UNA INTRODUCCIÓN A LA CONSEJERÍA CRISTIANA

~ por Crystal Wallace, Lcda. en Consejería Cristiana

«El camino del necio es derecho en su opinión;
Mas el que obedece al consejo es sabio».
Proverbios 12:15

A menos que se indique lo contrario, todas las citas de las Escrituras son tomadas de la versión Reina Valera © 1960 por Casiodoro de Reina, la cual se usa con permiso. Todos los derechos reservados.

Todas las Escrituras marcadas como (RVC) son tomadas de la versión Reina Valera Contemporánea © 2011 por el Comité de Revisión y Traducción de las Sociedades Bíblicas Unidas, la cual se usa con permiso. Todos los derechos reservados.

Todas las citas de las Escrituras marcadas como (CEV, por sus siglas en inglés) son tomadas de la *Contemporary English Version* [Versión Inglesa Contemporánea de la Biblia]. Derechos de autor © 2020 por la Sociedad Bíblica Estadounidense, la cual se usa con permiso. Todos los derechos reservados.

Todas las Escrituras marcadas como (NVI) son tomadas de la Nueva Versión Internacional ® de la Santa Biblia, NVI ® derechos de autor © 1979, 1999 por René Padilla y Luciano Jaramillo ®, la cual se usa con autorización. Todos los derechos reservados a nivel mundial.

Todas las citas de las Escrituras marcadas como NTV son tomadas de la versión de la Santa Biblia Nueva Traducción Viviente, derechos de autor © 1996, 2004, 2015 por la *Tyndale House Foundation* [Fundación de la Casa Tyndale], la cual se usa con autorización de *Tyndale House Foundation* [Editorial Casa Tyndale], Carol Stream, Illinois 60188. Todos los derechos reservados.

Todas las citas de las Escrituras marcadas como (YLT, por sus siglas en inglés) son tomadas de la versión de la Santa Biblia *Young's Literal Translation* [Traducción Literal de Young], la cual es de dominio público.

Derechos de autor 2022 Iglesia Pentecostal Unida Internacional

TABLA DE CONTENIDOS

Introducción		4
Lección 1	¿Qué es la consejería cristiana?	6
Lección 2	Paralelismos entre la sanidad física y la espiritual	14
Lección 3	Cuerpo, alma, y espíritu, Parte I	22
Lección 4	Cuerpo, alma y espíritu, Parte II	34
Lección 5	Familia: la base	45
Lección 6	Los hombres importan	57
Lección 7	Estrategias de comunicación	74
Lección 8	Pecados sexuales	84
Lección 9	El perdón	93
Lección 10	Temperamento y personalidades	102
Apéndice 1		119
Apéndice 2		123
Bibliografía		125

INTRODUCCIÓN

Bienvenido a *Una introducción a la consejería cristiana.* Me alegra saber haya elegido estudiar este tema importante.

Desde que era una niña pequeña, he tenido el deseo en el corazón para ministrar a las personas que han sido heridas. Sin embargo, cuando me convertí en la esposa de un pastor, pude notar aún más a las personas heridas que se sentaban en nuestras bancas. Debido a que nací y crecí en casa de un pastor, estaba resguardada de muchos de los sufrimientos que padecen las personas, y me sentía inadecuada y mal equipada para ayudar. Allí es cuando el deseo de aprender más sobre consejería cristiana comenzó a crecer en mi corazón. Pasaron varios años hasta que sentí que había llegado el momento y que Dios había abierto la puerta para que yo estudiara el tema a mayor profundidad. ¡Me alegra haberlo hecho! Es gratificante llevar a alguien de la mano y guiarlo hacia nuestro Dios, quien no solo sana las condiciones físicas, sino también las mentales y emocionales. Es un gozo señalarle el camino a aquel que ha sido herido, quebrado, rechazado y abusado hacia nuestro Dios, quien nos ha prometido que «Cuando anden por el Valle del Llanto, se convertirá en un lugar de manantiales» (Salmos 84:6, NTV).

Si usted está en una posición de liderazgo, en algún momento alguien se le acercará para pedirle ayuda. Usted tiene la responsabilidad ya sea de ayudarle o de encontrar a alguien que le pueda ayudar.

Dado a que este curso es meramente una introducción a la consejería cristiana, es imposible cubrir cada aspecto del tema. Esto hizo que fuera difícil escoger lo que se debía incluir en el material del curso. Al final, elegí los temas con los que me enfrento más frecuentemente en las consultas, así como los que sentí que eran pertinentes para la época en cual estamos viviendo.

Mi oración es que este curso le abra el apetito para obtener más conocimiento y que se permita ser las manos extendidas de Dios a las personas heridas de su mundo.

Bendiciones,

Crystal Wallace, Lcda.

Lección 1

¿Qué es la consejería cristiana?

Versículo clave

> «El camino del necio es derecho en su opinión; Mas el que obedece al consejo es sabio».
> Proverbios 12:15

Objetivos de la lección

Al culminar esta lección, los estudiantes deberán ser capaces de:

- Definir lo que es la *consejería*
- Definir el *humanismo*
- Definir el *teísmo*
- Reconocer la diferencia entre la consejería cristiana y la consejería bíblica

Lección

¿Qué es la consejería?

Dictionary.com define la palabra consejería como «sustantivo psicología: orientación profesional para resolver conflictos personales y problemas emocionales». Otra definición que da es: «dar consejo; aconsejar».

Observe que la definición afirma que un «profesional» da orientación. En el mundo «profesional», esto es verdad. Los psicólogos, doctores, maestros y pastores se pueden considerar profesionales que dan orientación. Sin embargo, en el mundo «real», los padres orientan a sus hijos, los empleadores dan apoyo a sus empleados, y las personas dan consejo a sus amigos. En estos casos, no

necesariamente diría que un profesional está dando orientación. De hecho, cada persona que está leyendo esto probablemente ha dado alguna forma de consejería, y muchos seguramente lo hacen a diario.

Teniendo esto en cuenta, observe una definición más amplia: «La consejería es una conversación donde una parte con preguntas, problemas y dificultades busca la asistencia de alguien que cree que tiene las respuestas, soluciones y ayuda» (Lambert, 2016).

