Manual del alumno

13

Las relaciones personales con los demás

Fortaleciendo las relaciones como Cristiano

EGNV
Estudios de Grupo para una Nueva Vida

Las relaciones personales con los demás

Fortaleciendo las relaciones como Cristiano

Por David Batty

Manual del alumno

5a Edición

Las relaciones personales con los demás

Fortaleciendo las relaciones como Cristiano
Manual del alumno
5ª Edición
Por David Batty

Las referencias bíblicas que se usan en este curso son de las siguientes versiones de la Biblia:

Dios habla hoy ®, Tercera edición © Sociedades Bíblicas Unidas, 1966, 1970, 1979, 1983, 1996. Usado con permiso.

Reina-Valera, Revisión de 1995 *Reina-Valera 95*® © Sociedades Bíblicas Unidas, 1995. Usado con permiso.

Versión Nueva Versión Internacional®. Derechos de autor ©1999 por la Sociedad Bíblica Internacional. Usados con permiso de EDITORIAL VIDA. Todos los derechos reservados. Las marcas "NVI" y "Nueva Versión Internacional" están registradas en la Oficina de Patentes y Marcas Registradas de Estados Unidos por la Sociedad Bíblica Internacional. El uso de cualquiera de las marcas registradas exige del permiso de la Sociedad Bíblica Internacional.

Derechos de autor © 2021, 2023, Teen Challenge USA.

Este curso fue publicado originalmente en inglés con el título *Personal Relationships with Others, 5th edition.*

Estos materiales se pueden reproducir y distribuir para uso en Desafío Juvenil, programas similares, iglesias locales, escuelas y otras organizaciones e individuos. Estos materiales también se pueden trasvasar del internet en: www.iTeenChallenge.org Sin embargo, estos materiales no se pueden vender, solamente se pueden regalar. Los que desean publicar y vender estos materiales deben obtener el permiso por escrito de Teen Challenge USA o Global Teen Challenge

Este curso es parte de los *Estudios de Grupo para una Nueva Vida* desarrollados para usarse en iglesias, escuelas, ministerios en las cárceles, Desafío Juvenil y ministerios similares que trabajan con cristianos recién convertidos. Un manual del maestro, un manual del alumno, una guía de estudio, un examen y un certificado están disponibles para este curso. Para más información sobre estos cursos, póngase en contacto con:

Global Teen Challenge
PO Box 511
Columbus, GA, 31902 USA
Email: gtc@globaltc.org
Web: www.globaltc.org and www.iTeenChallenge.org

EGNV
Estudios de Grupo para una Nueva Vida

Size A4 Ultima revise: 05-2023

Contenido

Capítulo 1. ¿Qué clase de amigo soy? 4

A. Tu historia personal respecto a las relaciones.....4

B. ¿Qué clase de amigo eres para los demás? 8

C. ¿Entiendes bien lo que Dios considera ser una relación saludable? 10

Capítulo 2. Cuatro tipos de amistades 14

A. Conocidos 14

B. Amigos casuales.....15

C. Amigos cercanos.....16

D. Amigos íntimos.....17

Capítulo 3. ¿Cómo puedo hacer grandes amistades?.....19

A. Comienza contigo mismo 19

B. ¿Qué límites necesito en mis relaciones?.....22

C. ¿Cómo puedo escoger amigos seguros? 27

Capítulo 4. El sexo y la vida cristiana 34

A. El sexo y la persona soltera.....35

B. Salir con alguien / Escoger a la persona con quien voy a casarme 41

C. El matrimonio 46

Capítulo 1
¿Qué clase de amigo soy?

Tus relaciones con los demás pueden ofrecerte algunas de las alegrías más grandes de tu vida. Estas relaciones también pueden provocarte algunos de los resentimientos más profundos de tu vida. Al comenzar este estudio sobre las relaciones, queremos que aprendas cómo es que las relaciones pueden llegar a ser una parte positiva de tu vida.

Al ver hacia el futuro, tus éxitos y fracasos futuros seguirán recibiendo la influencia de las relaciones que tienes con los demás. Los amigos que escojas en el futuro tendrán un efecto importante en todos los aspectos de tu vida.

No puedes lograr éxito en la vida a menos que tengas relaciones positivas con los demás.

A. Tu historia personal respecto a las relaciones

Todos tenemos una historia personal respecto a las relaciones, y no hay dos personas que tengan exactamente la misma historia. La persona que eres hoy y el grado de felicidad que tienes han sido grandemente influenciados por las relaciones personales que has tenido con los de tu familia y con tus amigos. Los éxitos y los fracasos que has tenido en tu vida han tenido que ver con esta gente.

Comencemos examinando más detenidamente cómo es que estas relaciones de tu pasado han influenciado tu vida.

1. Las relaciones con tu familia

Desde el día en que naciste, aún antes de que pudieras hablar o hacer cualquier otra cosa, tú comenzaste a desarrollar relaciones con otras personas. Estas relaciones con tu familia te han venido influenciando desde tu primer día de vida.

Así que toma un minuto y piensa en los años de tu niñez hasta el presente. Hazte la pregunta: “¿Cuáles fueron las lecciones que aprendí de mi familia respecto a las relaciones personales?

a. ¿Cuán disfuncional era tu familia?

Nadie tiene una familia perfecta, pero ¿cuán saludable era tu familia? ¿Recibías mucho amor, o tu familia estaba llena de conflicto y caos? ¿Te sentías allegado a tu familia o aislado? ¿Tus padres fueron amorosos durante toda tu niñez?

¿Tus padres eran cristianos? ¿Amaban a Dios? ¿Su pasión por Dios influenciaba su vida diaria? ¿Su vida demostraba de maneras prácticas y amorosas las enseñanzas de la Biblia sobre cómo los padres deben tratar a sus hijos?

Muchos hogares con padres cristianos son muy disfuncionales. Sólo porque la familia es cristiana no quiere decir que es automáticamente saludable. ¿Tu hogar era un lugar seguro? ¿Aprendiste a desarrollar relaciones cariñosas con los demás?

Es triste decirlo, pero muchos se han criado en una familia disfuncional— una familia llena de problemas y no muy saludable. Entonces, ¿cómo puedes saber si tu familia era saludable o disfuncional? ¿Qué vas a usar como vara de medida para determinar si te criaste en una familia saludable?

Para poder contestar correctamente esa pregunta, te será necesario hacer una minuciosa evaluación. Al final de este curso, deberás entender mejor lo que significa tener una relación saludable con los demás. Para entonces ya tendrás algunas ideas sobre cómo evaluar tus relaciones pasadas. Eso también te va a ayudar a hacerle frente al futuro, y a tratar de formar relaciones positivas saludables con tu familia y con tus amigos.

No importa cuán disfuncional haya sido tu familia, Dios te puede ayudar a formar relaciones positivas para el resto de tu vida. Aunque la historia de tu familia pudo haberte causado daño en la vida, Dios puede ayudarte a transformar tu futuro para que la historia de tu familia no te atrape y te haga reaccionar de la misma manera en que los demás te han tratado en el pasado.

Algunos se resisten mucho a enfrentarse con la verdad de cómo su familia los dañó. "Yo los amo de verdad." Si esa es tu situación, no debes dudar de esto— no estamos tratando de destruir el amor que tú tienes por tu familia. Este curso está diseñado para ayudarte a hacer frente a la verdad de tu pasado— a que aprendas las lecciones positivas y negativas de tu pasado, y a que luego le hagas frente a tu futuro con la confianza de que Dios te puede ayudar a formar relaciones positivas con los demás.

A medida que estudies este curso, sigue preguntándote: "¿Cuán saludable era mi familia?" ¿Me dieron un ejemplo consistente de una relación segura y piadosa?

b. ¿El abuso es parte de la historia de tu familia?

Cuando piensas en tu pasado ¿ves que el abuso es parte de la historia de tu familia? ¿Padeciste de abuso sexual? ¿Abuso físico? ¿Abuso emocional? ¿Abuso verbal? Si fuiste abusado en tu pasado, esas experiencias han dañado profundamente tus relaciones con los demás. Estos abusos del pasado también tendrán un inmenso impacto en ti y en tus relaciones con los demás en el futuro.

El abuso causa un daño que no se puede ignorar. No creas que puedes seguir adelante con tu vida y hacer de caso que estás bien si simplemente ignoras esa parte de tu pasado. Si es que vas a madurar más allá de este daño, entonces vas a tener que buscar la ayuda correcta para tratar con este abuso y sus efectos en tu vida.

Los que te abusaron te han dado un terrible ejemplo de las relaciones personales. El abuso también te ha dañado— te causa ira, temor, desconfianza y mucho más, todo lo cual lucha contra tu capacidad para formar relaciones saludables con los demás.

Cuando ves la historia de tu familia, quizás tú no fuiste víctima de abuso. Pero ¿fueron abusados otros en tu familia? ¿Fueron abusados en su niñez, en su adolescencia, en su vida adulta? Si así fue, ellos fueron dañados profundamente por ese abuso, lo que pudo haberles evitado tener una relación saludable contigo.

A muchos se les hace difícil hacer amistades satisfactorias con los demás. Y este no es un problema sólo para los que han sido abusados. Muchos nunca han aprendido a conectar con la gente de una manera significativa. Han pasado la mayor parte de su vida sintiéndose aislados. Cuando los padres no enseñan a sus hijos los puntos básicos de formar relaciones saludables con los demás,
con frecuencia a los hijos se les hace muy difícil hacerlo por sí solos.

c. ¿Cuáles son las tradiciones de tu familia respecto a las relaciones?

Cuando ves a los de tu familia—tus padres, tus abuelos, tus tíos— ¿cuáles son las tradiciones respecto a las relaciones que ellos te han pasado? ¿Ellos se llevan bien?
¿Se expresan mucho amor—con palabras y de otras maneras?

Ya sea que te guste o no, tu familia te ha “entrenado” para las relaciones. Te han pasado a ti sus experiencias en sus relaciones con los demás.

Algunas de estas tradiciones de familia podrían estar llenas de principios bíblicos positivos, como amor y amistad. Otras tradiciones de familia podrían ser muy disfuncionales. Es fácil decir: “Bueno, ¡es que así es mi familia!” Esto llega a ser la excusa para ciertos comportamientos cuando otros ven estas debilidades.

Si tus padres practicaban comportamientos adictivos como alcoholismo y abuso de drogas u otros problemas que controlan la vida, entonces esto les ha dañado su capacidad para relacionarse contigo. Esta clase de problema siempre tiene un impacto en la clase de amigo que la persona es.

Dios dice claramente que algunas de las cosas que pudiste haber heredado de tu familia no son positivas.

1 Pedro 1:18 NVI

Ustedes fueron rescatados de la vida absurda que heredaron de sus antepasados.

Será importante que tomes tiempo para evaluar las tradiciones de familia que “has heredado” para ver si cumplen con las normas de Dios para relacionarte positivamente con los demás. Te podría ser muy difícil liberarte de las tradiciones de familia que no son saludables. Puedes cambiar lo que se te ha enseñado desde que eras muy pequeño, pero será necesario que hagas un verdadero esfuerzo para lograr esos cambios.

2. Tus amigos

Aparte de tu familia, las amistades que has tenido a lo largo de los años desde tu niñez también han tenido una influencia importante en ti. Esta influencia fue mucho más fuerte en tu adolescencia.

a. ¿Tus amigos han sido buenos o malos para ti?

Ya sea que hayas tenido muchos amigos o sólo unos cuantos, ellos te han influenciado—positiva o negativamente. Cuando examinas más detenidamente todas estas amistades, se te hace todavía más complicado. Un amigo podría haber contribuido muchas influencias positivas a su relación contigo. Pero en otro aspecto específico, podría tener en ti una influencia negativa—por ejemplo, la manera en que él hace frente al conflicto, la manera en que controla su ira o la manera en que se relaciona con sus padres.

Podría serte muy difícil ser sincero respecto a tus amigos—todos tendemos a ver lo bueno e ignorar las malas influencias que ellos tienen en nuestra vida. Una de las mejores maneras de evaluar a tus amistades es usar las normas de Dios para escoger un buen amigo. Veremos estas normas más adelante en este curso.

Pero por ahora, ¿puedes ver algunos ejemplos de dónde tus amigos tuvieron un impacto positivo en tu vida? ¿También puedes ver dónde tus amigos han sido un problema en tu vida? Vamos a explorar esto en los Proyectos 1 y 2 de la Guía de estudio. Ninguno de nuestros amigos es perfecto. El desafío que se nos presenta es entender cuáles son las influencias positivas y negativas que nuestros amigos tienen en nosotros, y luego determinar cómo es que Dios quiere que reaccionemos a esas relaciones.

b. ¿Has estado en relaciones tóxicas?

Cristina todavía era adolescente cuando se enredó con un tipo que al principio parecía ser un gran amigo. Pero pronto la relación cambió para lo peor. En vez de romper la relación, ella siguió con él aunque su abuso empeoró. Por fin ella rompió la relación, pero pronto se encontró en otra relación que era todavía más abusiva que la anterior. Fue sólo por un milagro de Dios que se escapó de esta crisis. En los meses que siguieron, ella buscó ayuda y le entregó su vida a Dios.

Ella también había sido drogadicta, así que se internó en un centro de Reto Juvenil y con el tiempo se graduó del programa. No obstante, pocos meses después de esto ella tuvo una relación con otro hombre que era extremadamente peligroso y abusivo. Fue sólo con la ayuda de varios amigos que por fin ella llegó a aceptar que esta era una relación tóxica y que necesitaba romperla.

Las experiencias de Cristina han sido repetidas por muchos que se han metido en relaciones tóxicas— relaciones llenas de abuso. A estos individuos con frecuencia se les hace muy difícil salirse de estas relaciones tóxicas. Por un lado, los que están atrapados en estas relaciones tóxicas son una parte principal del problema. Sus propios problemas han creado un ambiente en el que encuentran fácil estar atrapados en una relación tóxica.

c. ¿Qué problemas has tenido con tus amigos?

Cuando ves a tus amigos, o anteriores amigos, ¿puedes ver los problemas que has tenido con ellos? Nadie tiene amigos perfectos, de modo que todos hemos experimentado ciertos problemas con nuestros amigos.

Podrías hacer una lista de los problemas que has tenido al tratar de formar relaciones sólidas, satisfactorias con los demás. Algunos de estos problemas podrían ser con los amigos que has escogido. O los problemas podrían estar dentro de ti. Quizás tus amistades han sido arruinadas por tu enojo, por tus palabras de crítica o por tu egoísmo.

¿Tus amistades te han causado más problemas en la vida?

Toma tiempo para reflexionar en tus amistades y pregúntate: "¿Es así como quiero que sean mis amistades por el resto de mi vida?"

3. Relaciones de fantasía

La mayoría de los niños pequeños poseen una gran imaginación y les encanta jugar—ya sea con muñecas o con figuras de acción, dinosaurios o caballos. Cuando creciste y dejaste de ser niño, ¿se te hizo difícil desarrollar relaciones positivas con la gente de verdad? ¿Consideras que las relaciones de fantasía son mucho más seguras y fáciles de desarrollar? Si los demás te han lastimado profundamente, entonces refugiarte en las relaciones de fantasía puede serte menos doloroso.

Nuestra cultura está ofreciendo más y más oportunidades para desarrollar relaciones de fantasía por medio de las películas, las novelas de romance, los videojuegos, el internet y la música. En las relaciones de fantasía tú estás en control—ya sea de los videojuegos o simplemente de las relaciones que tú te inventas en la mente. En este tipo de amistades no hay ningún riesgo de ser abandonado. Pero las amistades de fantasía nunca te van a satisfacer verdaderamente porque Dios te creó con una necesidad innata de tener relaciones de verdad con gente de verdad.

