nuestra comprensión del enojo como una emoción y del enojo como un pecado? ¿Cuál es la diferencia?**

.....

.....

**¿Qué dice Santiago 1:19 y 20 que debemos aplicar todo el tiempo posible, pero especialmente cuando tratamos con miembros de la familia cuyas acciones, actitudes y palabras nos hacen encolerizar?**

.....

.....

Si estás enojado por algo, en lugar de dejarlo flotar como una nube oscura sobre tu vida, conviértelo en algo positivo. Ora por los que te lastiman y te maltratan, perdónalos y conviértete en una bendición para ellos. Probablemente no sea fácil al principio, pero cuando tomes la decisión y la sigas Dios se encargará del resto.

A veces, la raíz de la ira proviene de las características de los hogares en los que crecimos. Las personas enojadas a menudo provienen de familias enojadas, porque aprenden de sus modelos y siguen el mismo comportamiento en su vida, y finalmente se lo transmiten a sus hijos. A veces la ira puede ser el resultado de necesidades no satisfechas o de los celos, como fue el caso de Caín, que lo condujo al asesinato de su hermano.

Quizá tengas una buena razón para estar enojado, pero no la utilices como excusa para seguir así. No niegues el motivo real ni trates de justificarlo. Más bien, pídele a Dios que te ayude a resolverlo en forma positiva. El apóstol Pablo nos da un buen consejo: “No seas vencido de lo malo, sino vence con el bien el mal” (Rom. 12:21).

**■ Todos tenemos cosas que nos hacen enojar, incluso hasta el punto que nos duelen. Y, en algunos casos, probablemente tengamos motivos reales para estar enojados. La pregunta es: ¿Cómo hacer, mediante el poder de Dios, para impedir que ese enojo nos haga sentir miserables a nosotros mismos y a los que nos rodean?**

## CONFLICTO, ABUSO, PODER Y CONTROL

A veces, los conflictos y el enojo no resueltos pueden convertirse en una dinámica relacional muy negativa y destructiva, e incluso en una relación abusiva. El abuso puede tomar una variedad de formas: física, verbal, emocional, psicológica, sexual y otras. Pero cualquier forma de abuso es contraria al principio esencial del Reino de Dios: el amor abnegado.

### **¿Qué enseñanzas vitales sobre las relaciones se encuentran en 1 Juan 4:7 y 8; y Colosenses 3:19?**

---

---

“Maridos, amad a vuestras mujeres, y no seáis ásperos con ellas” (Col. 3:19). La palabra ásperos, en el idioma griego original, se refiere a estar enojado o amargado con el cónyuge, y esto causa dolor continuo, hostilidad intensa y expresiones de odio. Pablo tiene muy en claro que un cónyuge no debe ser hostil ni violento. El abuso emocional, sexual y físico no es un comportamiento aceptable para un esposo o una esposa cristianos. Lo que sí es aceptable es que ames a tu cónyuge. Pablo también deja en claro que el amor es paciente y bondadoso, y que el amor no tiene envidia, no se jacta, no es orgulloso, no es grosero, no es egoísta, no se enoja fácilmente, no guarda rencor, no se deleita en la maldad, sino que se regocija en la verdad. El amor siempre protege, siempre confía, siempre espera y siempre persevera. Ninguno de los atributos del amor ni remotamente aprueba ni acepta el abuso de ninguna manera.

Una relación saludable es aquella en la que ambas partes se sienten protegidas y seguras, en la que el enojo se maneja de manera saludable y en la que el servicio recíproco es la norma. A menudo, las víctimas de abuso se sienten culpables, como si fueran las responsables de provocar a su abusador o porque quizá “merecen” ser abusadas por alguna razón. Los abusadores pueden llegar a ser muy controladores, dominantes y hábiles para hacer que sus víctimas se sientan responsables. La verdad es que nadie merece ser abusado por otro, y los abusadores son responsables por sus propias decisiones y actos. Lo bueno es que la Biblia ofrece consuelo, no culpabilidad, para las víctimas de abuso. En algunas situaciones en las que el problema se vuelve inmanejable, las personas no deben temer buscar ayuda externa.