Historia de la psicología

> *Conocer la historia del campo ayuda a comprender dónde estamos y cómo llegamos allí. –Baker y Sperry, 2020*

Platón, Aristóteles y Descartes eran filósofos griegos que exploraron las causas del comportamiento humano y la naturaleza de la mente (Miller B., 2020). No obstante, «el desarrollo formal de la psicología moderna usualmente se le acredita al trabajo del médico, psicólogo y filósofo alemán, Wilhelm Wundt (1832–1920). Wundt ayudó a establecer el campo de la psicología experimental al servir como un firme promotor de la idea que la psicología podía ser un campo experimental y al proporcionar clases, libros de texto y un laboratorio para la capacitación de los estudiantes» (Baker & Sperry, 2020). Comúnmente, al Dr. Wundt se le considera el «padre de la psicología».

A lo largo de los años, otros hombres se han hecho famosos por desarrollar determinados campos de la psicología. Sin embargo, otra persona que muchos reconocen es Sigmund Freud. Usualmente, a él se le conoce como el «padre del psicoanálisis». Freud era un neurólogo austríaco (1856–1939) cuyo trabajo se enfocaba en el papel que desempeña el subconsciente en la formación del comportamiento. Él creía que las personas debían rememorar su infancia para entender el porqué actuaban de la forma en que lo hacían. Él creía que el análisis de los sueños y la terapia verbal eran clave para comprender por qué las personas

piensan, sienten y actúan de la forma en que lo hacen (Miller B. , 2020). Cuando ve una imagen de alguien reclinado sobre un diván y hablándole al doctor, eso se remonta a las ideas de Freud.

¿Por qué la consejería «cristiana»?

Aunque es fácil admitir que la psicología moderna ha hecho mucho para ayudarnos a entender por qué los humanos piensan, sienten y actúan como lo hacen, también debemos admitir que tiene un gran defecto. Esta promueve el *humanismo* (la creencia que todas las respuestas están dentro del hombre, incluyendo a Dios) en vez del *teísmo* (la creencia de la existencia de Dios [o dioses]).

En 1970, el Dr. Jay Adams escribió un libro titulado *Capacitado para orientar*. A él probablemente se le podría dar el título de «padre de la consejería bíblica». Él inició el movimiento moderno de la consejería basada en la Biblia, reconociendo que los psicólogos modernos excluyeron a Dios y su palabra de sus ciencias. Él declaró que «la psicoterapia se convirtió en una búsqueda del pasado para encontrar a quien (padres, iglesia, sociedad, abuela) culpar» (Adams, 1970). (Esta noción encaja en las creencias de Freud).

Desde entonces, el Dr. James Dobson, el Dr. Kevin Leman, el Dr. Tim Clinton, y otros se han vuelto más prominentes en el campo de la consejería cristiana, y ese campo continúa creciendo en Estados Unidos en la actualidad.

La consejería cristiana versus la consejería bíblica

Es importante señalar que la consejería cristiana y la consejería bíblica no son sinónimos. Aunque muchos podrían ver esto como un argumento de semántica, esto se trata de una distinción crítica para muchas personas que trabajan en este campo.

Los *consejeros bíblicos* creen que toda respuesta a todo problema se puede encontrar exclusivamente en las páginas de la Biblia. En general, ellos no creen que la ciencia moderna tiene algo que contribuir al tema. Por otro lado, los *consejeros cristianos*, aunque su consejería se basa en la fe y la Biblia, creen que la ciencia ha hecho contribuciones importantes que nos pueden ayudar a entender mejor por qué las personas piensan, sienten y actúan de una forma determinada.

Técnicamente, este es un curso de consejería «cristiana». Está escrito de la creencia que la Biblia sí tiene las respuestas a las situaciones de la vida, pero también la ciencia moderna frecuentemente respalda la Palabra de Dios. De este modo, puede ser una herramienta útil en la caja de herramientas del consejero cristiano.

Advertencia

1. La primera advertencia es *sea consciente*, pues si no es que ya lo ha afrontado, usted se enfrentará circunstancias difíciles.
2. La segunda advertencia es *prepárese para sus propias reacciones* ante las situaciones de las demás personas. Oirá historias que serán difíciles de creer. Escuchará historias estremecedoras que hubiera preferido no haber escuchado. Aprenderá cosas de las personas que cada vez que se encuentre con ellas o las vea, recordará lo que le han contado, y algunas de esas cosas son muy privadas. Puede ser incómodo si tiene una relación cercana con esa persona, o si es alguien que va a la iglesia a la cual asiste.

   El aspecto positivo de esto es que, a pesar de la aflicción que siente por la situación de alguien o la incomodidad que puede sentir por el conocimiento que adquiere sobre las personas, se obtiene una gran sensación de gozo y satisfacción al guiar a alguien a través de su situación a la Palabra de Dios para que reciba instrucción y llegue al pie de la cruz para que obtenga la victoria.

3. Otra advertencia: la consejería *puede resultar un trabajo muy duro*… lo cual nos lleva a la siguiente sección.

El papel del consejero

El capítulo 11 del Evangelio de Juan registra la muerte de un amigo querido de Jesús, Lázaro. Sus hermanas, María y Marta, le mandaron a decir a Jesús que su hermano estaba enfermo. En vez de irse inmediatamente hacia Betania, él esperó dos días. Cuando Jesús llegó finalmente a Betania, Lázaro llevaba muerto cuatro días.

En esta historia, Jesús le dio dos instrucciones a María y Marta y a los dolientes que habían llegado. La primera instrucción está en el versículo 39: «Quitad la piedra». La segunda instrucción está en el versículo 44: «Desatadle, y dejadle ir».

En el tiempo de Cristo, los judíos envolvían con tela a los cadáveres antes de enterrarlos. Se envolvía con tela la cabeza y debajo de la mandíbula para mantener la boca cerrada. El resto del cuerpo se envolvía apretadamente con vendas finas de lino que mantenían los brazos atados a los lados, así como a las piernas unidas (imagínese una momia egipcia). El cuerpo se ponía en una tumba que era una piedra que había sido partida (era como una pequeña cueva, y se ponía una piedra grande en la entrada de la tumba para sellarla.

Es importante observar que Jesús no removió la piedra ni le quitó la ropa de sepultura a Lázaro. En cambio, él le pidió a la familia, amigos y dolientes que lo hicieran. ¿Cuál es la lección que se debe aprender? Jesús es el único que puede dar liberación, victoria y vida, pero el cuerpo de Cristo, nosotros, tenemos que desempeñar una función.