B. ¿Qué clase de amigo eres para los demás?

Tu familia y tus amigos te han influenciado de maneras importantes. Pero ahora veamos el otro lado de estas relaciones— tu lado. ¿Qué clase de amigo has sido para los demás?

1. ¿Eres un amigo seguro?

¿Los demás quieren ser tus amigos? ¿Te ven como una persona que podría tener una influencia positiva en la vida de ellos? Lo más importante— ¿qué cree Dios de ti? Si Él fuera a darte una evaluación, ¿qué diría de ti? ¿Te describiría como un buen amigo?

¿Qué es lo que te haría ser un amigo seguro para los demás? ¿Cuáles son los rasgos de carácter en tu vida que te harían un amigo positivo, saludable para los demás?

¿Has sido alguien que mete en problemas a los demás, o has apartado de problemas a los demás? ¿Has hecho que los demás hagan concesiones cuando se trata de sus normas, o les has ayudado a que eleven sus normas?

¿Eres alguien en quien los demás pueden confiar? ¿Eres alguien en quien Dios puede confiar?

Si fuéramos a interrogar a tus amigos y a tu familia, ¿qué dirían de ti?

2. ¿Eres "adicto a las relaciones"?

Corina era una bella joven que siempre tenía amigos. El problema era que ninguna de sus amistades duraba por mucho tiempo. Ella se había criado en un hogar muy abusivo. Nunca había tenido el amor y la protección que necesitaba de sus padres.

Así que durante sus años adolescentes, ella comenzó a buscar amor en otras relaciones. Su belleza y su personalidad le hacían fácil atraer amigos. Rápidamente comenzaba una nueva relación, e instantáneamente se hacían "mejores amigos". Ella sacaba lo más que podía de la relación. Pero cuando la otra persona no la satisfacía como ella quería, la desechaba y buscaba a otra persona que la pudiera amar mejor. En sus propias palabras: "Yo era adicta a las relaciones".

Corina acabó en la calle, sin hogar y con su esposo en la cárcel. Ahora no tenía nadie a quien acudir. Había usado a todos sus amigos. Por fin en un momento de desesperación, ella acudió a Dios y le pidió ayuda, y ese fue el comienzo de un largo proceso de cambio en su vida. Parte de ese cambio fue aprender cómo es que Dios quiere que establezcamos relaciones saludables y positivas con los demás, algo que ella nunca antes había hecho en su vida.

3. ¿Eres habilitador?

Uno de los rasgos de las amistades saludables es que se ayudan mutuamente. No obstante, uno de los problemas comunes que hay en muchas relaciones hoy es que uno de los dos es habilitador— ofrece la clase de ayuda incorrecta. En vez de ayudar a su amigo a madurar y a llegar a ser una persona mejor, su ayuda alimenta el problema en la vida de su amigo.

Por ejemplo, tú dices una mentira para encubrir el error que tu amigo cometió. Tú lo rescatas cuando toma una mala decisión debido a su irresponsable manera de vivir. Tú niegas la seriedad del problema y ofreces excusas. Alimentas sus problemas al darle dinero en vez de permitir que experimente las consecuencias negativas de su comportamiento.

Lo que hace que habilitar sea un problema difícil es que la persona que ofrece esta clase de ayuda cree que en realidad está ayudando a su amigo. A esta persona le es muy difícil admitir que ella es parte del problema.

Cuanto tú ves tus relaciones con los demás, ¿ves que alguna vez has sido habilitador? ¿Has ofrecido la clase de ayuda incorrecta? Muchas veces puede ser muy difícil evaluar esto. Podría serte necesaria la ayuda de otra persona que pueda ser más objetiva para identificar este problema en tu vida. Este problema se explora con más profundidad en el libro *Present Day Miracles at Teen Challenge* [*Milagros de Hoy en Reto Juvenil*], por David Batty. Este libro incluye un capítulo sobre "habilitar".

De modo que ¿qué tan buen amigo eres? Sabemos que tu familia y tus amigos han tenido una influencia importante en tu vida. Pero tú también has tomado muchas decisiones que han determinado la clase de amigo que eres para los demás.

C. ¿Entiendes bien lo que Dios considera ser una relación saludable?

Ahora veamos lo que Dios dice acerca de las relaciones. Aquí es donde vamos a comenzar a ver si es que nuestros amigos nos han influenciado como Dios quiere que nos influencien, o si es que necesitamos hacer algunos cambios importantes en la manera en que nos relacionamos con los demás. La Biblia ofrece un tesoro de enseñanzas y ejemplos sobre cómo desarrollar relaciones con los demás— tanto con la familia como con los amigos.

1. La prioridad de Dios para las relaciones en tu vida

Dios da gran valor a las relaciones. Las dos leyes más importantes de la Biblia tienen que ver con las relaciones. Dios dice claramente que la relación más importante que puedes tener con alguien es tu relación con Él. Él también dice claramente que es necesario que el amor sea la base para esa relación personal.

Marcos 12:29-31 NVI

29—El más importante es: "Oye Israel. El Señor nuestro Dios es el único Señor —contestó Jesús—. 30 Ama al Señor tu Dios con todo tu corazón, con toda tu alma, con toda tu mente y con todas tus fuerzas." 31 El segundo es: "Ama a tu prójimo como a ti mismo." No hay otro mandamiento más importante que éstos.

La segunda ley más importante de la Biblia tiene que ver con nuestras relaciones con los demás. Está muy claro que Dios quiere que tú te relaciones con otras personas. Él no quiere que estés aislado de los demás. Dios quiere que tú formes estas relaciones siguiendo las normas que Él te dio en la Biblia.

2. El plan de Dios para tus primeras lecciones sobre las relaciones

La Biblia dice claramente que el plan de Dios fue que tú y todos los demás se criaran en una familia con padres amorosos que amaran profundamente a Él y a ti. Fue plan de Dios que en esta familia amorosa tú aprendieras a relacionarte con los demás al ver cómo tus padres se amaban y cómo lo amaban a Él. Dios quería que tú aprendieras los puntos básicos sobre cómo ser un buen amigo y cómo escoger buenos amigos.

Fue plan de Dios que las lecciones que aprendiste en tu hogar te prepararan para los desafíos que se te presentarían al formar relaciones personales con los demás fuera del hogar.

La triste realidad es que la mayoría de nosotros no nos criamos en un hogar así, sino en un ambiente donde muchos de nosotros aprendimos lecciones negativas que nos han ocasionado más daño en nuestra vida.

3. La perspectiva del mundo vs. la perspectiva de Dios

Uno de los desafíos que se te presentan hoy es separar de lo que Dios dice lo que la gente de nuestro mundo dice sobre las amistades. Hoy nuestra cultura pone gran presión en los niños y en los adolescentes para que se moldeen a las creencias del mundo para relacionarse con los demás. Casi todas las películas dan alguna ilustración de las relaciones. Los ejemplos que presentan estas películas fácilmente te pueden influenciar.

Tus amigos en la escuela, en el trabajo o en tu comunidad fácilmente te pueden presionar para que te unas a sus actividades. Después de todo, "todos los demás lo hacen, así que no debe ser malo".

Pero las normas de Dios para las relaciones saludables no cambian para acomodarse a la cultura de hoy. La Biblia está llena de enseñanzas específicas sobre las amistades y sobre lo que es y no es correcto. Toma unos minutos para reflexionar en lo que tu cultura dice de las amistades y compáralo con lo que Dios dice.

La perspectiva del mundo respecto a las relaciones.		La perspectiva de Dios respecto a las relaciones.
_____	Amor	_____
_____	Confianza	_____
_____	Secretos	_____
_____	Sexo	_____
_____	Obligación	_____
_____	Belleza	_____

Hay muchos más temas sobre las relaciones con los demás, pero esta lista te da un comienzo sobre algunos de los más importantes. Al terminar con éstos, pregúntate: "¿A qué lado está lo que yo creo? ¿Estoy viviendo según lo que Dios dice sobre las relaciones o según lo que el mundo dice?"

4. La sabiduría de Proverbios para ti hoy

El libro de Proverbios está lleno de sabiduría respecto a las relaciones— tanto con la familia como con los amigos. Estas enseñanzas te dicen qué cambios debes hacer en tu propia vida y también lo que debes buscar en un buen amigo. Toma tiempo para leer todo este libro y haz una lista de las enseñanzas respecto a las amistades. Esto te ayudará muchísimo para entender lo que Dios dice de las relaciones con los demás.

Aquí hay dos ejemplos:

Proverbios 13:20 NTV

Camina con sabios y te harás sabio; júntate con necios y te meterás en dificultades.

Proverbios 11:5 NTV

El generoso prosperará, y el que reanima a otros será reanimado.

Una de las maneras clave para poder desarrollar sólidas amistades positivas es memorizarte estos versículos y luego aplicarlos a tu vida diaria. Entre más los apliques a tu vida, más llegarás a ser un gran amigo para los demás, y tendrás más amistades positivas con los demás.

5. Aprende de los ejemplos de la gente de la Biblia

Desde el comienzo de Génesis hasta el final de la Biblia, hay ejemplos claros de amistades— buenos y malos. Estos ejemplos te ofrecen un tesoro de información para formar relaciones positivas y para saber qué es lo que debes hacer para evitar los efectos destructivos de las amistades que no son saludables.

Caín nos da un ejemplo muy negativo de la envidia y de la ira en su relación con su hermano, lo que lo llevó a matar a su hermano Abel (Génesis 4:1-12).

José da un ejemplo positivo cuando perdonó a sus hermanos por su malvado comportamiento contra él— odiarlo y venderlo como esclavo. A pesar de esto, José siguió poniendo a Dios primero en su vida, aun cuando la esposa de Potifar trató de seducirlo (Génesis capítulo 39).

David y Jonatán eran amigos muy cercanos. Esta amistad te da un poderoso ejemplo, especialmente si es que te criaste en una familia disfuncional. Jonatán era hijo del rey Saúl, un hombre que abandonó su relación con Dios y que trató de asesinar a David impulsado por sus problemas con la envidia. Pero a pesar de este ambiente de familia tan destructivo, Jonatán tomaba decisiones saludables en su propia vida. Él se negó a ser como su padre. Tú también puedes rechazar las influencias negativas de tu familia y decidir adoptar las enseñanzas santas sobre las relaciones con los demás (Samuel capítulo 20).

Rut decidió permanecer con su suegra aunque eso quería decir que tenía que irse a otro país y vivir en pobreza. Ella pudo haber abandonado a su suegra y volver a su familia, pero en vez de eso ella decidió ser fiel. Ella decidió cuidar de su suegra y tomar decisiones responsables. Dios le dio a Rut la oportunidad para casarse, todo porque ella decidió aplicar principios santos en sus relaciones con los demás (Rut capítulos 1 y 2).

Ester decidió poner a Dios primero en su vida y apeló al rey para salvar la vida de los judíos de su país. Ella decidió honrar su relación con su tío y arriesgarse, todo para honrar a Dios, a su familia y a todos los que eran judíos (Ester capítulos 4 y 5).

Daniel y sus tres amigos fueron llevados cautivos de su tierra a un país lejano donde se enfrentaron con la presión de cumplir con las regulaciones de sus líderes. Daniel y sus tres amigos decidieron cumplir con las leyes de Dios, aunque eso les pudo haber causado la muerte, o por lo menos ser expulsados de la escuela especial a la que asistían. Para ellos su relación con Dios tenía mucho más valor que la amistad con sus líderes. Ellos se negaron y como resultado Dios les dio favor con sus líderes (Daniel capítulo 1).

Hay muchos más ejemplos en la Biblia de los que formaron relaciones positivas y negativas con los demás. Cuando leas estas historias, hazte esta pregunta: “¿Qué puedo aprender de sus experiencias con los demás que me pueda ayudar a mí hoy?"

6. ¿Cómo se relacionaba Jesús con los demás?

El maestro supremo sobre las amistades y las relaciones personales con los demás es Jesús. Él da el ejemplo perfecto de cómo debemos relacionarnos con los demás. Cuando leas los primeros cuatro libros del Nuevo Testamento verás mucho que podemos aprender de Jesús.

Sus enseñanzas ofrecen poderosas verdades sobre cómo relacionarnos con los demás.

Sus relaciones con los doce discípulos muestran expresiones prácticas de cómo relacionarnos con los más cercanos.

La Biblia nos da varios ejemplos de cómo Jesús se relacionaba con su propia familia—sus padres y sus hermanos.

Jesús también da muchos ejemplos de cómo Él trataba a los demás—a los ricos y poderosos, a los mendigos, a los leprosos, a los ciegos y a las prostitutas. En todos estos casos vemos a Jesús tratarlos con respeto, amor y bondad.

Si quieres saber qué es lo que Dios busca en tu vida respecto a las relaciones personales con los demás—entonces estudia la vida de Jesús. Él es el mejor ejemplo posible que puedes seguir.

Capítulo 2
Cuatro tipos de amistades

Algunas personas nos gustan más que otras. Eso probablemente está bien. Tú puedes tener muchos amigos y puedes tener diferentes tipos de amistades. Aquí hay algunas ideas sobre cuatro diferentes tipos de amistades. Probablemente podrías poner a la mayoría de sus amigos en uno de estos grupos.

Veamos más detenidamente estos cuatro tipos de amistades. Se da una breve descripción de cada uno. Luego sigue una declaración que explica cuáles son tus libertades en este nivel de amistad. Por último hay una descripción de tus responsabilidades con este tipo de amigo.

Si es que vas a ser un buen amigo para los demás, debes estar dispuesto a tomar ciertas responsabilidades. Siempre que hay libertades también hay responsabilidades específicas que las acompañan.

La mayoría de las ideas para esta sección están basadas en notas tomadas del Institute in Basic Life Principles Seminar [Seminario del Instituto Sobre los Principios Básicos de la Vida]. Con agradecimiento reconocemos la influencia que este seminario tuvo en los que desarrollaron este capítulo.

A. Conocidos

Este grupo probablemente será el más grande y tendrá la mayor variedad de personas. Hay muy poca responsabilidad en la relación con un conocido.

1. Descripción

Ves a la persona de vez en cuando. Sabes cómo se llama.

2. Tus libertades

Tienes la libertad de hacerle preguntas generales. Preguntas que piden información pública: “¿Cómo te llamas?” “¿Dónde vives?” “¿Dónde trabajas?” “¿A qué escuela asistes?”

3. Tus responsabilidades

“Me gusta conocer nuevas personas”, dice Tim. “Me he fijado como objetivo personal valorar a cualquier persona que conozca por más de diez minutos”.

Tim ha tomado la responsabilidad de tener un impacto positivo en cada persona que conozca. Su objetivo no es hacer de un conocido un amigo cercano o íntimo— eso no es práctico. Pero él trata de contribuir algo positivo en cada persona que conoce. Puede ser algo tan sencillo como darle a la persona toda su atención, mirarla a los ojos y demostrar genuino interés en conocerla por primera vez y en llegar a conocerla mejor.

Considera a cada conocido como un "encuentro divino". Conocer gente puede ser una bella experiencia si te das cuenta de que Dios pudo haber puesto a esta persona en tu vida porque Él quiere usarte para que seas una bendición en la vida de esta persona. Sin embargo, esto no quiere decir que toda amistad es una amistad saludable. Algunas personas podrían tratar de apartarte de Dios.

Una manera de protegerte de estos tipos de amistades es incluir a Dios en la relación. Antes de tratar de profundizar esta amistad, te es necesario estar seguro de que tus motivos son puros.

Necesitas desarrollar preguntas generales para usar en las conversaciones con los conocidos. Estas preguntas no deben ser amenazadoras. Tampoco deben pedir detalles íntimos de la vida privada de la persona.