**■ Es lamentable que algunas culturas toleren el abuso hacia las mujeres. ¿Por qué ningún cristiano debería caer en ese tipo de comportamiento, independientemente de lo que su cultura permita?**

## PERDÓN Y PAZ

**“Así que, todas las cosas que queráis que los hombres hagan con vosotros, así también haced vosotros con ellos; porque esto es la ley y los profetas” (Mat. 7:12). Piensa en todas las formas en que necesitas aplicar este principio en tu vida, dentro y fuera de la familia, y a continuación anota cuáles son esas ocasiones y decide, con fe, cómo puedes lograrlo.**

---



---

El autor de Hebreos aconsejó: “Seguid la paz con todos, y la santidad, sin la cual nadie verá al Señor” (Heb. 12:14). Incluso aunque hayamos tomado todas las medidas necesarias, algunos que nos han hecho daño no escucharán ni cambiarán. Algunos probablemente se disculpen; pero otros, no. De todos modos, es para nuestro beneficio tomar el camino del perdón recién mencionado, especialmente cuando se trata de un miembro de la familia.

De hecho, el perdón es una parte esencial de la resolución de conflictos, especialmente en la familia. Cuando alguien peca contra nosotros, al enemigo de Dios le encanta erigir un muro entre nosotros y esa persona, un obstáculo que nos impida amar a esa persona como Cristo nos amó. El perdón es una decisión que tomamos para evitar ese obstáculo.

“No somos perdonados *porque* perdonamos, sino *por cómo* perdonamos. El fundamento de todo perdón se encuentra en el amor inmerecido de Dios; pero por nuestra actitud hacia los demás mostramos si hemos hecho nuestro ese amor. Por tanto, Cristo dice: ‘Con el juicio con que ustedes juzgan, serán juzgados; y con la medida con que miden, serán medidos’ ” (PVG 196, 197).

Al mismo tiempo, cuando nosotros somos los culpables, tenemos que tratar de restaurar la relación rota con la otra persona, lo que puede implicar acercarnos a ella y decirle que lamentamos lo que hemos hecho, y pedirle perdón. Eso es lo que dijo Jesús: “Por tanto, si traes tu ofrenda al altar, y allí te acuerdas de que tu hermano tiene algo contra ti, deja allí tu ofrenda delante del altar, y anda, reconcíliate primero con tu hermano, y entonces ven y presenta tu ofrenda” (Mat. 5:23, 24). Es agradable cuando alguien que nos ha lastimado se disculpa y pide perdón. Del mismo modo, es bueno cuando brindamos a otros el mismo tipo de atención.

■ **El hecho de pensar en todo lo que necesitas para ser perdonado ¿de qué manera te ayuda a aprender a perdonar a los demás?**

## PARA ESTUDIAR Y MEDITAR:

“Con demasiada frecuencia, los padres no están unidos en su gobierno de la familia. El padre, que acompaña muy poco a sus hijos, e ignora las peculiaridades de su disposición y temperamento, es duro y severo. No domina su genio, sino que corrige con enojo. El niño lo sabe, y en vez de subyugarlo el castigo lo llena de ira. La madre pasa por alto en una ocasión faltas que castigará severamente en otra. Los niños no saben nunca qué esperar, y se sienten tentados a ver hasta dónde pueden transgredir con impunidad. Así se siembran malas semillas que brotarán y darán fruto” (HC 283).

“El hogar ha de ser el centro del afecto más puro y elevado. Cada día debe fomentarse con perseverancia la paz, la armonía, el afecto y la felicidad, hasta que estos bienes preciosos moren en el corazón de los que componen la familia. La planta del amor debe nutrirse cuidadosamente; de lo contrario morirá. Todo principio bueno debe ser cultivado si queremos que florezca en el alma. Debe ser desarraigado todo lo que Satanás planta en el corazón: la envidia, los celos, las malas sospechas, la maledicencia, la impaciencia, el prejuicio, el egoísmo, la codicia y la vanidad. Si se permite que permanezcan estos malos rasgos en el alma, darán frutos que contaminarán a muchos. ¡Oh, cuántos cultivan las plantas venenosas que matan los frutos preciosos del amor y contaminan el alma!” (HC 174, 175).

## PREGUNTAS PARA DIALOGAR:

1. “Porque no tenemos un sumo sacerdote que no pueda compadecerse de nuestras debilidades, sino uno que fue tentado en todo según nuestra semejanza, pero sin pecado” (Heb. 4:15). Así como Cristo se puso en nuestra situación para relacionarse mejor con nosotros, nosotros deberíamos hacer lo mismo con nuestro cónyuge. Intenta ver cualquier situación o crisis en particular no solo desde tu perspectiva, sino desde la de tu cónyuge también. Fíjate cómo el otro ve la situación, cómo impacta en él y por qué siente de esa manera. El principio puede ayudar considerablemente a aliviar situaciones complicadas. ¿De qué manera podemos aplicar este principio a todos los aspectos de posibles conflictos con los demás?

2. En clase, responde la pregunta: El enojo ¿es siempre pecado? Fundamenta tu respuesta.