La primera instrucción que Jesús dio fue que quitaran la piedra que sellaba la tumba. Retirar esa piedra era un trabajo duro. Esas piedras eran grandes y pesadas y, sin duda, se requería de muchas personas para hacerlo. Además, al quitar la piedra se liberaría el hedor de la muerte. Observe que en el versículo 39

cuando Jesús les mandó a quitar la piedra, Marta respondió: «Señor, hiede ya, porque es de cuatro días».

Ocuparse de las situaciones de las personas es un trabajo duro, y puede ser un asunto muy sucio y apestoso, pero es algo que se tiene que hacer. Si Jesús hubiera llamado a Lázaro de entre los muertos cuando la tumba todavía estaba sellada con la piedra, Lázaro hubiera seguido siendo un prisionero en su situación.

Como consejera, usted trabajará con personas que quieren salir de la tumba, pero que por fuera están selladas con una gran piedra de duda, una piedra de falta de perdón, una piedra de ira y resentimiento, una piedra de adicción, y demás, y no pueden salir. Se nos manda a ayudar a quitar la piedra.

La segunda instrucción que Jesús dio fue que quitaran la ropa de sepultura. Lázaro estaba vivo porque Jesús lo había resucitado milagrosamente. No obstante, lea el versículo 44: «Y el que había muerto salió, atadas las manos y los pies con vendas, y el rostro envuelto en un sudario».

Lázaro estaba vivo, pero aún estaba atado. No podía abrir su boca y adorar a Dios porque su mandíbula estaba sujeta por una venda que tenía en la cabeza. No podía levantar sus manos para alabar ni danzar en victoria porque su ropa de sepultura todavía lo tenía cautivo. Él aún apestaba a muerte.

Cristo nos ha ordenado, el cuerpo de Cristo, a ayudar a quitar la piedra y la ropa de la sepultura. Este es el papel del consejero.

La siguiente pregunta obvia sería: «¿Cómo quitamos las piedras y la ropa de sepultura?».

> Una crisis en la vida casi siempre generará una *crisis de fe*. «¿Dónde está Dios? ¿Por qué permite que esto ocurra? ¿Por qué no lo previno? ¿Qué hay de todas las promesas en la Biblia a las que creía tener

> acceso?». Se necesitará más que estereotipos para responderle a estas personas en esos momentos. En esos casos no funciona decir: «Dios es bueno todo el tiempo». (Miller Notes)[1]

Aunque este curso no puede ser exhaustivo, trata de orientarle en la dirección correcta.

Actividad en clase: Dramatización

Seleccione a tres parejas de estudiantes para que dramaticen el papel del consejero y el cliente. Pídale al cliente que presente el problema y luego pídale al consejero que le dé un consejo. Problema 1: una enfermedad crónica ha destrozado la economía de la familia y el padre se enfrenta a la quiebra. En consecuencia, tiene depresión y tendencias suicidas. Problema 2: Un hijo mayor está abusando de su hermana menor, quien tiene problemas de disciplina en la escuela. Problema 3: Una hija que está casada está teniendo una relación con un hombre casado que no es su marido. La aventura está destruyendo a las dos familias.

[1] Asistí a un curso en *Urshan Graduate School of Theology* [Universidad Urshan de Teología] en enero de 2009. La Dra. Cindy Miller enseñó sobre *Counseling Couples in Crisis* [Asesorando a las parejas en crisis]. Las notas de referencia tomadas de ese curso serán citadas como: «Notas de Miller».

Repaso de la lección

1. Defina la palabra «consejería».

   _____
   _____
   _____

2. Defina la palabra «humanismo».

   _____
   _____
   _____

3. Defina la palabra «teísmo».

   _____
   _____
   _____

4. ¿Cuál es la diferencia entre la consejería «bíblica» y la consejería «cristiana»?

   _____
   _____
   _____

5. ¿Cuál es el papel de un consejero?

   _____
   _____
   _____

6. Si usted, el estudiante, tuviera un problema, ¿a quién le pediría consejo? ¿Por qué?

   _____
   _____
   _____

Lección 2

Paralelismos entre la sanidad física y la espiritual

Versículo clave

«Te alabaré; porque formidables, maravillosas son tus obras;
Estoy maravillado, Y mi alma lo sabe muy bien».
Salmos 139:14

Objetivos de la lección

Al culminar esta lección, los estudiantes deberán ser capaces de:

- Reconocer que toda sanidad física viene de Dios
- Entender cómo se cura el cuerpo espiritual
- Darse cuenta del propósito que tiene el cuerpo de Cristo
- Definir lo que es la consejería *Noutheteó*
- Definir lo que es la consejería *Therapeuó*
- Saber la diferencia entre la consejería *Noutheteó* y la consejería *Therapeuó*

Lección

Sanidad física

Nuestros cuerpos fueron creados para sanarse a sí mismos. Por ejemplo, cuando una persona se corta, las plaquetas llegan automáticamente al sitio de la herida y se agrupan para formar un coágulo. Esto ayuda a detener el flujo sanguíneo. Cuando los coágulos se secan, se convierten en costras. Los glóbulos blancos también llegan al sitio para ayudar a combatir una infección, los glóbulos

rojos llegan a la escena para empezar a crear tejido nuevo. Eventualmente, se creará suficiente tejido nuevo para que la herida sane por completo, y, dependido de la severidad de la herida, la sanidad puede ocurrir bastante rápido.

De igual manera, cuando se quiebra un hueso, las células del cuerpo van al sitio y hacen lo que se debe hacer para volver a unir el hueso. Es posible que un profesional médico tenga que volver a colocar el hueso en su lugar indicado y enyesarlo para que se mantenga inmóvil, pero el cuerpo es el que hace la sanidad en sí. Dios creó a nuestros cuerpos físicos para que se curarán a sí mismos.