Los conocidos probablemente formarán el grupo que contiene el número más grande de amigos. Fácilmente podrías tener cien o más conocidos. La manera correcta de responder cuando conozcas a una nueva persona es

- mostrar interés en ella.
- aceptarla tal cómo es.
- demostrar con lo que hagas y lo que digas que tú crees que esta persona es importante, que valoras su amistad.
- saber escucharla. Trata de ver qué es lo que Dios está haciendo en su vida.

B. Amigos casuales

Las amistades casuales son un poquito más profundas que las de los conocidos. Ahora que has conocido a la persona, tú decides que quieres conocerla mejor— llevar esta amistad al próximo nivel. Esto exige tener puntos en común— algo en que basar este nivel de amistad.

1. Descripción

Este tipo de amistad está basado en intereses y actividades que los dos tienen en común. Por ejemplo, a los dos les gusta el básquetbol, el tenis o montar a caballo. O quizás a los dos les gusta la misma clase de trabajo o de pasatiempo. Tienen ciertos intereses en común que les hace fácil tener una amistad casual.

2. Tus libertades

Tú tienes la libertad de hacer preguntas específicas; por ejemplo, preguntas acerca de sus opiniones sobre un tema en particular o acerca de sus objetivos en la vida.

3. Tus responsabilidades

Debes buscar los puntos buenos de la persona. ¿Qué cualidades o características positivas ves en su vida? Lee Filipenses 4:8-9.

Debes aprender a hacer buenas preguntas específicas. Escucha con atención y haz preguntas que se relacionen con los intereses de tu amigo.

Puedes tener muchos amigos casuales. En muchos casos, el interés común que tienen será que los dos son cristianos. Eso solamente no es razón suficiente para desarrollar una amistad casual.

C. Amigos cercanos

Las amistades cercanas exigen de responsabilidad, y por lo tanto es necesario que consideres con mucho cuidado si debes tratar de desarrollar este tipo de amistad. Esto definitivamente es llevar la amistad al próximo nivel de las amistades casuales. Los amigos cercanos pueden ofrecernos verdadero gozo.

Si es que vas a tener amistades cercanas que verdaderamente tengan un impacto positivo en tu vida, entonces tendrás que tener mucho cuidado para escoger este tipo de amigos. Si sus valores son significativamente diferentes de los tuyos, esta persona puede llevarte por un camino que te apartará de Dios.

Cuando se trata de escoger una amistad cercana, te es necesario incluir a Dios en el proceso de tomar tu decisión. ¿Esta persona está profundamente dedicada a seguir a Jesús? Si tienes dudas del lugar en que se encuentra en su relación con Dios, entonces sería sabio que mantengas esta amistad al nivel casual hasta que sepas más de esta persona y de su amor hacia Dios.

1. Descripción

Esta amistad está basada en objetivos para la vida que son similares. Tú tendrás un número más pequeño de amigos cercanos, quizás sólo cinco, diez o quince.

2. Tus libertades

Tú tienes la libertad de planear las actividades que les ayuden a los dos. Esto es algo con lo que los dos deben estar de acuerdo. No insistas en tratar de dar consejo. Lee Gálatas 6:2.

La profundidad de tu amistad se relaciona directamente con la disposición de la otra persona para desarrollarla. Tú no puedes decir: “Él es mi amigo cercano”, cuando la otra persona dice: “Tú eres un conocido mío”. Si quieres una amistad sólida, ambos deben considerarla de la misma manera.

3. Tus responsabilidades

Las amistades cercanas, si es que van a ser genuinas y si es que van a durar por un tiempo significante, te exigen que inviertas tu tiempo. Las amistades a este nivel exigen de sinceridad y deben ser genuinas.

Anímalo(a). Lee Proverbios 11:25.

Planea actividades que les ayuden a los dos.

Las amistades cercanas no comienzan hoy y terminan mañana. Tienen profundidad. Tus amistades cercanas deben permanecer en los momentos buenos y en los momentos difíciles.

D. Amigos íntimos

Esta clase de amistad no describe una relación sexual. La verdadera intimidad no tiene nada que ver con el sexo, pero tiene todo que ver con la profundidad de la relación. Puedes tener una amistad íntima con un hombre o con una mujer. Puedes tener una amistad íntima con tu madre o con tu padre, con tu hermana o con tu hermano o con alguien que no sea de tu familia.

El mejor amigo íntimo que puedes tener es Dios mismo. Toma un minuto para ver lo que Pablo nos dice en 2 Corintios sobre la relación personal que Dios desea tener con cada uno de nosotros.

2 Corintios 13:14 NVI

Que la gracia del Señor Jesucristo, el amor de Dios y la comunión del Espíritu Santo sean con todos ustedes.

Así es, Dios quiere que tú tengas relaciones con otras personas, pero la mejor manera de aprender acerca de la amistad es desarrollar una relación íntima con Dios. Dios es la relación más segura que jamás podrás tener.

1. Descripción

A veces la gente usa la expresión “mejores amigos” para describir este tipo de relación.

Las amistades íntimas exigen de dedicación a un nivel mucho más profundo que las amistades cercanas. Esta amistad está basada en una responsabilidad para desarrollar mutuamente el carácter de cada uno. Muchos no tienen ningún amigo íntimo. Este tipo de amistad es especial—muy especial. Podrías tener solamente uno o dos amigos íntimos a la vez.

Las amistades íntimas exigen que las dos personas quieran tener este nivel de relación. Aunque tú quieras que alguien sea tu amigo íntimo, esto no dará resultado a menos que ese alguien desee el mismo tipo de amistad.

2. Tus libertades

Tienen la libertad de corregirse (no criticarse) el uno al otro. Es muy fácil abusar de esta amistad. Trata con cuidado esta libertad. Concentra tus correcciones en los “puntos ciegos”. Un punto ciego es un problema del que la persona no se da cuenta que tiene.

3. Tus responsabilidades

Esta clase de relación te exige que seas vulnerable. Debes ser totalmente sincero. Debes decir “la verdad con amor” Efesios 4:15 NTV.

Da consejos positivos. No critiques. Lee Proverbios 12:26. Está dispuesto a recibir consejo y corrección.

Tienes la responsabilidad de mantener integridad en esta relación. En el próximo capítulo vamos a hablar de los límites y del lugar importante que éstos tienen en ayudarte a desarrollar y mantener relaciones positivas saludables con los demás.

Debes invertir tiempo en esta clase de relación. La comunicación es una clave para formar y mantener amistades íntimas. Las amistades íntimas no se desarrollan automáticamente, ni tampoco se desarrollan instantáneamente.

Si eres casado, tienes la responsabilidad de ayudar a tu cónyuge a formar una amistad con tu amigo íntimo. Es posible que tu cónyuge nunca tenga una relación íntima con tu mejor amigo, pero si no hay ninguna amistad, a cualquier nivel, entonces es posible que esto cause dificultades en tu relación matrimonial.

Las amistades íntimas no duran toda la vida automáticamente. Es necesario dedicar tiempo y esfuerzo para ayudar a que este tipo de relación se profundice. En el Capítulo 3 vamos a ver algunas de las claves para formar amistades saludables. Es muy difícil tener una amistad íntima con una persona que no sabe cómo tener una amistad saludable con los demás. ¡Eso te incluye a ti también!

Cuando tengas una amistad íntima con otra persona que es saludable, entonces vas a experimentar las recompensas de este tipo de amistad. Van mucho más allá de las recompensas de una amistad casual o de una amistad de fantasía.

Conclusión

Tener amigos personales es una parte importante de tu vida. Dios quiere que tengas amistades que te enriquezcan la vida y que te acerquen más a Dios. Si dejas que Dios te ayude en este aspecto de tu vida, Él te ayudará a encontrar a los que pueden ser amigos verdaderos, amigos seguros, amigos saludables que te enriquecerán la vida.

Se necesita de muy poco esfuerzo para tener conocidos. Pero con cada uno de los siguientes tres niveles de amistad, hay desafíos y responsabilidades que se hacen más y más difíciles, y que se te presentarán si es que has de lograr formar estos niveles de amistad. En el próximo capítulo vamos a ver cómo puedes hacer grandes amistades.

Capítulo 3
¿Cómo puedo hacer grandes amistades?

¿Eres un recibidor o eres un dador? Si es que vas a tener grandes amigos, vas a tener que aprender a ser un buen amigo para los demás. Esto exige de algo más—también necesitas aprender a escoger buenos amigos. Hay muchas personas disfuncionales en nuestro mundo hoy—y muchas de ellas son bien parecidas y tienen una personalidad encantadora. Pero para ser un gran amigo, se necesita de algo más que sólo ser encantador y bien parecido.

Necesitas ver más allá de la superficie y aprender a ver el corazón de la persona—su carácter, sus valores.

También necesitas desarrollar límites que te ayuden a mantenerte seguro contra los que podrían causar daño a tu vida.

Entonces ¿dónde debes comenzar a desarrollar grandes amistades? Comienza contigo mismo.

A. Comienza contigo mismo

Si quieres tener grandes amigos, entonces es necesario que puedas ser un gran amigo para otros. Si dices: "Yo no puedo ser feliz si no tengo la amistad de esta persona", entonces no eres un buen candidato para ser un gran amigo. Necesitas ser una persona feliz, una persona segura, una persona madura. Necesitas saber cómo encontrar gozo en la vida, y luego necesitas desear compartir ese gozo con los demás

1. ¿Qué sanidad necesitas en tu vida?

Las relaciones que tienes en tu vida hasta este punto podrían haberte causado un daño profundo en tu vida. Podrías estar viviendo con el daño de los familiares que te abusaron. O podrías haberte criado en un hogar donde te descuidaron y donde no experimentaste amor, compasión ni las otras claves que son necesarias para tener relaciones saludables con los demás.

El libro ***Healing for Damaged Emotions [Sanidad para las Emociones Dañadas]***, por David Seamands, ofrece una guía práctica para recuperarse de los problemas dolorosos del pasado. También está disponible un cuaderno que acompaña este libro. Este libro te podría ser muy útil para hacer frente a los sufrimientos de tu pasado causados por las relaciones.

Otro aspecto de tu pasado que podría necesitar sanidad es si has estado metido en cualquier clase de adicción u otros problemas que controlan la vida. Ya sea drogadicción, juego, desorden alimenticio, problema con la ira, depresión, codependencia o cualquier otro problema que controla la vida—todos han afectado tu capacidad para tener relaciones personales saludables con los demás hoy y por el resto de tu vida.

Parte de este daño quizás no te sea evidente—pero es real, y seguirá causándote daño en tu vida hasta que busques ayuda para resolver los problemas. Podrías necesitar la ayuda de otra persona, de un consejero, de un mentor o de un amigo con madurez que te pueda ayudar a ver qué aspectos de tu vida reflejan el daño de tu pasado y que necesitan ser sanados.

Simplemente ignorar tu pasado no te hará un gran amigo para los demás. Si no le haces frente a este daño de tu pasado, seguirá causando caos en tus relaciones futuras. Hacerle frente a este daño en tu vida quizás no sea algo muy placentero, pero es algo esencial para llegar a ser la persona que Dios quiere que seas. No necesitas cargar con el daño de tu pasado por el resto de tu vida. Dios puede sanar todos los aspectos de tu vida, y tú puedes aprender nuevas maneras de reaccionar. Puedes tener libertad del daño de tu pasado. Dios puede sanar los sufrimientos de tu pasado y hacerte una persona que será un gran amigo para los demás.

2. ¿Es firme tu compromiso con Jesús?

Si es que quieres tener grandes amistades con los demás, entonces la verdadera clave es comenzar con tu relación con Jesús. Si le has pedido a Jesús que dirija tu vida, entonces necesitas dejar que Él te dirija para escoger a tus amigos. Esto no quiere decir que vas a oír una voz resonante que baja del cielo y te dice: “Escoge a (nombre) para ser tu amigo”.

Lo que necesitas hacer es orar mucho por esto. Pídele a Dios su ayuda. Dile que quieres que Él te dirija para escoger a tus amigos, y que si alguno de tus amigos de hoy no reciben su aprobación, entonces tú no vas a seguir con esa amistad.

Es muy fácil decir: “Yo sé qué es lo que más me conviene a mí. ¡Yo mismo puedo escoger a mis amigos!” Pero en realidad ¿conoces bien a esta persona que quieres como amigo? ¿Quién verdaderamente conoce a esta persona? ¡Jesús la conoce! Nada se le esconde a Él. Él sabe cada palabra que esta persona ha pronunciado, cada pensamiento que ha tenido. Y Él puede ver el corazón y saber lo que verdaderamente hay en lo más profundo de esta persona. ¡Puedes confiar en Jesús! Él de verdad sabe lo que está sucediendo. Y Él te va a ayudar a tomar las mejores decisiones cuando se trata de escoger a tus amigos.

Una gran amistad es la que te va a ayudar a acercarte más a Dios, no alejarte de Dios. Si tu prioridad principal es acercarte más a Dios, entonces necesitas dejar que Jesús te ayude a escoger a tus amigos.

3. ¿Cuál es tu nivel de madurez?

Uno de los peores enemigos de las grandes amistades es la inmadurez, y no tiene nada que ver con la edad. Así que, ¿cómo puedes saber si eres una persona madura? No se trata de si escondes bien tu falta de madurez.

En el libro ***El gozo que restaura: Cómo llegar a ser la persona que Dios quiere que seas***, los autores han identificado varios pasos clave hacia la madurez que necesitas dar en cada etapa de tu vida. Cuando hayas dado estos pasos, estarás en camino a la madurez. Si fracasas en dar estos

pasos en cada etapa de la vida, entonces vas a experimentar el daño de la inmadurez.
Vas a experimentar una variedad de consecuencias negativas en tu vida que serán más evidentes al tratar de desarrollar amistades personales.

Por ejemplo, en los primeros doce años de su vida, el niño, necesita dominar varias capacidades que le ayudarán a aprender a recibir cuido y a cuidarse a sí mismo para subsanar sus necesidades. Una vez haya dominado esto, el niño está listo para pasar al próximo nivel y aprender a cuidar a los demás.

En el próximo nivel hay nuevas capacidades que necesitas dominar. Estas capacidades te pondrán en camino hacia las amistades positivas. No obstante, si no has dominado la capacidad para cuidarte a ti mismo, entonces no podrás dominar la capacidad que necesitas en el próximo nivel. Aunque estás creciendo biológicamente, por dentro todavía estás luchando con la inmadurez, porque no has dominado la capacidad necesaria para cuidarte a ti mismo.

Si estás constantemente frustrado porque tus necesidades no son atendidas, entonces no eres un candidato muy bueno para las amistades positivas. Tú vas a ser un recibidor, no un dador.

Esto podría sorprenderte, pero Dios te da una estrategia muy clara que te va a dirigir para llegar a ser en una persona madura— desde el punto de vista de Dios.

Santiago 1:2-4 NVI

2 Hermanos míos, considérense muy dichosos cuando tengan que enfrentarse con diversas pruebas, 3 pues ya saben que la prueba de su fe produce constancia. 4 Y la constancia debe llevar a feliz término la obra, para que sean perfectos e íntegros, sin que les falte nada.

Cuando hagas frente a los problemas que se te presenten en la vida y aprendas a reaccionar de una manera positiva, usando la sabiduría y el poder de Dios, entonces vas a desarrollar constancia (o perseverancia). Si permaneces en ese camino, Dios ha prometido que este es el camino para ser “perfectos (o maduros) e íntegros, sin que les falte nada”.

Si aprendes a demostrar en tu vida las verdades de Santiago 1:2-4 vas a ser la clase de persona que será un gran amigo para los demás.

4. Aprende a interesarte genuinamente por los demás

Hay una clave para tener grandes amistades, y esa es aprender a interesarte genuinamente por los demás. ¿Cómo puedes aprender a hacer eso? El amor es la base para todas las grandes amistades. Aquí no estamos hablando del amor romántico. Es la clase de amor que se describe en 1 Corintios 13.

1 Corintios 13:4-7 NTV

4 El amor es paciente y bondadoso. El amor no es celoso ni fanfarrón ni orgulloso 5 ni ofensivo. No exige que las cosas se hagan a su manera. No se irrita ni lleva un registro de las ofensas recibidas. 6 No se alegra de la injusticia sino que se alegra cuando la verdad triunfa. 7 El amor nunca se da por vencido, jamás pierde la fe, siempre tiene esperanzas y se mantiene firme en toda circunstancia.

Debes poder desear más que solo recibir algo para ti. Jesús era un gran ejemplo de cómo hacer esto. Él demostraba interés genuino por las personas con quienes se encontraba—aunque

fueran pobres, mendigos, leprosos, ciegos o desechados por la sociedad. Él los trataba con respeto y les demostraba amor genuino. Él no preguntaba: "¿Qué puedo recibir de ellos?" Por el contrario, Él preguntaba: "¿Qué les puedo dar a ellos? ¿Cómo les puedo ayudar?"

B. ¿Qué límites necesito en mis relaciones?

¿Alguna vez has tenido problemas por no haber escogido correctamente a tus amigos o por haber cedido a la presión de tus compañeros? ¿Cómo puedes tener relaciones saludables, seguras y positivas?

Veamos dos clases de persona, y luego tú decides con cuál quieres tener una relación.

Opción 1: Esta persona demuestra: responsabilidad, control de sí misma, libertad, amor.

Opción 2: Esta persona es irresponsable, manipulante, controlante y está fuera de control.

¿A cuál quieres para ser tu amigo? Esa es una decisión fácil, ¿verdad?

¿Cuál es la diferencia entre estas dos personas?

Los límites.

Las personas con las características de la Opción 1 han aprendido acerca de los límites y los han hecho una gran parte de su vida.

Las personas con las características de la Opción 2 viven sin límites saludables.

Para más estudio sobre los límites

Hay varios libros excelentes por el Dr. Henry Cloud y el Dr. John Townsend sobre este tema de los límites. La mayoría de estos libros también tienen un cuaderno de trabajo. Todos son publicados por Zondervan.

Boundaries: When to Say Yes, How to Say No to Take Control of Your Life
[Límites: Cuándo decir que sí, cuándo decir que no para tomar control de tu vida]

Boundaries in Marriage [Límites en el matrimonio]

Boundaries in Dating [Límites para salir con alguien]

Boundaries with Kids [Límites con los niños]

Boundaries Face to Face: How to Have That Difficult Conversation You've Been Avoiding
[Límites cara a cara: Cómo tener esa conversación difícil que has estado evitando]

Changes that Heal: How to Understand your Past to Ensure a Healthier Future
[Cambios que sanan: Cómo entender tu pasado para asegurarte de un futuro más saludable], por el Dr. Henry Cloud

1. ¿Qué es un límite?

Un límite es una regla o norma que tú te fijas a ti mismo. Otros también pueden fijarte límites. La manera en que reaccionas a estas reglas demuestra tu grado de seguridad.

Quizás has oído a un joven soltero decir esto de una joven con quien sale: "Cuando ella dice que 'no' en realidad quiere decir que 'sí'". Este joven está demostrando que no la respeta y que él está fuera de control—es una persona que no tiene límites saludables.

Los límites que tienes en tu vida se pueden categorizar en cuatro tipos generales.

a. Límites físicos

Estos límites definen lo que vas a tocar y a quién y cómo decides tocar. Por ejemplo—no voy a comprar ni mirar pornografía. No me meteré en pleitos con los demás. Voy a permanecer virgen hasta que me case.

Un joven perdió a su esposa en un trágico accidente. Un par de años después comenzó a salir con jóvenes con la idea de volver a casarse. Su relación con una joven resultó en matrimonio. Sin embargo, debido a su anterior matrimonio y a todas las debidas expresiones físicas de amor en su primer matrimonio, él se fijó un límite personal que como viudo siguió durante todo su noviazgo. Él decidió no tener contacto físico—no abrazar, no besar ni tener ninguna otra expresión física de amor hasta casarse.

¿La Biblia dice que se tiene que hacer esto? No—pero esta fue su manera de establecer un límite para mantener segura su amistad. También fue una manera poderosa de comunicar a su futura nueva esposa que él tenía la cualidad interior de controlarse a sí mismo.

b. Límites mentales

Los límites para tu mente tienen que ver con tu pensamiento. Los límites mentales te pueden proteger contra una variedad de tentaciones y problemas. Por ejemplo— "No voy a pensar en las cosas que no son verdaderas"—o expresado como un límite positivo— "Sólo voy a pensar en las cosas que son verdaderas". "No me voy a vengar de nadie que me haya maltratado."

Los límites mentales tienen un efecto poderoso en lo que dices y en lo que haces. Algunos tienen un principio para la vida: "Está bien pensar en, o considerar, algo con tal que en realidad no lo haga". Pero esta opinión es lo opuesto de lo que Dios nos dice que hagamos. Él dice que pensar en un pecado es lo mismo que cometerlo.

Necesitas fijar límites mentales que pasen la prueba de Filipenses 4:8.

Filipenses 4:8 NVI

Por último, hermanos, consideren bien todo lo verdadero, todo lo respetable, todo lo justo, todo lo puro, todo lo amable, todo lo digno de admiración, en fin, todo lo que sea excelente o merezca elogio.

Los límites mentales muestran que has aprendido a controlarte a ti mismo y que puedes ser un amigo seguro para los demás.

c. Límites emocionales

Siempre eres responsable de lo que sientes. Cuando dices: “¡Tú me enojas!” lo que en realidad estás diciendo es: “Yo estoy fuera de control y no estoy tomando responsabilidad de mis emociones”. Cuando culpas a otros por tus reacciones emocionales revelas que no estás tomando responsabilidad de tus límites emocionales.

La falta de buenos límites emocionales es una de las debilidades más grandes en muchos jóvenes. Algunos de ellos han sido expuestos al fracaso porque en su familia no fueron amados ni atesorados, sino descuidados. Con hambre de amor, muchos de estos jóvenes no han sabido escoger a sus amigos.

Es muy importante que no permitas que tu deseo de amor y de ser amado te haga desechar tus límites e ir tras una relación. Muchos han dicho: “Yo busqué amor en todos los lugares equivocados”. Las relaciones que te llevan fuera de los límites de Dios te traerán decepción y pérdida.

Tener buenos límites emocionales quiere decir que no dejas que tus emociones determinen tus límites. En vez de eso, permites que la verdad de Dios determine tus límites, y luego mantienes controladas tus emociones basándote en esos límites.

Cuando entiendes correctamente tus límites emocionales, tienes cuidado de no hacerte responsable de las reacciones emocionales de los demás. Cuando te culpen por su condición emocional, tú debes procesar su culpa con una reacción saludable. Tu entendimiento correcto de tus límites te puede proteger, aunque la otra persona esté operando sin los debidos límites.

Si la otra persona está expresando ira contra ti, en ese mismo instante tú tienes que tomar una decisión— ¿cuál será tu reacción emocional? Puedes reaccionar con ira, o puedes decidir reaccionar dentro de tus límites emocionales y reaccionar de la manera en que Dios quiere que reacciones.

d. Límites espirituales

Los límites espirituales son los límites que Dios te ha dado a ti. Éstos se concentran en la voluntad de Dios para tu vida vs. “tu voluntad”. Los mandamientos de Dios en la Biblia son un tipo de límite espiritual. El llamamiento específico de Dios respecto a tu carrera es otro ejemplo de un límite espiritual.

Es triste decirlo, pero algunos han abandonado su interés en lo que Dios quiere que hagan. Buscan una amistad con otra persona sin considerar lo que Dios dice, y el resultado final es que se pierden de lo mejor que Dios tiene para su vida.

“Voy a hacer con mi vida lo que Dios quiere que haga” es un ejemplo de cómo se puede expresar este límite. Esta persona vive creyendo que su relación con Dios es más importante que cualquier amistad.

Luis había salido de un ambiente de drogadicción y tenía amigos que estaban en esa vida. Después de graduarse de Reto Juvenil él compartió cómo fue que Dios no le permitió volver a su antiguo barrio por diez años. Este límite espiritual fue la manera en que Dios lo protegió del peligro.

Si tú entiendes los límites de la manera en que Dios quiere que los entiendas, entonces vas a llegar a ser una persona que demuestra responsabilidad, control de sí misma, libertad y amor.

2. ¿Cómo puedo usar los límites en mi vida?

a. ¿Qué límites necesito en mi vida?

¿Qué limites necesitas en tu vida? Una respuesta a esta pregunta es ver los aspectos de tu vida en los que has tenido problemas y en los que tienes debilidades. Usa los límites como reglas para ti mismo para mantenerte en el camino que Dios quiere que estés.

Estos límites pueden describir los comportamientos negativos de los que quieres permanecer alejado. O pueden describir los comportamientos positivos que quieres demostrar en tu vida todos los días.

Si la ira ha sido un poder destructivo en tu vida, entonces podrías necesitar un límite grande en este aspecto. Si los celos nunca han sido una gran lucha para ti, entonces quizás sólo necesites un límite pequeño en tu vida.

b. ¿Y si todavía fracaso?

Considera estos límites como algo necesario para mantenerte en un camino seguro— el camino que Dios desea que tú tomes. Imagínate que estás en un camino angosto al lado de una montaña. A un lado del camino está la montaña y al otro lado un empinado precipicio. Si hay una barrera entre ti y el precipicio, ¿resentirías esa barrera? No—está ahí para protegerte contra destruirte a ti mismo.

Eso es lo que hacen los buenos límites en tu vida—te protegen contra la destrucción que te puede robar el destino que Dios tiene para ti.

Sara estaba sentada frente a mi escritorio, estaba nerviosa y evitaba mirarme a los ojos. Su problema era que mentía, y los del personal querían que fuera despedida del programa de Reto Juvenil, del que yo era director. Sara había violado muchas veces el límite de "Siempre diré la verdad".

Le pregunté a Sara si mentir había sido un problema en su vida antes de llegar a Reto Juvenil. Ella respondió: "Yo siempre mentía".

Entonces le pregunté: "¿Cuántas veces mientes ahora?"

Ella contestó: "Ahora sólo miento como el 10% de las veces".

¡Eso sí que es un gran progreso! Del 100% al 10%—a menos que uno tenga que tratar con las consecuencias y frustraciones de esta persona que miente el 10% de las veces. Pero esto se conecta con la realidad del proceso.

Aunque fijes límites claros en tu vida, eso no quiere decir que al instante ya no fracasarás en ese aspecto de tu vida. En tu deseo de vencer un pecado en particular, te podrías haber prometido a ti mismo: "Nunca volveré a hacer eso otra vez", o "Nunca volveré a pensar en eso". Luego, sólo unos días o semanas después, te vuelves a encontrar atrapado en ese mismo problema.

Necesitamos fijar esos límites sabiendo que vamos a necesitar la ayuda de Dios para hacer de este nuevo comportamiento una parte consistente de nuestra vida. Cuando fracases y caigas, necesitas admitir tu fracaso, y volver al camino dentro de tus límites y seguir adelante.

c. ¿Dónde quiere Dios que comience?

Si Dios te diera una lista de los tres límites más importantes en los que Él quiere que te concentres hoy, ¿qué pondría Él en esa lista?

La respuesta no será la misma para todos, pero a medida que ores y busques la ayuda de Dios, Él te mostrará el camino que Él quiere que sigas. Así que ¿cuáles son tus desafíos más grandes? ¿Con qué problemas luchas más? Averigua lo que Dios dice de ese problema, o cuál rasgo de carácter te ayudará a reaccionar de una nueva manera ante esa situación problemática.

Busca la ayuda de Dios. Él ha prometido darte toda la ayuda que necesites—especialmente si eres débil. Lee 2 Corintios 12:9-10.

3. ¿Dónde puedo comenzar?

Los límites afectan todos los aspectos de tu vida. Entonces ¿dónde debes comenzar? Nadie sino tú puede contestar eso. Este es un proceso que necesita de mucha oración. Aquí hay algunas preguntas que te pueden ayudar a identificar los lugares clave para comenzar.

¿Qué límites me van a hacer una persona segura para los demás?

¿Con qué soy irresponsable?

¿Qué aspectos de mis pensamientos necesitan mejorar? ¿Critico a los demás? ¿Cuáles son las tentaciones más fuertes en mi vida?

¿Qué reacciones emocionales necesito dominar?

¿Qué aspectos me son difíciles de entregar a Dios?

¿Qué comportamientos necesito cambiar?

¿Con qué soy manipulador?

¿De qué maneras trato de controlar a los demás?

¿Qué aspectos de mi vida están fuera de control?

Si todavía estás muy confuso y no sabes dónde comenzar con los límites prácticos, podrías pedirle ayuda a un amigo o a un familiar de confianza—alguien que te responderá sinceramente. Pídele ayuda para poner en orden estos asuntos.

Pero todavía te toca a ti tomar responsabilidad de estas decisiones que tienen que ver con tus límites. Podrías escribir los límites en los que quieres concentrarte durante las próximas semanas. Podría serte útil escribirlos en palabras tanto positivas como negativas— "No voy a decir mentiras", y "Seré sincero en todas mis comunicaciones, diré la verdad con amor".

Los límites no son sólo para evitar las dificultades y el mal comportamiento. También es necesario que se concentren en desarrollar el comportamiento positivo que te identifica como un seguidor de Jesús.

Podrías pedirle ayuda a un amigo o a un pariente para que te permita rendirle responsabilidad. "Este es un aspecto de mi vida en el que estoy tratando de vivir dentro de este límite. ¿Puedes exigirme responsabilidad?, y si ves que me salgo de ese límite, por favor dímelo."

Tener una relación de responsabilidad puede ser un motivador poderoso para mantenerte en la dirección correcta.

A medida que vayas desarrollando límites saludables en tu vida, llegarás a ser una persona segura que otros valorarán como amigo— alguien que es responsable, que se controla a sí mismo, que vive en libertad y que expresa correctamente el amor genuino.

C. ¿Cómo puedo escoger amigos seguros?

Necesitas tener una pasión para escoger amigos seguros. Al pensar en tu pasado, podrías tener muchos recuerdos dolorosos del daño que has experimentado en tus relaciones anteriores. ¿Cómo puede ser tu futuro distinto de tu pasado? Escoger amigos seguros será una de las claves más importantes para tu felicidad futura.

El libro ***Personas Seguras***, por el Dr. Henry Cloud y el Dr. John Townsend es un gran recurso. El subtítulo de este libro es "Cómo encontrar relaciones que son buenas para ti y cómo evitar las que no lo son". También está disponible un cuaderno de trabajo que se puede usar para el estudio personal o como una guía para la discusión en grupos pequeños.

Entonces ¿cuáles son las claves para escoger amigos seguros?

1. ¿Cómo puedo determinar si la persona no es segura?

¿Cómo puedes saber si alguien no es una persona segura? Con demasiada frecuencia escogemos un nuevo amigo basándonos en la buena apariencia y en la personalidad atractiva. Sin embargo, la verdadera prueba de si la persona es segura o no, no tiene nada que ver con las apariencias exteriores ni con la personalidad— tiene que ver con el carácter personal.

La mayoría de nosotros nunca aprendimos a evaluar el carácter de otra persona. Así que nos conformamos con la prueba de la "buena apariencia" exterior y pasamos a una nueva amistad con los ojos cerrados a lo que tiene que ver con los problemas de carácter.

Entonces ¿cómo puedes descubrir a la persona que no es segura?

Aquí hay algunos de los rasgos que describen a una persona que no es segura.