Cómo se sana el cuerpo espiritual a sí mismo

> «El cuerpo humano tiene muchas partes, pero las muchas partes forman un cuerpo entero. Lo mismo sucede con el cuerpo de Cristo… Esto hace que haya armonía entre los miembros a fin de que los miembros se preocupen los unos por los otros. Si una parte sufre, las demás partes sufren con ella y, si a una parte se le da honra, todas las partes se alegran. Todos ustedes en conjunto son el cuerpo de Cristo, y cada uno de ustedes es parte de ese cuerpo».
> 1 Corintios 12:12, 25–27, Nueva Traducción Viviente

> «En cambio, hablaremos la verdad con amor y así creceremos en todo sentido hasta parecernos más y más a Cristo, quien es la cabeza de su cuerpo, que es la iglesia. Él hace que todo el cuerpo encaje perfectamente. Y cada parte, al cumplir con su función específica, ayuda a que las demás se desarrollen, y entonces todo el cuerpo crece y está sano y lleno de amor».
> Efesios 4:15–16, NTV

El cuerpo de Cristo fue creado por Dios para (1) trabajar en conjunto por la salud (la ausencia de la enfermedad y dolencia) y (2) para el crecimiento (madurez) del cuerpo.

¿Es bíblica la consejería?

Noutheteó

> «Pero estoy seguro de vosotros, hermanos míos, de que vosotros mismos estáis llenos de bondad, llenos de todo conocimiento, de tal manera que podéis amonestaros los unos a los otros».
> Romanos 15:14

> «Os rogamos, hermanos, que reconozcáis a los que trabajan entre vosotros, y os presiden en el Señor, y os amonestan».
> 1 Tesalonicenses 5:12

> «Por tanto, velad, acordándoos que, por tres años, de noche y de día, no he cesado de amonestar con lágrimas a cada uno».
> Hechos 20:31

> «La palabra de Cristo more en abundancia en vosotros, enseñándoos y exhortándoos unos a otros en toda sabiduría, cantando con gracia en vuestros corazones al Señor con salmos e himnos y cánticos espirituales».
> Colosenses 3:16

La palabra «amonestar» en estos versículos se deriva de la palabra griega *noutheteó* (G3560).

> [Noutheteó] significa «poner la mente, e.g. Razonar con alguien para advertirle (amonestarle). Amonestar por medio de la "instrucción", especialmente a las apelaciones de la "mente", suministrando sustancia (contenido) "doctrinal" y "espiritual". Esto "ejerce una presión positiva" en la lógica de alguien (razonamiento), e.g. instándoles a elegir (recurrir a) lo mejor de Dios. [Esta raíz (*nouthe*) no significa estrictamente '*chastise*', aunque se puede incluir – e.g.

> con la necesaria amonestación, corrección y exhortación, etc.]» (*Bible Hub,* 2020).

De esta definición griega en estos cuatro versículos de las Escrituras, el Dr. Jay Adams (mencionado anteriormente como el padre de la consejería bíblica) fundó un movimiento al que él llama «consejería noutética».[2]

Therapeuó

> «Y descendió con ellos, y se detuvo en un lugar llano, en compañía de sus discípulos y de una gran multitud de gente de toda Judea, de Jerusalén y de la costa de Tiro y de Sidón, que había venido para oírle, y para ser sanados [*iaomai*] de sus enfermedades; y los que habían sido atormentados de espíritus inmundos eran sanados [*therapeuó*]».
> Lucas 6:17–18

> «Y aun de las ciudades vecinas muchos venían a Jerusalén, trayendo enfermos y atormentados de espíritus inmundos; y todos eran sanados [*therapeuó*]».
> Hechos 5:16

> «Hecho esto, también los otros que en la isla tenían enfermedades, venían, y eran sanados [*therapeuó*]».
> Hechos 28:9

En estos casos, la palabra «sanados» aparece un total de cuarenta y cuatro veces en la versión *King James* [Reina Valera en inglés], y se deriva de la palabra griega *therapeuó*, la cual significa «servir, curar» (*Bible Hub*, 2020). Se relaciona con

[2] El doctor Adams es el director del *Institute for Nouthetic Studies* [Instituto de Estudios Noutéticos], donde se ofrecen cursos en línea en el campo de la consejería bíblica. Puede revisar su sitio web en: www.nouthetic.org. Además, ha escrito libros sobre el mismo tema, los cuales se pueden adquirir en Amazon.

otra palabra griega, *therapeuein,* la cual significa «ministrar a alguien, tratar médicamente» (Quora, 2020). De la última palabra obtenemos la palabra latina *therapia*, y de esa palabra, se obtiene la palabra *terapia* (Quora, 2020).

No hay duda de que las sanidades que Jesús hizo, como se comenta en Lucas 6:17, eran sobrenaturales. (Observe el uso de una palabra griega diferente en ese versículo en particular). Es muy probable que las sanidades de las cuales se habla en Lucas 6:18, Hechos 5:16, y Hechos 28:9 también fueron sobrenaturales. Sin embargo, también es posible que haya ocurrido algún tipo de consejería como lo indica el uso de la palabra griega *therapeuó*.

Observe una última vez el significado de la palabra: «servir, ministrar a». La consejería es un ministerio. La consejería significa servir a otros. Hay muchos Lázaros entre nosotros, y se nos manda a retirar las piedras y quitar la ropa de sepultura.

Obstáculos para el proceso de consejería

1. **No estar dispuesto a recibir consejería**

No todas las personas que acuden a un consejero lo hacen de forma voluntaria. Por ejemplo, un esposo puede ir solamente porque su esposa lo ha amenazado de dejarlo si él no coopera, y viceversa. Un adolescente puede acudir sólo porque sus padres lo están forzando a que lo haga. Cuando las personas van a una situación de consejería en contra de su propia voluntad, es poco probable que la consejería sea eficaz.

2. **No estar dispuesto a hacer el trabajo duro para cambiar**

El cambio es un requisito en todas las situaciones de consejería. Puede requerir un cambio de acciones, reacciones, patrones de pensamiento, relaciones, o hábitos, por solo nombrar algunos. Lamentablemente, a algunas personas no les

gusta necesariamente la situación en la que se encuentran, pero por lo menos están familiarizados con ella, y eso les da cierto tipo de consuelo. Por medio del proceso de consejería, ellos pueden concluir que es más fácil vivir con el problema que hacer el trabajo duro que se necesita para el cambio, ya que los llevaría a lo desconocido.

Independientemente de la situación que lleve a alguien a la sala de consejería, es probable que se requiera algo de trabajo duro antes de que se produzca el cambio.