- Es encantadora, pero irresponsable.
- Es orgullosa. Tiene una gran opinión de sí misma, y con frecuencia se da aires de ser mejor que los demás.
- Tiene problemas con la ira. Si no cumples con sus expectaciones, fácilmente se puede airar contigo.
- Cuando hay algún conflicto en la relación, la persona que no es segura te culpa a ti, y eres tú quien tiene que arreglarlo.
- No cumple con sus promesas, pero espera que tú cumplas con las tuyas.
- Tiene expectaciones de ti y de los demás que no son realistas— es perfeccionista.

- Pone atención bajo sus condiciones—espera que tú le pongas atención, pero con frecuencia no tiene tiempo para ponerte verdadera atención a ti, especialmente si te encuentras ante un problema.
- No se puede confiar en ella, pero espera que tú seas fiel, sin que preguntes nada.
- Está más interesada en ella misma que en ti.
- La persona que no es segura no se relaciona como un igual. Podría darte la impresión de que tú no llegas a su altura. O podría comportarse como un niño y esperar que tú soluciones sus problemas.
- Podría abusar de ti, y luego acercarse con una sonrisa encantadora y pedirte que perdones y olvides.

Se podrían usar muchos más rasgos para describir a la persona que no es segura. No todas las personas que no son seguras poseerán todos estos rasgos, pero cuando los veas, es necesario que los veas como señales de advertencia de que esta persona no es una persona segura.

Si es que vas a identificar a las personas que no son seguras, tienes que buscarlas. Si haces una nueva amistad a ciegas dando por hecho de que es un gran amigo sólo porque a ti te gusta, te estás exponiendo a recibir más daño.

Necesitas comprometerte a escoger amigos seguros, y a permanecer alejado de las relaciones con las personas que no son seguras. Una de las razones por las que podrías acomodarte a una amistad que no es segura es tu propia desesperación por tener un amigo—cualquier amigo. Pero esta es una fórmula para el desastre.

2. ¿Por qué atraigo a las personas que no son seguras?

Una joven preguntó: "¿Acaso tengo un tatuaje en la frente que dice: '¡Pueden abusar de mí!', un tatuaje que sólo los que no son seguros pueden ver?"

¿Por qué es que algunos se encuentran repetidamente atrapados en relaciones que no son seguras?

Este problema tiene dos lados. El primer lado de este problema a quién dejas entrar a tu vida. Una persona que no es segura podría tratar de escogerte a ti como amigo. El otro lado de este problema es que tú podrías sentirte atraído a una persona que no es segura.

¿Por qué es que la persona que no es segura te encuentra atractivo? Podría ser porque estás comunicando el mensaje de que andas en busca de amigos. Quizás te sientes solo y tienes hambre de amor. Estos dos problemas fácilmente te pueden exponer a ser blanco para las personas que no son seguras. La persona que no es segura anda en busca de alguien que se sienta necesitado. Anda en busca de alguien a quien pueda usar para subsanar sus propias necesidades.

Cuando la persona tiene hambre de amor, es fácil que se conforme con lo que le llegue. Si tú nunca has tenido amistades seguras, entonces todo esto de amigos que son seguros puede parecerte más como una fantasía.

No tienes que aceptar las amistades que no son seguras. Dios tiene un plan para tu vida lleno de esperanza, y Él quiere que tus relaciones personales con los demás tengan un impacto positivo

en tu vida. Cuando creas que Dios tiene un futuro lleno de esperanza para ti, lleno de relaciones seguras, entonces vas a poder hacerle frente a cada día con confianza.

Cuando aprendas a evaluar a los demás, y a ver su carácter interior, que está más allá de su apariencia física, lograrás éxito al escoger a gente segura como amigos. Aprende a decir que no a los que no son seguros, sin importar lo encantadores que sean.

Hace unos años salió un anuncio comercial en la TV para una marca de champú. Un joven muy guapo se acerca a una joven muy bella, pero cuando le ve la caspa en el hombro, se vuelve y se aleja. El mensaje es—señorita, usted tiene un problema—usted no está usando el champú correcto.

Pero yo quiero gritar: "¡Tiempo muerto! ¡Un momento! Si este tipo no quiere ser tu amigo porque te ve caspa en los hombros, entonces, ¡toma por bendición el hecho de que se te alejó! ¡Él no es una persona segura! Si te va a abandonar cuando tengas caspa, ¿te puedes imaginar lo que haría cuando tengas un problema de verdad?"

No puedes permitir que tus emociones decidan si alguien es seguro o no. Tú tienes que basarte en la verdad, tú tienes que aprender a ver a esa persona como Dios la ve. Decir NO a una relación que no es segura es lo mejor que puedes hacer, sin importar lo encantadora que sea la persona.

3. ¿Cómo puedo escoger amigos seguros?

En el libro ***Personas Seguras***, los autores describen una relación segura como una relación que pasa tres pruebas.

- Nos acerca más a Dios.
- Nos acerca más a los demás.
- Nos ayuda a llegar a ser la verdadera persona que Dios nos creó para ser.

Estos tres rasgos se pueden usar para evaluar tus relaciones—ya sean tus parientes, tus mejores amigos o posibles cónyuges.

Los amigos seguros te acercan más a Dios porque ellos también aman a Dios. Entre más dedicado esté tu amigo a seguir a Jesús, más querrá que tú te acerques a Jesús también. Los amigos seguros son personas que están dedicadas a seguir a Jesús en todos los aspectos de su vida. Están dedicadas a desarrollar en su vida las cualidades de carácter que honran a Dios.

Los amigos seguros te acercan más a los demás. Una de las primeras señales de advertencia de que un amigo no es seguro es que quiere una amistad exclusiva contigo. No quiere que te acerques a ninguna otra persona—lo considera como deslealtad.

Pero los amigos seguros ven el valor de las relaciones múltiples. Te animarán a que te acerques a los demás sin sentir celos de tus otras amistades. Los que son seguros tienen más de un amigo. Y por lo regular tienen amistades con otros que son seguros.

El tercer rasgo de las amistades seguras es que te ayudan a llegar a ser la verdadera persona que Dios te creó para ser. No quieren simplemente conseguir algo de ti. Quieren que esta relación expanda tu entendimiento de lo que significa ser una verdadera persona. Son genuinas, y es algo seguro ser sincero con ellas. Te animarán para que seas todo lo que Dios quiere que seas.

Efesios 2:10 NTV

Pues somos la obra maestra de Dios. Él nos creó de nuevo en Cristo Jesús, a fin de que hagamos las cosas buenas que preparó para nosotros tiempo atrás.

Los amigos seguros afirmarán tus dones y talentos, y se regocijarán cuando aprendas a usarlos para honrar a Dios. Los amigos confiables sentirán gran gozo cuando tú sigas el camino que Dios te ha marcado. Aunque eso quiera decir irte a vivir a otra ciudad, ellos celebrarán lo que Dios está haciendo en tu vida.

Si buscas amigos seguros con pasión, puedes estar seguro de que Dios te va a ayudar. Cuando se trate de amigos cercanos y amigos íntimos, no te conformes con nada menos que con las personas que son seguras.

Y toma tiempo para convertirte en un experto en escoger amigos seguros. El libro y el cuaderno ***Personas Seguras***, por el Dr. Henry Cloud y el Dr. John Townsend son un gran recurso que te puede ayudar en este proceso. No te conformes con menos de lo mejor que Dios tiene para ti.

4. ¿Qué debo hacer si estoy en una relación con una persona que no es segura?

"Me siento atrapado en esta relación", dice Braulio de 18 años de edad. Cuando vivía en el campus universitario su primer año de estudios, él conoció a otra estudiante. Brenda también era estudiante de primer año, y pronto pasó de ser conocida a ser amiga casual y luego a ser amiga cercana. Después de pocas semanas ella le comunicó a Braulio que estaba interesada en casarse.

Pero Braulio sentía temores respecto a esta relación. Brenda tenía un humor cambiante. Cuando se sentía enferma le decía a Braulio: "Me siento enferma porque tú no me amas lo suficiente".

Braulio quería romper la relación, pero no quería ofender a Brenda. Temía que si rompía con ella, ella se sentiría muy ofendida.

¿Qué le dirías tú a Braulio si fueras su amigo cercano? ¿Qué consejo le darías sobre su relación con Brenda?

Braulio buscó a otros que le pudieron ayudar a ver sus opciones y a tomar una decisión sabia. Le dijeron que él no era responsable de los sentimientos de Brenda—él no hacía que ella se enfermara por no amarla lo suficiente; y le dijeron que él no era responsable de los sentimientos de ella si él decidía romper la relación.

Le ayudaron a Braulio a ver que aunque Brenda amaba a Dios, ella no era una persona segura. Ella definitivamente no era una buena candidata para ser esposa de Braulio. Si él permanecía en esa relación, no sería sincero con ella, porque su razón principal era no ofenderla.

Braulio por fin rompió su relación con Brenda, y ella pasó a otra relación y se casó unos meses después.

a. Sé sincero contigo mismo

Uno de los desafíos más grandes que se les presenta a muchos es ser sinceros respecto a sus relaciones. Dejamos que nuestras emociones decidan quiénes deben ser nuestros amigos. Si nos deleitamos en su compañía, entonces deben ser amigos seguros. Es muy fácil vivir en negación y no hacer frente a los verdaderos problemas que son parte el carácter de ese amigo.

Necesitas examinar sinceramente cuáles van a ser las consecuencias en tu vida si sigues con esta relación por los próximos cinco años o por el resto de tu vida.

- ¿Quieres vivir con alguien que no ha dedicado totalmente su vida a seguir a Jesús?
- ¿Quieres vivir con alguien que es celoso? ¿Cuyo humor es cambiante? ¿Qué es imprevisible?
- ¿Quieres vivir con alguien que es inmaduro—más interesado en sus propias necesidades que en las tuyas?
- ¿Quieres vivir con alguien que te culpa por todos los problemas de la relación? ¿Alguien que no toma responsabilidad de sus problemas? ¿Alguien que da excusas?

Nadie es perfecto, todos tenemos nuestros puntos fuertes y débiles. Pero debes evaluar tus relaciones para determinar si la persona es una persona segura. Y cuando te encuentres en una relación con una persona que no es segura, necesitas buscar la ayuda de Dios.

b. Cómo romper una relación

Una de las maneras más prácticas de reaccionar cuando te des cuenta de que estás en una relación no segura es romper la relación con esa persona. La sinceridad es la mejor regla. Jesús dijo: “Simplemente di: ‘Sí, lo haré’ o ‘No, no lo haré’” (Mateo 5:37). No digas: “Sí, quiero ser tu amigo”, mientras dices por dentro: “No, yo quiero salirme de esta relación”. Simplemente dile a la persona: “Quiero romper esta relación”.

Cuando decidas romper tu relación con alguien, no te sientas obligado a dar explicaciones detalladas de todas las razones por las que quieres romper. Hay muchos que no son seguros pero que saben hablar muy bien y que tendrán una excusa para cada razón que tú les des. No dejes en sus manos la decisión de romper esta relación. Tú tienes que estar convencido de que quieres salirte de esa relación, y luego permanecer firme en esa decisión sin importar lo que diga la otra persona. Antes de tener esta conversación con la persona debes determinar que no vas a cambiar de parecer hoy, sin importar lo que te diga la persona.

Sería mejor tener esta conversación en un lugar público donde puedas evitar que la persona tome control de la situación. Antes de esta reunión es necesario que planees lo que vas a hacer después de la reunión. Necesitas tener transporte para regresar a tu casa o adonde quiera que vas a ir, para que no tengas que depender de la persona para que te lleve adonde necesitas ir.

c. Después de romper una relación que no es segura

No te sorprendas si la persona se acongoja o se enoja contigo. El Dios a quien tú sirves es suficientemente grande para ayudarle a través de este rompimiento. Dios no necesita que tú le ayudes a componer a esta persona. Él tiene suficientes maneras de ayudar a esta persona.

No te sorprendas si sigues dudando de si tomaste la decisión correcta o no. Necesitas permanecer firme en tu decisión, sin importar lo que te digan tus emociones. Recuerda—no puedes dejar que tus emociones tomen estas decisiones que son tan importantes para tu vida.

También necesitas hacer el compromiso de no volver a esta relación. La persona que no es segura no sólo comete un error muy pequeño un día, y por eso se acabó la relación. La persona que no es segura tiene problemas de carácter que son peligrosos para ti. Los problemas de carácter no se arreglan en un día ni en una semana.

d. ¿Y si la persona que no es segura es un pariente?

Quizás algunos de tus parientes no sean personas seguras. ¿Esto quiere decir que nunca debes volver a hablarles ni acercarte a ellos? No hay una respuesta sencilla para esta pregunta. Parte de la respuesta la determina el grado hasta el que esta persona no es segura. ¿Esta persona tiene un temperamento violento? ¿O esta persona te ha abusado a ti o a otros en el pasado?

Te podría ser necesario determinar qué es lo que necesitas hacer para estar seguro. Si todavía estás en peligro, entonces te podría ser necesario dar pasos drásticos para salir de ese ambiente peligroso.

Si la persona que no es segura es alguien con quien trabajas o es un vecino, entonces vas a tener que determinar cómo protegerte del peligro. No te pongas en un lugar donde estés bajo su control. Busca la ayuda de otros para determinar cuál es la mejor manera de tratar con esta relación.

e. ¿Y si eran mis amigos cuando yo todavía no era cristiano?

Si no hace mucho que eres cristiano quizás todavía tengas muchos amigos que no son cristianos. ¿Qué puedes hacer? Estos podrían ser amigos que están dentro de todos los cuatro tipos de amistades que estudiamos en el Capítulo 2—conocidos, amigos casuales, amigos cercanos y amigos íntimos.

Entre más contacto tengas con estos amigos, más posible será que ellos te influencien. Una de las decisiones más importantes que puedes tomar respecto a estas anteriores amistades es llevarlas todas a Jesús y decirle: “Jesús, ¿qué quieres que haga con cada una de estas amistades?” Si dejas que Jesús tome la decisión, entonces puedes estar seguro de que será la mejor decisión.

Además de dejar que Dios escoja a tus amigos, necesitas tomar la decisión muy clara de que los que rechazan a Jesús no pueden ser tus amigos cercanos. Si tienes contacto con tus amigos de antes, diles claramente que tú le has entregado tu vida a Jesús y que ya no vas a tomar parte en ninguna actividad pecaminosa.

Son demasiados los cristianos nuevos que no han tomado en serio la posibilidad del peligro de seguir con las amistades de antes, y pronto se encuentran haciendo concesiones y hasta

apartándose de Dios. No te engañes al creer que tú sabes qué es lo mejor para ti. Entrega a Jesús estas relaciones y deja que Él te dirija.

José aceptó a Cristo en Reto Juvenil y se apartó de su anterior vida de drogadicción. Mientras oraba, sintió que Dios le decía que no volviera a su antiguo barrio, sino que hiciera nuevas amistades con otros cristianos. Pasaron diez años antes que sintiera que Dios le daba permiso de volver a su antiguo barrio.

Quizás tú creas que eso es algo ridículo. Pero el hecho es que José hizo esto porque él oró y sintió que Dios le decía que lo hiciera. La buena noticia es que José todavía estaba sirviendo a Dios veinte años después de aceptar a Cristo y de compartir esta parte de su pasado. Cuando se trata de tus relaciones personales con tus amigos de antes, lo mejor para ti es hacer lo que Dios quiere que hagas. Confía en Dios, y disponte a vivir con lo que sea que Él te diga que hagas.

Conclusión

La persona con quien puedes tener la relación más segura es Jesús. Aunque te sientas desconsolado por una amistad que resultó no ser segura, párate firme en la promesa de que Dios traerá a tu vida a otros que son seguros. Ten cuidado al escoger a tus amigos cercanos y a tus amigos íntimos y cerciórate de que sean personas seguras. Sigue esforzándote por madurar hasta que llegues a ser la persona que Dios quiere que seas y así serás un amigo seguro para los demás.

Capítulo 4
El sexo y la vida cristiana

¿Qué lugar tiene el sexo en la vida del cristiano? El resto de este curso tratará de contestar esta pregunta. Aquí hay algunas preguntas en las que podrías pensar durante los próximos días.

- ¿Cuál es el plan de Dios para los solteros?
- ¿Qué debes hacer si estás enamorado de una persona que no es cristiana?
- ¿Qué debes hacer si has tenido actividad sexual con una persona soltera?
- ¿Cómo es que tu vida sexual antes de casarte te afecta después de casarte?
- ¿Qué hace que el salir con alguien sea un éxito?
- ¿Debes salir con los que no son cristianos?
- ¿Cómo puedes encontrar al cónyuge para toda la vida?
- ¿Qué es lo que hace del matrimonio cristiano algo tan especial?
- ¿Cómo puedes restaurar tu matrimonio?
- ¿Qué dice Dios de los matrimonios por consenso?

Quizás tengas muchas preguntas además de las que se encuentran en la lista anterior. Esperamos que tu estudio de este capítulo sea un pequeño paso para ayudarte a aprender cómo es que Dios ha planeado para ti la mejor vida posible—una vida que por lo regular incluye relaciones con los del sexo opuesto. Pero ¿qué clase de relaciones son esas?

¿Y quién va a determinar las creencias por las que debes vivir en este aspecto de tu vida? ¿Tu familia? ¿Tu cultura? ¿Tus maestros? ¿Las estrellas de televisión y del cine? ¿Dios?

Si has tomado la decisión de pedirle a Jesús que dirija tu vida, entonces puedes estar seguro de que Él está listo para ayudarte con todas las preguntas y problemas que tengas en este aspecto de tu vida.

A. El sexo y la persona soltera

Entonces comencemos con el sexo y la persona soltera. Todos comenzamos la vida como personas solteras. La mayoría de nosotros hemos vivido o vamos a vivir más o menos 18 años de nuestra vida como personas solteras—y para algunos serán muchos más años. Algunos se casarán más jóvenes.

La manera en que controles tus pensamientos sobre el sexo y tus relaciones con el sexo opuesto cuando seas soltero, va a tener un efecto importante en el resto de tu vida.

Dios tiene mucho que decir respecto a este aspecto de tu vida. Sin importar lo que tú creas, Dios sabe del sexo más que tú y cómo gozar verdaderamente de él— ¡Él lo creó! ¡Y cuando Él lo creó Él sabía lo que hacía!

Pero este don tan precioso de la creación de Dios también es un medio importante que Satanás va a usar para robarte la bendición especial que Dios quiere que el sexo sea en tu vida. El sexo no es pecado cuando se usa dentro de los límites de Dios. Satanás va a hacer todo lo posible para hacerte ignorar lo que Dios dice del sexo. Satanás quiere llevarte por un camino muy diferente del que Dios ha planeado para ti.

Entonces ¿quién ha influenciado lo que tú crees respecto al sexo hasta este punto en tu vida? ¿Dios? ¿Tu familia? ¿Tus amigos? ¿Tu cultura?

1. ¿Qué te dice tu cultura respecto al sexo?

En la mayoría de los países del mundo hoy, el sexo es una parte muy grande de la cultura. Las películas muestran el sexo explícitamente. Aunque las películas son clasificadas, la mayoría de los niños tienen acceso a cualquier película que quieran mirar. Muchos jóvenes hoy están aprendiendo sobre el sexo por las películas que miran.

Pero es algo más que las películas lo que compone nuestras opiniones culturales sobre el sexo. Nuestros amigos y otros de nuestra misma edad también tienen una poderosa influencia en lo que opinamos sobre el sexo.

Muchos adolescentes se jactan de haber perdido su virginidad, y con frecuencia no muestran ningún arrepentimiento visible. “Todos lo hacen, así que mejor será que yo también haga lo que todos hacen.” Esa es la lógica que dirige los pensamientos y creencias de muchos adolescentes hoy.

- ¿Cuáles dirías tú que son algunos de los mensajes principales que tu cultura comunica respecto al sexo?
- ¿Qué influencia ha tenido tu cultura en lo que tú crees respecto al sexo y la persona soltera?
- ¿Qué diferencia hay entre la opinión de tu cultura respecto al sexo y la opinión de Dios respecto al sexo?
- ¿Alguna vez has tomado tiempo para examinar detenidamente lo que Dios dice de lo que tu cultura opina del sexo?

En muchos países hoy, lo que la cultura opina es tan dominante que cualquier otra perspectiva simplemente desaparece. Pero si tú examinas con cuidado lo que Dios opina del sexo, vas a ver que con frecuencia está en gran conflicto con las creencias comunes de tu cultura. ¿Entonces quién tiene razón?

Dios nos da un mensaje claro respecto a los peligros de hacer lo que nuestra cultura nos dice que hagamos.

Romanos 12:1-2 NTV

Por lo tanto, amados hermanos, les ruego que entreguen su cuerpo a Dios por todo lo que él ha hecho a favor de ustedes. Que sea un sacrificio vivo y santo, la clase de sacrificio que a él le agrada. Esa es la verdadera forma de adorarlo. 2 No imiten las conductas ni las costumbres de este mundo, más bien dejen que Dios los transforme en personas nuevas al cambiarles la manera de pensar.
Entonces aprenderán a conocer la voluntad de Dios para ustedes, la cual es buena, agradable y perfecta.

El mensaje de Dios para nosotros es muy claro— "No imiten las conductas ni las costumbres de este mundo". Este es el gran peligro que se nos presenta en nuestra cultura. Es fácil deslizarse hacia creer que si la cultura entera acepta esta opinión respecto al sexo, entonces debe ser correcta. Pero Dios no determina lo que es mejor para nosotros por lo que todos los demás creen.

Otra traducción de este versículo dice: "No se amolden al mundo actual". Y eso es lo que tu cultura quiere que tú hagas—permitir que el mundo te amolde a lo que dice del sexo—después de todo, "todos los demás lo hacen".

Pero cuando permites que tu cultura determine lo que es mejor para ti, Dios dice que ésta siempre te arrastrará hasta su nivel de inmadurez. Entonces ¿quién tiene razón—tu cultura o Dios? Los dos no pueden tener razón.

Aunque tu cultura presenta a los solteros un poderoso mensaje sobre el sexo, Dios en realidad tiene la mejor perspectiva de este tema. Después de todo, Él lo creó, así que Él sabe cuál es la mejor manera de encontrar satisfacción en este aspecto de tu vida.

2. ¿Cuál es la historia de tu familia respecto a las relaciones sexuales?

Tu familia tuvo una temprana influencia en lo que tú opinas de las relaciones sexuales. ¿Qué clase de relación tenían tus padres? ¿Vivían juntos y te dieron un ejemplo positivo del amor, de la comunicación y de la capacidad para llevarse bien mutuamente? ¿Te dieron un ejemplo claro de cómo es una relación madura saludable?

¿O te dieron el ejemplo opuesto? ¿El divorcio fue parte de tu experiencia en la niñez? ¿Uno o los dos de tus padres estaban totalmente ausentes de tu vida?

Aunque tus padres te hayan dado un ejemplo positivo de lo que es una relación santa, eso no quiere decir que tú vas a seguir sus pasos automáticamente. Es triste decirlo, pero muchos padres no enseñan a sus hijos las importantes lecciones sobre el sexo; lecciones que los podrían proteger de las fuertes influencias de su cultura, y de los amigos que llevan una vida muy diferente a la de los padres.

¿Y qué puedes decir de tus abuelos y otros parientes? ¿Qué clase de mensajes comunicó a tu vida su modo de vivir? ¿Fueron ejemplos positivos de una opinión santa respecto al sexo? ¿O fueron lo opuesto?

¿Y qué puedes decir de tus hermanos o tus primos? ¿Qué clase de ejemplo te dieron respecto al sexo y la persona soltera? ¿Sus creencias y su comportamiento modelaron claramente lo que Dios dice respecto al sexo en la Biblia? ¿O estaban más alineados con lo que la cultura dice respecto al sexo?

Al ver a tu alrededor, ¿cuántas veces ves a hijos que se criaron en hogares con sólo uno de los padres repetir el ciclo y tener un hijo antes de casarse? Muchas de las tradiciones de familia que son disfuncionales refuerzan la opinión de la cultura respecto al sexo, y el daño continúa a la próxima generación.

Trágicamente, hay muchos jóvenes hoy que han sido abusados sexualmente por un pariente o por un amigo cercano de la familia. Este abuso les ha causado una opinión muy dañina respecto al sexo—y este daño aumentará a medida que este niño se hace adulto.

Cualquiera que haya sido el ambiente dentro de tu familia—las creencias y prácticas respecto al sexo que tiene tu familia han influenciado tu vida. Aunque esas influencias hayan sido negativas o positivas, tú todavía tienes el poder de tomar tus propias decisiones. Tú puedes decidir seguir el ejemplo de tus padres y de tu familia, o puedes hacer tu prioridad principal el seguir lo que Dios te dice en la Biblia respecto al sexo.

3. ¿Qué es libertad sexual?

Cuando se trata de lo que crees acerca del sexo, uno de los mensajes más comunes que nuestra cultura comunica a los jóvenes hoy es: “Tú eres libre para decidir por ti mismo”. Todo este hablar de libertad—libertad sexual—da la impresión de que tú puedes tomar la decisión correcta simplemente con seguir los dictados de tu corazón y de las otras voces que oyes de tu cultura.

Muchas veces los que hablan de la libertad sexual están prontos a decir que no debes dejar que creencias anticuadas de tus padres te pongan restricciones.

a. Una definición que cumple con la norma de Dios

Entonces ¿qué es libertad sexual? ¿Esto quiere decir que eres libre para creer y hacer lo que tú quieras? Después de todo, es tu cuerpo.

Aquí está una definición que no vas a oír en las películas. Es una definición de la libertad sexual que cumple con la norma de Dios.

Libertad sexual — no es la libertad de hacer lo que quieras con tu novia o esposa (novio o esposo). Libertad sexual es el poder para hacer lo que es correcto hacer con tu novia o esposa (novio o esposo). Recibes ese poder y ese entendimiento de Dios y de su Palabra—la Biblia.

Esta definición de libertad sexual viene del Institute in Basic Life Principles [Instituto de Principios Básicos].

Examinemos los puntos clave de esta definición de libertad sexual. Libertad no quiere decir que no hay límites. La libertad opera dentro de los límites.

La persona que tiene libertad sexual es la que tiene el poder de hacer lo que es correcto en todas sus relaciones. ¿Y de quién se recibe ese poder? De Dios. Esto no tiene nada que ver con ser más fuerte que la otra persona. Tiene que ver con controlarte a ti mismo, con tener el poder para controlar tus propios pensamientos, emociones y comportamiento para que funcionen dentro de los límites que Dios te ha fijado.

La verdadera libertad sexual también incluye saber qué es lo correcto en todas tus relaciones. ¿Y cuál es la base para estos pensamientos y decisiones? La Biblia—la verdad de Dios—que nos ofrece la mejor fuente de conocimiento sobre lo que es correcto en cada relación. Y aquí es donde vas a encontrar una batalla con lo que tu cultura te dice respecto a la libertad sexual.

Tu cultura te dirá que no debes permitir que nadie te diga lo que tienes que hacer. Tú eres libre para tomar tus propias decisiones. Pero esa no es verdadera libertad sexual. Ese es el *nivel de inmadurez* al que se refiere Romanos 12:2. Cuando un adolescente grita: "¡Yo puedo hacer lo que me dé la gana!" está revelando que en realidad es muy inmaduro.

Si quieres tener una relación sexual que traiga a tu vida amor verdadero, placer verdadero sin nada de qué arrepentirte, entonces necesitas seguir lo que Dios opina de la libertad sexual.
Si sigues la opinión de tu cultura respecto a la libertad sexual, lo único que eso hará es llevarte por caminos que son inferiores a lo que Dios quiere para ti. Nunca vas a lograr lo que Dios ha planeado para ti si sigues la opinión de la cultura respecto a la libertad sexual.

b. ¿Cuál es mi identidad sexual?

En años recientes ha habido una creciente aceptación de que los jóvenes experimenten con diferentes compañeros sexuales. Más y más, se anima a los adolescentes que consideren las relaciones con los del mismo sexo como algo normal. "Haz lo que quieras", es el mensaje. Muchos adolescentes se enfrentan con la presión de dejarse llevar por lo que la cultura dicta.

Al reflexionar en tu vida, ¿cuáles han sido tus desafíos personales en este aspecto? ¿Las voces de tu cultura te han presionado para que experimentes con el sexo?

¿Y qué dice Dios de tu identidad sexual? La Biblia habla muy claramente de esto.

Génesis 1:27 NTV

Así que Dios creó a los seres humanos a su propia imagen. A imagen de Dios los creó; hombre y mujer los creó.

Dios te creó, o como hombre o como mujer. Dios no comete errores. En este próximo versículo, el escritor habla de cómo Dios te hizo a ti.

Salmo 139:13-14 NTV

Tú creaste las delicadas partes internas de mi cuerpo y me entretejiste en el vientre de mi madre. [14] ¡Gracias por hacerme tan maravillosamente complejo!
Tu fino trabajo es maravilloso, lo sé muy bien.

Tu cultura te puede decir que estás aquí por casualidad, pero Dios dice claramente que Él participó activamente en tu vida aún antes de tu nacimiento.

A muchos jóvenes se les dice hoy que nacieron para ser homosexuales o lesbianas.
Pero esto va en contra de lo que Dios dice en la Biblia.

¿Algunos jóvenes son atraídos a las relaciones con el mismo sexo? Sí. ¿Por qué? Una simple verdad te puede ayudar a entender esto. Satanás quiere tomar lo bueno que Dios ha creado, y tergiversarlo y traer confusión a tu vida para que rechaces la verdad de Dios y sigas las mentiras de Satanás.

Tú debes decidir alinear tus pensamientos con la verdad de Dios. Tus sentimientos no determinan lo que es verdad. La verdad de Dios es cierta ya sea que la aceptemos o no. Tú debes tomar la decisión de aceptar la verdad de Dios de que Él te ha hecho hombre (o mujer). Eso no se basa en lo que sientas—se basa en el cuerpo que Él te dio.

La persona que ha participado en actividades homosexuales todavía podría tener sentimientos fuertes hacia las relaciones con el mismo sexo. Pero Dios quiere que todos aceptemos su verdad.

Necesitas mirarte en el espejo y decirte: "Dios me hizo. Él no comete errores. Yo decido estar al lado de su verdad respecto a cómo Él me hizo".

Se te pueden presentar muchas tentaciones e inseguridades cuando se trata de tu identidad sexual. Ten seguridad de esto—Dios está listo para ayudarte a entender su verdad y a andar en ella todos los días.

4. ¿Cuál es la norma de Dios para los solteros?

Dios nos creó para ser o un hombre o una mujer. Y Él nos creó con el deseo y la capacidad de tener relaciones sexuales. Pero el sexo es un don de Dios, no una necesidad. Tú necesitas aire, comida y agua o morirás. No necesitas tener relaciones sexuales para vivir. No tienes que tener relaciones sexuales para ser feliz.

Dios tiene una norma muy sencilla para las relaciones sexuales. El sexo se debe guardar para una sola persona—el cónyuge—y sólo después de casarse.

La norma de Dios para toda persona que está casada es muy clara—no debe tener relaciones sexuales fuera del matrimonio.

En los diez mandamientos, Dios también dice claramente que no cometamos adulterio. Una persona casada comete adulterio cuando tiene relaciones sexuales con cualquier otra persona que no sea su cónyuge.