3. No estar dispuesto a asumir responsabilidad personal

Cuando Adán y Eva pecaron en el jardín, Adán culpó a Eva, y Eva culpó a la serpiente. La naturaleza humana es culpar a alguien o a algo más de nuestros problemas. A menos y hasta que los individuos asuman toda la responsabilidad de sus propias acciones, no experimentarán una liberación completa. El esposo o la esposa que continúa culpando a su cónyuge no logrará obtener su sanidad en su relación matrimonial. La persona que continúa culpando a un padre no recibirá la sanidad completa. Aunque los jóvenes que han sufrido abuso por parte de un adulto nunca deben asumir personalmente la responsabilidad de los actos cometidos en contra de ellos, deben asumir la responsabilidad personal por cualquier tipo de odio, ira, y falta de perdón que aún guardan contra su agresor.

4. No estar dispuesto a ser sincero/honesto

Debido a que no se puede evaluar correctamente una situación sin conocer los hechos, no se puede ayudar a alguien que no dice la verdad. En el momento en que se da cuenta de que le están mintiendo o le han mentido, a menos obtenga una confesión completa y una promesa de escuchar toda la verdad, debe dejar todo tipo de asesoramiento.

5. No estar dispuesto a controlar las emociones

La sala de consejería puede ser un lugar muy emotivo. A medida que vaya resolviendo los problemas y las situaciones con la gente, irá profundizando sistemáticamente y, sin duda, llegará a lugares crudos y dolorosos de las vidas de las personas. Esto puede causar un amplio rango de emociones. En una futura lección discutiremos las emociones. Sin embargo, en este punto es importante saber que, aunque está bien que el aconsejado muestre un poco de emoción, se debe limitar a lo que se le permite. El llanto histérico se convertirá en un obstáculo. Los arranques de ira continuos no serán beneficiosos. Las peleas y discusiones continuas entre parejas obstaculizarán el progreso. Los consejeros deben controlar sus emociones mientras se encuentran en la oficina de consejería.

Actividad en clase: Debate

Seleccione a dos equipos de dos o cuatro personas para que debatan la siguiente propuesta: Sea resuelto que la consejería bíblica es el único tipo de consejería que es beneficioso y aceptable. Conceda diez minutos a cada parte para que presente sus argumentos y luego dos minutos para la refutación. A continuación, pídale a la clase que vote por la mejor propuesta.

Repaso de la lección

1. ¿Por qué unió Dios el cuerpo de Cristo?

   _____

   _____

   _____

2. Enumere cinco obstáculos para el proceso de consejería.

   A. _____

   B. _____

   C. _____

   D. _____

   E. _____

3. Defina *noutheteó*. Cite las referencias bíblicas para respaldar su definición.

   _____

   _____

   _____

   _____

4. Defina *therapeuó.* Cite las referencias bíblicas para respaldar su definición.

   _____

   _____

   _____

   _____

Lección 3

Cuerpo, alma, y espíritu, Parte I

Versículo clave

«Y amarás a Jehová tu Dios de todo tu corazón, y de toda tu alma, y con todas tus fuerzas».
Deuteronomio 6:5

Objetivos de la lección

Al culminar esta lección, los estudiantes deberán ser capaces de:

- Definir *cuerpo, alma* y *espíritu*
- Entender la relación entre cuerpo, alma y espíritu
- Comprender que las circunstancias externas (e.g. la falta de sueño) pueden afectar las emociones
- Reconocer la enseñanza bíblica sobre los productos farmacéuticos

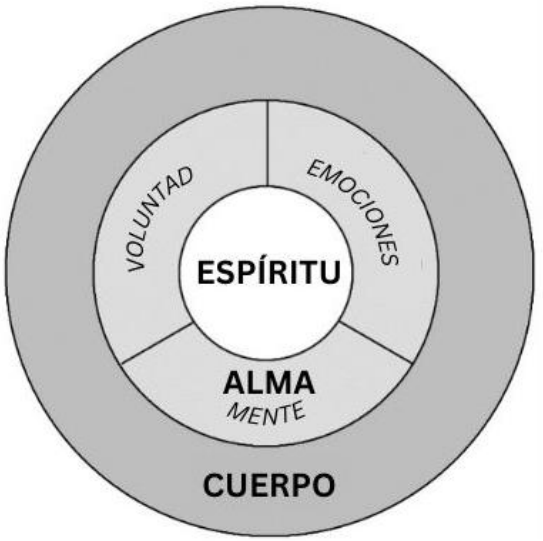
Lección

«Y amarás a Jehová tu Dios de todo tu corazón, y de toda tu alma, y con todas tus fuerzas».
Deuteronomio 6:5

«Y el mismo Dios de paz os santifique por completo; y todo vuestro ser, espíritu, alma y cuerpo, sea guardado irreprensible para la venida de nuestro Señor Jesucristo».
1 Tesalonicenses 5:23

Jesús le dijo: Amarás al Señor tu Dios con todo tu corazón, y con toda tu alma, y con toda tu mente. Mateo 22:37

Como humanos, somos seres espirituales que vivimos en un cuerpo y poseemos un alma.



No es difícil distinguir lo que es el cuerpo; es carne y huesos, es la parte que todos ven. Es la «casa» en la que vivimos mientras estamos aquí en la tierra. El cuerpo contiene los cinco sentidos (vista, olfato, tacto, oído, gusto) y es el que nos pone en contacto con todas las cosas del ámbito físico (ambiente).

El espíritu es la parte más elevada, profunda y noble de la humanidad. Es el punto de contacto entre Dios y los humanos. El espíritu es lo que nos pone en contacto con todas las cosas del ámbito espiritual.

El alma es el mediador entre el espíritu y el cuerpo. El alma está compuesta de nuestra mente, voluntad, y emociones. Incluye nuestros pensamientos, deseos y sentimientos. El alma es la que nos pone en contacto con todas las cosas del ámbito psicológico.

No se puede separar un componente del otro. Todos trabajan juntos y cada uno afecta al otro.

Prueba bíblica

Daniel

> «Se me turbó el espíritu a mí, Daniel, en medio de mi cuerpo, y las visiones de mi cabeza me asombraron».
> Daniel 7:15

Daniel vio (cuerpo… ámbito físico… sentido de la vista) una visión de cuatro bestias, y esto afectó en gran manera su espíritu (en lo profundo de su cuerpo… el ámbito espiritual), lo cual le causó un gran temor (afectó su alma, el ámbito psicológico… sus emociones).

David

> «Jehová, no me reprendas en tu enojo, Ni me castigues con tu ira. Ten misericordia de mí, oh Jehová, porque estoy enfermo; Sáname, oh Jehová, porque mis huesos se estremecen. Mi alma también está muy turbada; Y tú, Jehová, ¿hasta cuándo? Vuélvete, oh Jehová, libra mi alma; Sálvame por tu misericordia. Porque en la muerte no hay memoria de ti; En el Seol, ¿quién te alabará? Me he consumido a fuerza de gemir; Todas las noches inundo de llanto mi lecho, Riego mi cama con mis lágrimas. Mis ojos están gastados de sufrir; Se han envejecido a causa de todos mis angustiadores».
> Salmos 6:1–7

> No me castigues, Señor, ¡ni me corrijas cuando estás enojado! Ten piedad de mí y sana mi débil cuerpo. Mis huesos tiemblan de temor, y estoy muy angustiado. ¿Cuánto tiempo durará? Vuélvete y rescátame. Demuestra tu maravilloso amor y sálvame, Señor. Si muero, no te puedo adorar ni me puedo recordar de ti. Mis gemidos me han agotado. En la noche, mi cama y almohada se empapan de lágrimas. El dolor ha oscurecido mis ojos, y mi vista ha fallado por causa de mis enemigos.
> Salmos 6:1–7, [CEV por sus siglas en inglés. Traducción literal de la *Contemporary English Version* (Versión Inglesa Contemporánea de la Biblia, la cual no se encuentra disponible en español)].

David estaba tan estresado emocionalmente y había llorado tanto que estaba físicamente exhausto, y su cuerpo estaba débil.

Ana

> «Y Elcana su marido le dijo: Ana, ¿por qué lloras? ¿por qué no comes? ¿y por qué está afligido tu corazón? ¿No te soy yo mejor que diez hijos?... ella con amargura de alma oró a Jehová, y lloró abundantemente…Y Ana le respondió diciendo: No, señor mío; yo soy una mujer atribulada de espíritu; no he bebido vino ni sidra, sino que he derramado mi alma delante de Jehová… No tengas a tu sierva por una mujer impía; porque por la magnitud de mis congojas y de mi aflicción he hablado hasta ahora… Y ella dijo: Halle tu sierva gracia delante de tus ojos. Y se fue la mujer por su camino, y comió, y no estuvo más triste».
> 1 Samuel 1:8, 10, 15, 16, 18

La angustia de Ana era tan grande que no podía comer. (Observe que las Escrituras manifiestan que ella lloraba y no podía comer; ambos son síntomas clásicos de la depresión.)

Prueba científica

Las Escrituras no son las únicas que nos demuestran cómo el cuerpo, el alma y el espíritu se afectan entre sí, la ciencia también lo prueba. Recuerde que el alma está compuesta de nuestra mente (pensamientos de la vida), nuestra voluntad (control/deseos), y nuestras emociones (sentimientos). «Un cuerpo de investigación masivo demuestra de manera colectiva que hasta el 80% de los problemas de salud física, emocional, y mental en la actualidad podrían ser el resultado directo de los pensamientos de la vida». (Leaf, 2009).

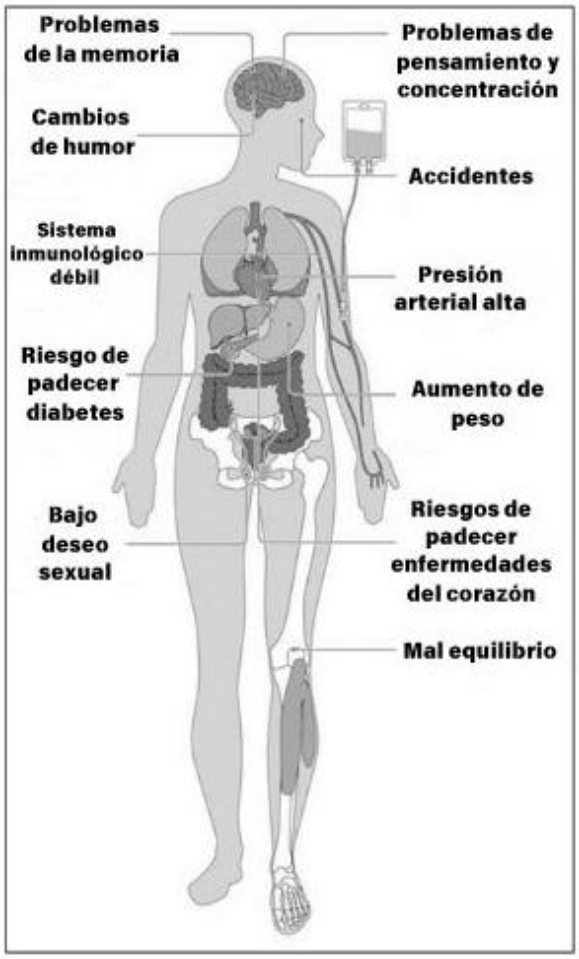
Cuerpo

«Amado, yo deseo que tú seas prosperado en todas las cosas, y que tengas salud, así como prospera tu alma».
3 Juan 1:2

En la consejería se deben considerar los aspectos físicos importantes. En el proceso de consejería puede resultar evidente que hay cuestiones físicas/biológicas en juego, las cuales se deben abordar antes de tratar las cuestiones mentales/emocionales. Aunque hay muchos elementos necesarios para desarrollar y salvaguardar la salud cerebral, hay tres elementos que son de suma importancia:

1. **El sueño**

Dios creó nuestros cuerpos de tal manera que cuando el sol se pone y la oscuridad entra, la glándula pineal de nuestro cerebro libera una hormona conocida como «melatonina». Los niveles de esta hormona se mantienen más elevados durante la oscuridad (noche) y hace que nos durmamos. Cuando el sol sale, la luz del día hace que los niveles de melatonina bajen, lo cual nos despierta. El problema es que tenemos luces artificiales dentro y fuera de nuestras casas; por tanto, podemos provocar condiciones diurnas artificiales en cualquier momento si así lo deseamos. Esto afecta el flujo natural de melatonina en el cuerpo, lo cual afecta el ritmo circadiano.