Jesús tomó esta norma y la hizo todavía más específica. No debes tener relaciones sexuales con ninguna otra persona ni en tus pensamientos.

Mateo 5:27-28 NTV

Han oído el mandamiento que dice: "No cometas adulterio". [28] Pero yo digo que el que mira con pasión sexual a una mujer, ya ha cometido adulterio con ella en el corazón.

Jesús comienza con el acto físico definido en los diez mandamientos, y luego dice claramente que cuando lo cometemos en pensamiento, eso también es pecado.

Tratar con las tentaciones en tus pensamientos puede ser una gran batalla en tu vida. Debes aprender a vencer estas tentaciones. Dios está listo para ayudarte. El curso titulado ***La tentación*** de los *Estudios de Grupo para una Nueva Vida* trata más detalladamente con este asunto.

¿Cómo puedes permanecer sexualmente puro hasta casarte? Te será necesario hacer un verdadero compromiso. Algo importante aquí es tomar la decisión de guardar esta parte de tu vida para una persona—con la que te cases—y sólo después que se casen.

¿Y qué de la persona soltera que ya ha tenido relaciones sexuales?

5. Comprométete a vivir en pureza sexual

No puedes volver a tu pasado y cambiarlo. Si has tenido relaciones sexuales en tu pasado, ahora puedes tomar la decisión de vivir de manera diferente desde hoy en adelante. Puedes decidir vivir en pureza sexual el resto de tu vida. ¿Qué es pureza sexual? Es vivir de acuerdo con la norma de Dios para las relaciones sexuales.

Dios no te ve como un fracaso ni como mercancía dañada. Él te ama, y Él está listo para perdonarte si le confiesas tus pecados—cualquiera que sean.

Un día un grupo de hombres llevó a una mujer ante Jesús. Ellos dijeron que la habían sorprendido en el acto de adulterio. Ellos le exigieron a Jesús que contestara— ¿la apedreamos o la dejamos ir? Estaban tratando de tenderle una trampa a Jesús. La ley del Antiguo Testamento decía que cualquiera que fuera sorprendida en el acto de adulterio debía ser apedreada. Pero en los tiempos de Jesús vivían bajo la ley romana, y la ley romana no exigía que las que cometían adulterio murieran.

Entonces Jesús contestó a los hombres, diciéndoles: “Aquel de ustedes que esté libre de pecado, que tire la primera piedra”. Pronto todos los hombres se habían ido, y entonces Jesús le habló a la mujer.

Juan 8:10-11 NVI

Entonces él se incorporó y le preguntó:

—Mujer, ¿dónde están? ¿Ya nadie te condena?

—Nadie, Señor.

—Tampoco yo te condeno. Ahora vete, y no vuelvas a pecar.

La respuesta que Jesús le dio a esta mujer trata con dos problemas de los que han tenido relaciones sexuales fuera de la norma de Dios. Primero, Jesús no está tratando de condenarte—Él está listo para perdonarte. Segundo, Jesús le dijo a esta mujer “vete, y no vuelvas a pecar”. Este es un llamado a cambiar, y a escoger una vida de pureza sexual.

Así que si has tenido relaciones sexuales en el pasado, tu desafío hoy es muy sencillo—¿vas a decidir vivir en pureza sexual desde hoy en adelante? Dios te va a ayudar, y Él tiene un plan para tu vida que está lleno de los mejores amigos posibles.

B. Salir con alguien / Escoger a la persona con quien voy a casarme

Si hicieras una encuesta de los solteros de entre 18 y 28 años de edad, la mayoría te diría que les gustaría casarse— ¡algún día! Algunos tienen otros planes— "Primero quiero terminar mis estudios universitarios". Otros dicen: "Estoy listo(a) y dispuesto(a), lo único que necesito es encontrar a la persona correcta". Y luego sigue la pregunta: "¿Cómo se sabe si uno está enamorado de verdad? ¿Ese amor me sostendrá durante toda una vida de matrimonio con esa persona?

¿Cómo puedes encontrar a la persona correcta para casarte? El proceso es diferente de un país a otro, hasta de una familia a otra. En algunas familias los padres arreglan el matrimonio de sus hijos. En tu caso esto podría ser muy diferente.

Pero cualquiera que sea el proceso que uses, escoger a la persona con quien te vas a casar es una de las decisiones más importantes que tomarás en la vida. Una de las claves para tener un matrimonio feliz es primero aprender a tener amistades saludables con el sexo opuesto.

Este asunto de salir con alguien y escoger a la persona con quien te vas a casar es algo muy importante, y lo vamos a examinar con más detalle en otras clases. En este curso solamente vamos a ver cuatro preguntas sobre esto, y daremos un vistazo muy básico a algunos de los problemas relacionados con salir con alguien.

1. ¿Cuál es el propósito de salir con alguien?

¿Por qué es que la gente sale con otra persona? Hay más de una respuesta correcta.
Tú tendrás la oportunidad de escribir tus propias opiniones sobre este tema cuando contestes la pregunta 1 del Proyecto 4 de la Guía de Estudio, "Salir con alguien". Aquí hay algunas de las respuestas que otros dieron a esta pregunta.

- Para conocer mejor a mis amigos(as).
- Para madurar socialmente.
- Para saber cómo piensan las(los) jóvenes.
- Para compartir mis sentimientos con ellos(as).
- Para prepararme para el matrimonio.
- Para aprender a sentirme cómodo(a) cuando estoy con las personas del sexo opuesto.

Tú podrías tener otras razones, y eso está bien. Pero ¿de dónde vienen tus ideas sobre salir con alguien? ¿Están basadas en las verdades de la Biblia? ¿O son ideas que has recogido de tu cultura?

¿Cuáles deben ser tus razones para salir con alguien si eres un cristiano que está dedicado a seguir a Jesús en este aspecto de tu vida? Podrías incluir las razones anteriores. Si le pidieras a Jesús que te dé su lista de razones por las que debes salir con alguien, ¿qué es lo que crees que Él pondría en la lista?

Aquí hay dos asuntos que podrían tener un lugar importante cuando salgas con alguien.

a. Aprender a dar y a recibir amor, especialmente amor ágape—el amor de Dios.

b. Debe ser una oportunidad para que los dos nos acerquemos más a Dios.

Si ya tomaste el curso ***El amor y cómo aceptarme a mí mismo***, de los *Estudios de Grupo para una Nueva Vida*, entonces ya has examinado las diferentes clases de amor que se mencionan en la Biblia. El idioma griego tenía cuatro palabras para amor, y "ágape" es la que se usaba para describir el amor que Dios tiene para nosotros. Él nos ama profundamente, pero no se trata de sentimientos románticos.

La mejor descripción del amor "ágape" se encuentra en 1 Corintios 13 donde el amor se describe como paciente. ¿Qué tiene de romántico la paciencia? Luego dice que el amor "es bondadoso", y luego menciona más expresiones prácticas del amor en una relación saludable. Ninguna es muy romántica, pero todas tienen que ver con el verdadero amor.

El segundo punto (b) dice claramente que si sales con alguien, debe ser una oportunidad para que los dos se acerquen más a Dios.

Si estas dos cosas no suceden cuando sales con alguien, entonces te estás perdiendo de una de las partes más placenteras de salir con alguien.

Salir con alguien se trata de desarrollar una amistad genuina. No se trata de experimentar con el sexo. Si eres soltero y estás interesado en salir con alguien, cerciórate de hacerlo con un corazón sensible hacia Dios, y pídele que Él te de dirija en esta relación.

2. ¿Cuándo está lista la persona para comenzar a salir con alguien?

¿Cuál es tu respuesta a esta pregunta— '¿Cuándo está lista la persona para comenzar a salir con alguien?'? No hay una sola respuesta sencilla para todos. Dios nos hizo a cada uno un poquito diferente de los demás. Si eres soltero, la pregunta más importante que puedes hacer es: "Dios mío, ¿tú crees que estoy listo para comenzar a salir con alguien?"

Aquí hay cuatro puntos que puedes usar para ayudar a determinar si estás listo para comenzar a salir con alguien.

a. Cuando sepas cuáles son los beneficios y los peligros de salir con alguien.

b. Cuando hayas desarrollado personalmente un conjunto de normas (tus reglas) para salir con alguien.

c. Cuando hayas hecho un acuerdo con Dios de nunca bajar tus normas. Cuando haces concesiones, las tentaciones del diablo se hacen más fuertes, tú te haces más débil y pronto te encuentras atrapado en los pensamientos y hechos pecaminosos.

d. Cuando sepas desarrollar una amistad basada en algo aparte de la atracción sexual.

e. Cuando te sientas seguro en tu carácter personal y estés dedicado a ejercer control de ti mismo en tus relaciones con la persona con quien piensas salir—cuando seas un amigo seguro.

Se podría hablar mucho más detalladamente de cada uno de estos puntos. Pero veamos el punto b., "Cuando hayas desarrollado personalmente un conjunto de normas". Estas son tus reglas para salir con alguien. En el Capítulo 3 hablamos de los límites—de eso es que se trata esto. Tu mejor futuro vendrá cuando decidas poner a Dios primero en este aspecto de tu vida y decidas desarrollar límites que lo honren a Él.

3. ¿Cuáles son algunos de los beneficios de salir con alguien?

Tú vas a tener la oportunidad de dar tus respuestas a esta pregunta en la Pregunta 3 del Proyecto 4 de la Guía de estudio. Si eres soltero, podría serte útil hablar con adultos mayores que hayan estado casados por varios años y pedirles su respuesta a esta pregunta.

Llegar a conocer a otra persona y comenzar a soñar con la posibilidad de pasar tu vida con esta persona puede ser un bello proceso de enamorarse. ¿Entonces cuál es la mejor manera para hacer que esto suceda en tu vida?

Esta ilustración muestra el patrón bíblico para desarrollar relaciones amorosas saludables con los del sexo opuesto.

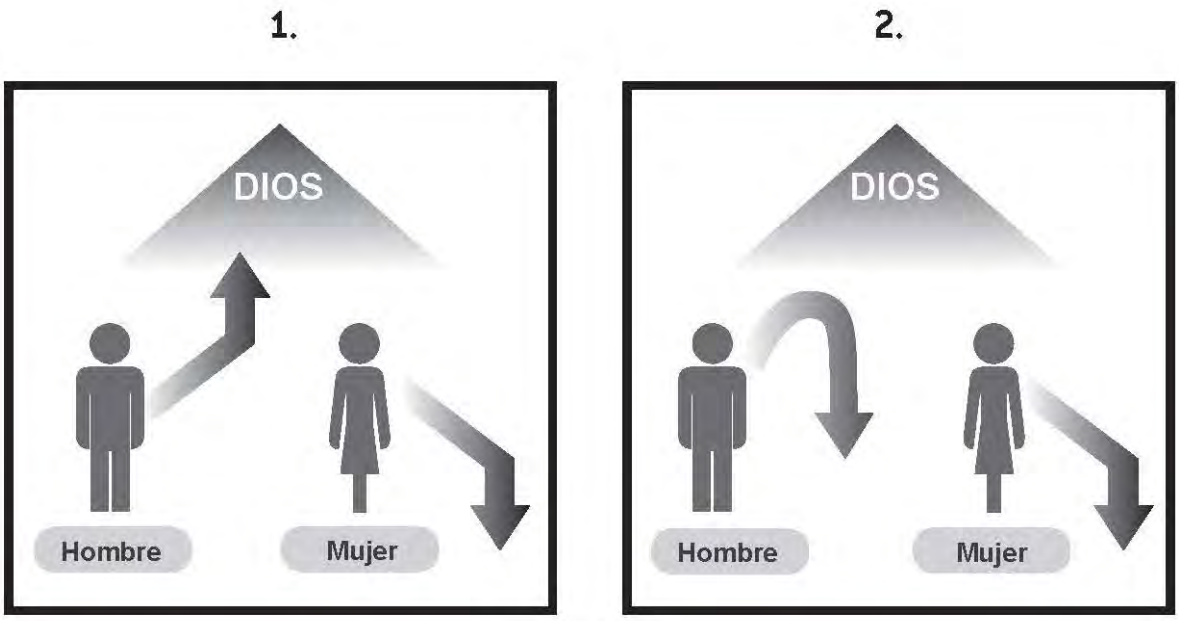
La mejor manera de desarrollar una relación más cercana con tu amiga(o) es que los dos se acerquen más a Dios. El cuadro muestra que cuando los dos ponen a Dios primero en su vida, se acercarán más a Dios—y el uno a la otra.

Entonces ¿estás dispuesto a dejar que Jesús te diga "sí" o "no" a una amistad con otra persona? Quizás estés diciendo: "Yo sé qué es lo que más me conviene a mí. ¡Yo voy a tomar esta decisión por sí solo!" ¿Sí? Si de verdad quieres tener el mejor futuro posible en este aspecto de tu vida, entonces deja que Dios tenga la primera prioridad en estas decisiones.

4. ¿Cuáles son algunos de los peligros de salir con alguien?

Quizás ya tengas todas las respuestas correctas a esta pregunta. ¿Eso es por experiencia personal de haber salido muchas veces con malos resultados? Se podrían contar muchas historias tristes de jóvenes, hombres y mujeres, que han descubierto demasiado tarde que escogieron mal al salir con alguien.

Si es que alguna vez necesitas tener cuidado para escoger amigos seguros—esa vez es cuando salgas con alguien. Entonces ¿cuáles son algunas de las señales que te advierten que hay problemas más adelante?



Estas ilustraciones muestran lo que sucede si tu amiga(o) no es cristiana(o), o si no está interesada(o) en acercarse más a Dios. Tú podrías estar acercándote más a Dios (#1), pero si la otra persona no lo está, entonces entre más te acerques tú a Dios, más te alejarás de esa persona.

Si decides desarrollar una relación más profunda con alguien que no se está acercando más a Dios, vas a tener que alejarte de Dios (#2). Estas dos ilustraciones comunican un punto sencillo—si los dos no se están acercando más a Dios, entonces esta relación te va a causar muchos problemas y sufrimientos.

Cualquier relación que te aparte de Dios te robará el destino que Dios ha planeado para ti. No te engañes al pensar que esta amistad es mejor que todo lo que Dios tiene que ofrecerte para la eternidad.

Otro peligro que está conectado con salir con alguien es la tentación de tener actividad sexual antes de casarse. Usar un condón no va a hacer que el sexo sea seguro. No existe nada que sea "pecado seguro". Si le has entregado tu vida a Jesús, y luego escoges el camino del pecado sexual, siempre tendrás desilusión y sufrimiento.

Los que tienen sexo antes de casarse (ya sea coito sexual u otro contacto físico indebido) estorbarán grandemente su relación con Dios. También se levantará una pared de culpabilidad entre las dos personas. Esto les hará difícil comunicarse con sinceridad. Los dos van a comenzar a sentirse insatisfechos y solitarios porque su relación con Dios y su relación con su amigo(a) ha sido estorbada.

Es el amor, no el sexo físico, lo que nos une y nos permite desarrollar relaciones amorosas más cercanas.

Colosenses 3:14 NTV

Sobre todo, vístanse de amor, lo cual nos une a todos en perfecta armonía.

Si les preguntaras a los que son mayores que tú qué es de lo que más se lamentan en sus experiencias al salir con alguien, nunca vas a encontrar a nadie que diga: "Quisiera haber tenido más sexo cuando salía con alguien". En vez de eso, lo que es más probable que oigas de los que son sinceros es: "Quisiera haber tenido más cuidado en seguir los límites de Dios respecto al sexo y la persona solera. Quisiera haber esperado para tener sexo".

Otra ilustración que puede ayudarle a explicar el método bíblico para formar relaciones es usar esta pirámide.