Otras situaciones que afectan nuestro ritmo circadiano son el cambio de horario en el trabajo, el cambio de zonas horarias (*jetlag* [desfase horario]), los hábitos alimenticios, el estrés, los medicamentos y entre otros.

Los efectos de la privación de sueño en el organismo
Adaptado de www.healthline.com/health/ sleep-deprivation/effects-on-body

La privación de sueño puede afectar y afectará el bienestar psicológico. «En una consulta psiquiátrica típica, los problemas crónicos de sueño afectan entre un 50% a un 80% de los pacientes, en comparación con el 10% y el 18% de los adultos de la población general estadounidense. Los problemas de sueño son especialmente frecuentes en pacientes con ansiedad, depresión, bipolaridad, y trastorno por déficit de atención con hiperactividad (TDAH)». (Sueño y salud mental, 2020). (Consulte el diagrama acerca de los efectos de la privación de sueño en el cuerpo para conocer más sobre otros efectos biológicos de la falta de sueño).

«Pasar veinticuatro horas sin dormir hará que entre en depresión. Pasar cuarenta y ocho horas sin dormir puede provocar alucinaciones. Cuando se inventaron las bombillas perdimos dos horas de sueño por noche. Cuando se inventó la televisión perdimos otras dos horas. Desde que se inventó el internet hemos perdido otras dos horas de sueño por noche. La mayoría de las personas duermen menos de seis horas en la noche, y esto es una de las cosas menos saludables que le podemos hacer al cuerpo humano»[3] (Notas de Hughes). No aconseje a alguien que esté privado de sueño.

2. **Dieta y nutrición.**

«Lo que come afecta directamente la estructura y la función de su cerebro y, en definitiva, su estado de ánimo» (Selhub, 2020).

[3] El Dr. James Hughes, Pearland, Texas, enseñó un curso de 10 horas sobre *Consejería cristiana* en *Harvest Bible College* [Instituto Bíblico La cosecha] en Glasgow, Scotland. Tengo videos de esas conferencias. Cualquier información tomada de esas ponencias será citada como «Notas de Hughes».”

Así como la calidad del aceite y el combustible que le ponemos a un automóvil afecta su funcionamiento, la calidad de combustible que le ponemos a nuestro cuerpo también afecta nuestro rendimiento. Dios creó al primer ser humano del polvo de la tierra, el cual era rico en minerales. La dieta original que Dios le proporcionó al hombre procedía de la tierra:

«Y dijo Dios: He aquí que os he dado toda planta que da semilla,
que está sobre toda la tierra, y todo árbol en que hay fruto y que
da semilla; os serán para comer».
Génesis 1:29

Debido a que nuestros cuerpos fueron creados de los minerales de la Tierra, debemos reponer esos minerales.[4] Muchos doctores y científicos creen que la dieta más saludable para el ser humano es la que está compuesta solamente de los alimentos que crecen de la tierra.

Cuando no ponemos el combustible adecuado en nuestros cuerpos, no van a funcionar correctamente, y esto puede causar problemas de salud mental. Si este es el caso, la consejería no será tan efectiva.

3. Actividad física

La primera ley de movimiento de Newton dice que un cuerpo en movimiento se mantiene en movimiento. Dios creó a nuestros cuerpos para que se movieran. Jesús y sus discípulos caminaron cientos de kilómetros a lo largo de sus vidas. Cuando nos movemos, se liberan sustancias químicas en nuestro cuerpo que ayudan a reducir el estrés, la ansiedad y la depresión.

[4] El Dr. Josh Axe, Doctor de medicina natural, escribió un libro titulado Eat *Dirt* [Coma tierra], y fue creado sobre la premisa de que nuestros cuerpos son creados del polvo de la tierra; por lo tanto, debemos poner ciertas vitaminas y minerales en nuestro cuerpo para que fusionen de manera óptima.

Medicamentos

Antes de cerrar el tema del cuerpo físico, abordaremos una última cuestión: ¿tomar o no medicamentos? Esto es una conversación controversial, ya que muchas personas tienen firmes opiniones al respecto. Los medicamentos pueden ayudar mucho, pero también pueden ser muy dañinos. Algunas medicinas pueden volverse adictivas, especialmente los medicamentos para el dolor, así como otros. Esto plantea una serie de problemas. Por otro lado, en mi opinión, ciertas situaciones justifican que el cliente, como mínimo, considere la posibilidad de trabajar estrechamente con un médico para encontrar una medicina que funcione.

Al relacionar los medicamentos con la consejería, *usted* debe decidir cuál es su postura al respecto. A continuación, hay dos argumentos A FAVOR de los medicamentos.

1. Primero que nada, algunas enfermedades mentales son el resultado directo de problemas biológicos/psicológicos en el cuerpo. Las enfermedades mentales pueden ser el resultado de desequilibrios químicos en el cerebro. Si ese es el caso, se debe tomar medicina. Observe: esto solo lo puede decidir un profesional médico. Si se considera que son necesarios los medicamentos, nadie se debería sentir avergonzado o apenado por tener que tomarlos. No pensamos nada malo de tomar insulina para ayudar con la diabetes, o de la estatina para regular los niveles de colesterol. Por lo tanto, no debemos avergonzar a las personas por tomar medicamentos que los ayude a regular el funcionamiento del cerebro.

2. Otro aspecto biológico importante para considerar es el dolor crónico. Cuando alguien sufre de un dolor físico crónico, sus emociones serán difíciles (si no es que imposibles) de controlar, y su habilidad para pensar lógicamente se verá afectada de manera negativa. Una vez más, el cuerpo está interconectado profundamente con el alma (mente, alma,

emociones). Puede ser necesario que se controle el dolor físico antes de trabajar en el dolor mental y emocional.

¿Apoya la Biblia la toma de medicamentos?

> «Y junto al río, en la ribera, a uno y otro lado, crecerá toda clase de árboles frutales; sus hojas nunca caerán, ni faltará su fruto. A su tiempo madurará, porque sus aguas salen del santuario; y su fruto será para comer, y su hoja para medicina».
> Ezequiel 47:12

> «Y había dicho Isaías: Tomen masa de higos, y pónganla en la llaga, y sanará».
> Isaías 38:21 (Véase también 2 Reyes 20:7)

> [Jesús estaba hablando del buen samaritano] «y acercándose, vendó sus heridas, echándoles aceite y vino; y poniéndole en su cabalgadura, lo llevó al mesón, y cuidó de él».
> Lucas 10:33–34

Los griegos y los romanos, así como los judíos, mezclaban vino y aceite para usarlo como una mezcla medicinal (*Expositor's Greek Testament* [Testamento griego del Expositor], 2020).