El método bíblico para formar una relación tiene un fundamento sólido para que esta relación madure. El punto de vista del mundo es aprobar lo opuesto, de modo que tiene un punto falso como fundamento—que no ofrece ninguna estabilidad y que fácilmente se derrumba.

No dejes que el mundo te apriete dentro de su molde—en vez de eso, fija tu mirada en Jesús y comprométete a seguirlo como tu principal prioridad. Él traerá a tu vida a la persona que se controla a sí misma, que es segura, responsable, bondadosa, amable y que es un(a) buen(a) amigo(a).

C. El matrimonio

De todas las relaciones personales en la vida, el deseo de Dios es que tu matrimonio sea la más especial—segunda sólo a tu relación con Él. Si quieres una simple fórmula para el mejor matrimonio que jamás puedas tener, puedes usar ésta:

- Pon a Dios primero en tu vida.
- Deja que Dios escoja a tu cónyuge.
- Derrama todo tu corazón de amor para hacer que esta sea la mejor amistad de tu vida, no sólo mientras salen juntos, sino para el resto de tu vida.

El matrimonio es el plan de Dios para nosotros. Él creó a Adán y a Eva como las primeras personas en la tierra, y Él celebró la ceremonia de su boda. La Biblia está llena de historias de muchos que se casaron. Estas historias dan ejemplos claros del matrimonio—tanto positivos como negativos.

No dejes que el mundo, ni las películas ni otra gente te lleven por un camino diferente. Dios sabe qué es lo mejor para ti, y Él te ama más que ningún otro y desea lo mejor para ti.

Jeremías 29:11 NVI

Porque yo sé muy bien los planes que tengo para ustedes—afirma el SEÑOR—, planes de bienestar y no de calamidad, a fin de darles un futuro y una esperanza.

Hay muchos libros excelentes sobre el matrimonio y sobre cómo ser padres de familia. Esta pequeña sección en este curso no te va a enseñar todo lo que necesitas saber para tener un matrimonio exitoso. Ya seas soltero o casado, este es un aspecto de tu vida en el que harías bien si sigues invirtiendo tiempo para aprender cómo puedes llegar a ser todo lo que Dios quiere que seas.

1. ¿Cómo puedes prepararte para un matrimonio exitoso?

Si hoy eres soltero, entonces escoger a la persona con quien te vas a casar es una de las decisiones más importantes que jamás tomarás. No obstante, en vez de pasar todo tu tiempo buscando a la compañera(o) perfecta(o) para toda la vida, también necesitas dedicar mucha atención en llegar a ser la persona que Dios quiere que seas para que puedas ser un buen cónyuge para la persona que Dios escoja para ti.

Si ya eres casado, no necesitas orar ni preguntarle a Dios si estás casado con la persona correcta. Dios honra la decisión que tomaste en el pasado, y Él está listo para ayudarte a hacer tu matrimonio mejor de lo que era en el pasado. No puedes volver al pasado para cambiar las partes pasadas de tu matrimonio, pero sí puedes tomar la decisión que de hoy en adelante, harás todo lo posible para hacer que tu matrimonio sea un éxito.

Aquí hay sólo unas cuantas ideas de las diferentes cosas que puedes hacer para prepararte para un matrimonio exitoso. Ya seas soltero o casado, estos son pasos importantes de crecimiento que debes dar.

a. Debes tener una relación personal cada vez mayor con Jesús.

b. Debes aprender a aceptarte a ti mismo.

c. Debes aprender a obedecer a toda autoridad.

d. Debes tener una conciencia limpia.

e. Debes tener un patrón bíblico para expresar tu enojo.
Debes entregar a Dios tus derechos personales.

f. Debes desarrollar la cualidad interior positiva de controlarte a ti mismo, especialmente en tu comportamiento sexual.

g. Debes desarrollar tus capacidades para la buena comunicación y aprender a ser sincero en tu comunicación con tu cónyuge.

h. Debes decidir cuáles son los objetivos en tu vida.
Uno de éstos debería ser saber qué trabajo tendrás.

i. Hombres—ustedes deben poder sostener económicamente a la familia.
Es necesario que estén libres de grandes deudas.

Esta lista podría extenderse a varias páginas, y todavía se podría añadir más para identificar lo que necesitamos hacer en nuestra vida para llegar a ser lo que Dios quiere que seamos.
No tienes que ser perfecto para tener un matrimonio exitoso. Pero sí necesitas tomar en serio los desafíos que se te presenten.

En vista de todos los matrimonios que acaban en divorcio, y de todos los matrimonios que tienen grandes problemas, necesitas la ayuda de Dios si es que quieres que el tuyo sea un éxito. Pero también necesitas esforzarte para madurar personalmente, para que así puedas ser el mejor cónyuge para la persona con quien estás casado.

2. ¿Cuál es el patrón de Dios para un matrimonio exitoso?

Hay muchos aspectos diferentes de tu vida que necesitan atención si es que tu matrimonio ha de ser el éxito que Dios planeó para ti. Veamos cuáles son las claves para un matrimonio exitoso según lo define Dios en la Biblia.

Un día ciertos líderes religiosos trataron de atrapar a Jesús haciéndole una pregunta sobre el divorcio. En su respuesta Jesús dijo claramente cuál es el deseo de Dios para todo matrimonio.

Mateo 19:3-6 NVI

Unos fariseos se acercaron y, para ponerlo a prueba, le preguntaron:

— ¿Está permitido que un hombre se divorcie de su esposa por cualquier motivo?

4 — ¿No han leído—replicó Jesús—que en el principio el Creador "los hizo hombre y mujer, 5 y dijo: "Por eso dejará el hombre a su padre y a su madre, y se unirá a su esposa, y los dos llegarán a ser un solo cuerpo?". 6 Así que ya no son dos, sino uno solo. Por tanto, lo que Dios ha unido, que no lo separe el hombre.

Jesús estaba citando de las primeras páginas de Génesis, donde Dios claramente dice cuál es su plan para el matrimonio. Veamos estas tres pautas para tener un matrimonio de éxito.

a. Dejar

¿Qué significa cuando Dios dice que "el hombre dejará a su padre y a su madre"?
La persona está lista para casarse cuando está lista para dejar a los suyos.

Esto significa dejar el tipo de relación que tenía con sus padres y comenzar una nueva relación con su cónyuge. Es necesario demostrar esto primero al tener una boda legal. Es una declaración pública de que se ha formado una nueva familia.

1. Dejar físicamente a los padres

Dejar también incluye poder vivir en su propio lugar—su propio apartamento (piso) o casa. En muchos países hoy es común que los recién casados vivan en la misma casa con los padres. Esto no va automáticamente en contra de la voluntad de Dios, pero en un sentido práctico puede ser un arreglo que ocasiona muchos problemas en el nuevo matrimonio.

2. Dejar emocionalmente a los padres

Pero todavía más importante que el lugar físico donde van a vivir los recién casados, es aprender a dejar emocionalmente a los padres. Esto no quiere decir que los recién casados dejan de ser sus amigos ni que dejan de hablarles.

Dejar emocionalmente a los padres para casarte quiere decir que tienes su aprobación. Esto establece una libertad emocional para que te dediques al matrimonio y que al mismo tiempo sepas que tus padres dan su bendición a esta nueva relación. Su apoyo emocional te será de gran aliento en tu matrimonio.

Una de las maneras en que puedes tener su bendición es poder decirles que has entregado esta decisión a Dios, que tu mayor deseo en la vida es honrar a Dios en este aspecto de tu vida.

3. Dejar tu modo "soltero" de pensar

Otro aspecto de dejar que necesitas entender y adoptar es dejar tu modo "soltero" de pensar en las relaciones— especialmente las relaciones con el sexo opuesto.

Cuando eras soltero, tú estabas libre para mirar a los demás y reflexionar en una persona preguntándote: "¿Es alguien con quien me gustaría casarme?" Estabas libre para explorar las relaciones con esas personas. Pero ahora que eres casado, necesitas establecer nuevos límites en tu vida—tanto en tu comportamiento como en tus pensamientos.

Ahora necesitas poner en tu mente un límite que diga: "Se prohíbe entrar", cuando se trate de considerar a otra persona como posible compañera(o) para la vida. Tienes que hacer el compromiso personal de abandonar esa clase de pensamientos. Era correcto cuando eras soltero, pero ahora que eres casado ya no es correcto.

Lo mismo se puede decir de la manera en que miras a otras personas del sexo opuesto. Necesitas disciplinarte para tener ojos solamente para tu cónyuge. Este mismo límite necesitas para decir que "NO" a la pornografía.

Puedes tener amistades con personas del sexo opuesto, pero es necesario que las tengas en compañía y con la aprobación de tu cónyuge. Cuando te casas no quiere decir que renuncias a todos tus amigos, pero sí quiere decir que necesitas aprender a incorporar a tu cónyuge dentro de estas amistades.

b. Estar unido a tu cónyuge

Primero Dios dice que dejes a tu padre y a tu madre. Luego Dios dice que te unas a tu cónyuge. Estar pegados podría ser una buena manera de ver esta parte del matrimonio exitoso. Esta parte del matrimonio tiene todo que ver con la responsabilidad.

En muchas ceremonias nupciales, la nueva pareja promete vivir juntos hasta que la muerte los separe. Al nivel más básico esto significa que los cónyuges van a vivir juntos. Pero es algo más que sólo tener la misma dirección, también se refiere a su deseo de vivir juntos emocionalmente.

El amor es el "pegamento" más importante para unir a las dos personas.

Colosenses 3:14 NTV

Sobre todo, vístanse de amor, lo cual nos une a todos en perfecta armonía.

El amor y la fidelidad son dos compromisos esenciales para un matrimonio exitoso. Dios ama las relaciones. Entre más ames a Dios y tengas una relación íntima con Él, más fácil te será tener una relación íntima con tu cónyuge.

Dios da al esposo instrucciones muy específicas sobre cómo él debe amar a su esposa.

Efesios 5:25-28 NTV

Para los maridos, eso significa: ame cada uno a su esposa tal como Cristo amó a la iglesia. Él entregó su vida por ella [26] a fin de hacerla santa y limpia y lavarla mediante la purificación de la palabra de Dios. [27] Lo hizo para presentársela a sí mismo como una iglesia gloriosa, sin mancha ni arruga ni ningún otro defecto. Será, en cambio santa e intachable. [28] De la misma manera, el marido debe amar a su esposa como ama a su propio cuerpo. Pues un hombre que ama a su esposa en realidad demuestra que se ama a sí mismo.

Dios dice que el esposo debe amar a su esposa como Cristo nos ama a nosotros. ¡Esa es una norma con grandes expectaciones para todo hombre! Esta es la clase de amor que Dios quiere que todo hombre tenga para su esposa. Y cuando el esposo ame a su esposa de esta manera, a ella le será fácil amarlo a él con todo el corazón.

Dios no dice que ames a tu cónyuge como lo hacen los actores de cine. Ellos pueden tener bellos cuerpos físicos, pero eso no hace que el matrimonio sea perfecto. El amor verdadero, del que Dios habla, es la clave para el éxito en tu matrimonio.

c. Ser un solo cuerpo

El plan de Dios para tu matrimonio es que tú y tu cónyuge aprendan “a ser un solo cuerpo”. Alguien dijo: “¡Sí, pero el verdadero conflicto comienza cuando tratan de decidir cuál cuerpo!”

Ser un solo cuerpo no quiere decir que uno de los dos pierde su propia identidad y que la personalidad del otro se lo traga.

Ser un solo cuerpo es aprender a ser uno—física, emocional y espiritualmente. Este es el plan de Dios para ti, para que sepas que es posible. Dios no te pediría que hagas algo que sólo Él puede hacer.

1. Ser un solo cuerpo físicamente

Dios planeó que el sexo se guardara para el matrimonio. Dios describe el coito sexual como ser “un solo cuerpo” con la otra persona. Dios usa este concepto para decirnos que no seamos “un solo cuerpo” con una prostituta ni con ninguna otra persona fuera del matrimonio.

1 Corintios 6:15-17 NVI

¿No saben que sus cuerpos son miembros de Cristo mismo? ¿Tomaré acaso los miembros de Cristo para unirlos con una prostituta? ¡Jamás! [16] ¿No saben que el que se une a una prostituta se hace un solo cuerpo con ella? Pues la Escritura dice: "Los dos llegarán a ser un solo cuerpo." [17] Pero el que se une al Señor se hace uno con él en espíritu.

Este pasaje habla contra la prostitución al indicar que el coito sexual es ser "un solo cuerpo" con la otra persona. Dios dice que esto se debe reservar sólo para el cónyuge.

La Biblia tiene mucho más que decir sobre este tema, pero también dice claramente que ser "un solo cuerpo" es más que la expresión física del sexo.

2. Ser un solo cuerpo emocionalmente

Ser un solo cuerpo emocionalmente quiere decir que en realidad aprendemos a compartir mutuamente. Todavía retenemos nuestra propia personalidad, pero queremos compartir nuestros gozos, esperanzas, sueños, intereses, dolores, sufrimientos, necesidades. Aprendemos a vivir juntos en armonía, haciendo lo mejor que podemos para cuidarnos emocionalmente, no sólo físicamente.

Esto de ser un solo cuerpo quiere decir que compartimos nuestro corazón. Somos mutuamente transparentes, anticipamos las necesidades de cada uno y hacemos lo mejor que podemos para estar siempre disponibles a nuestro cónyuge.

Cuando eres un solo cuerpo con tu cónyuge, compartes los mismos valores. Esto da mejor resultado cuando los dos están totalmente dedicados a seguir a Jesús en todos los aspectos de su vida.

3. Ser un solo cuerpo espiritualmente

Si tu matrimonio ha de ser todo lo que Dios desea para ti, entonces tú y tu cónyuge necesitan aprender a ser uno espiritualmente. Esto comienza cuando los dos se dedican a vivir para Jesús. Pero es algo más profundo que eso. Es tener los mismos objetivos espirituales para su vida.

Es por esto que cuando estamos buscando cónyuge Dios nos advierte que no escojamos a nadie que no sea cristiano. Lee 2 Corintios 6:14.

Cuando tú y tu cónyuge hacen de su relación con Dios su prioridad principal y su relación entre los dos su segunda prioridad, entonces es que están en el camino hacia un matrimonio exitoso. En las últimas horas antes de ser crucificado, Jesús oró a Dios el Padre acerca de su deseo de vernos ser uno como ellos dos son uno.

Juan 17:22-23 NTV

Les he dado la Gloria que tú me diste, para que sean uno, como nosotros somos uno. [23] Yo estoy en ellos, y tú estás en mí. Que gocen de una unidad tan perfecta que el mundo sepa que tú me enviaste y que los amas tanto como me amas a mí.

El deseo de Dios es que tú experimentes en tu matrimonio la misma unidad que Dios el Padre, Jesús y el Espíritu Santo experimentan en sus relaciones mutuas. Dios desea lo mejor para ti.

Todo matrimonio pasa por dificultades. Si eres casado, Dios está listo para ayudarte a hacer que tu matrimonio sea todavía mejor de lo que ha sido en el pasado. Si todavía eres soltero, entonces pon tu futuro en las manos de Dios. Deja que Él te dirija cada paso del camino. No puedes pedir un guía mejor para tu vida.

Conclusión

Desarrollar relaciones personales positivas con los demás es una de las partes más gratificantes de toda tu vida. Tus relaciones personales con los demás también pueden ser algunas de las partes más caóticas y destructivas de tu vida. Las grandes amistades no suceden por casualidad—se desarrollan a medida que seguimos las enseñanzas de Dios para este aspecto de la vida.

Dios te creó con el deseo y la necesidad de amor, de compañerismo, de compartir tu vida con los demás. Cuando te concentres en desarrollar una relación íntima con Jesús, Él te va a dirigir para que desarrolles muchas amistades que harán que tu vida sea rica y completa.