> «Ya no bebas agua, sino usa de un poco de vino por causa de tu estómago y de tus frecuentes enfermedades».
> 1 Timoteo 5:23

> «¿Está alguno enfermo entre vosotros? Llame a los ancianos de la iglesia, y oren por él, ungiéndole con aceite en el nombre del Señor. Y la oración de fe salvará al enfermo, y el Señor lo levantará; y si hubiere cometido pecados, le serán perdonados. Confesaos vuestras

ofensas unos a otros, y orad unos por otros, para que seáis sanados. La oración eficaz del justo puede mucho».
Santiago 5:14–16

La palabra griega «ungir» *(aleipho)*, la cual fue la que Santiago usó, no significa unción ceremonial. La palabra ordinaria para referirse a una unción ceremonial era *chrio*. La palabra *aleipho* se usaba para describir la aplicación personal de bálsamos, lociones, y perfumes, los cuales tenían usualmente una base de aceite. *Aleipho* se usaba frecuentemente en los tratados de medicina. Y, por tanto, resulta que lo que Santiago solicitaba con el uso del aceite era el uso de los mejores medios médicos de la época. Santiago sencillamente pidió que ungieran con aceite (usado con frecuencia como una base de mezclas de distintas hierbas medicinales) el cuerpo, y oraran. Lo que Santiago recomendó fue el uso de una medicina que había sido consagrada y dedicada. En este pasaje él instaba a tratar las enfermedades con los medios médicos y acampanándolos con la oración. (Adams, 1970).

Actividad en clase: Discusión

Basándose en experiencias personales, pida a los estudiantes que discutan sobre los efectos que la enfermedad, la falta de sueño, la fatiga extrema y otras fuerzas externas tienen en el cuerpo. ¿Cómo se relaciona esto a la ley divina del Sabbat?

Repaso de la lección

1. Como humanos, somos seres _____ que vivimos en un _____, y poseemos un _____.

2. ¿Qué es el cuerpo? ¿Qué contiene? ¿Con qué ámbito nos pone en contacto el cuerpo?

   _____
   _____
   _____
   _____

3. A) ¿Entre qué dos entidades es el espíritu humano el punto de contacto?

   _____

   B) ¿Con qué ámbito nos pone en contacto el espíritu?

   _____

4. A) ¿Qué es el alma?

   _____

   B) ¿De qué está compuesta el alma?

   _____

   C) ¿Con qué ámbito nos pone en contacto el alma?

   _____

5. Enumere y explique brevemente los tres elementos necesarios para salvaguardar y desarrollar la salud cerebral.

   A. _____
   _____
   _____

   B. _____
   _____
   _____

   C. _____
   _____
   _____

6. Enumere y explique brevemente seis (6) efectos de la privación de sueño.

   A. _____
   _____

   B. _____
   _____

   C. _____
   _____

   D. _____
   _____

   E. _____
   _____

   F. _____
   _____

Lección 4

Cuerpo, alma y espíritu, Parte II

Versículo clave

«Porque cuál es su pensamiento en su corazón, tal es él».
Proverbios 23:7

Objetivos de la lección

Al culminar esta lección, los estudiantes deberán ser capaces de:

- Conocer los tres componentes del alma
- Entender cómo interactúan la mente, la voluntad y las emociones
- Explicar la terapia cognitivo conductual
- Definir lo que es «ira», «culpa», y «vergüenza»

Lección

Alma (Mente, voluntad, emociones)

¿Qué son los pensamientos?

Básicamente, los pensamientos son impulsos eléctricos, sustancias químicas y neuronas. Se parecen a un árbol con ramas. Al pensar, se activan sus pensamientos, lo cual activa a su vez su actitud, ya que su actitud son todos sus pensamientos en conjunto y reflejan su estado de la mente. Esta actitud se refleja en las secreciones químicas que son liberadas. Las actitudes positivas causan la secreción de la cantidad correcta de sustancias químicas, y las actitudes negativas distorsionan las secreciones de las sustancias químicas de una forma

que alteran su flujo natural. Las sustancias químicas son como pequeñas señales celulares que traducen la información de su pensamiento a una realidad física en su cuerpo y mente, creando una emoción. La combinación de pensamientos, emociones y actitudes resultantes, impactan su cuerpo de una manera positiva o negativa. Esto significa que la mente y el cuerpo realmente están intrínsecamente vinculados, y este vínculo comienza con sus pensamientos. (Leaf, 2009)

La ciencia ha demostrado lo que las Escrituras ya nos habían dicho.

«Porque cuál es su pensamiento en su corazón, tal es él». Proverbios 23:7

«Porque cómo ha pensado en su alma, así es». Proverbios 23:7, [YLT por sus siglas en inglés. Traducción literal de la versión *Young's Literal Translation* (Traducción literal de Young), la cual no se encuentra disponible en español].

Pensamientos tóxicos = actitudes tóxicas = emociones tóxicas = cuerpo enfermo
Pensamiento mejorado = actitudes mejoradas = emociones mejoradas = recuperación de la salud

Terapia cognitivo conductual

La terapia cognitivo conductual (TCC) es una forma de tratamiento psicológico que ha demostrado ser efectiva para una serie de problemas como la depresión, trastornos de la ansiedad, problemas de consumo de alcohol y drogas, problemas matrimoniales, desórdenes alimenticios y enfermedades mentales severas. Numerosos estudios de investigación sugieren que la TCC conlleva

a una mejora significativa del funcionamiento y la calidad de vida. En muchos estudios, la TCC ha demostrado ser tan efectiva o más que otras formas de terapia psicológica o medicamentos psiquiátricos.

Es importante enfatizar que los avances de la TCC se han hecho sobre la base tanto de la investigación como de la práctica clínica. De hecho, la TCC es un enfoque que cuenta con numerosas pruebas científicas que demuestran que los métodos que se han desarrollado realmente producen cambios. De este modo, la TCC difiere de muchas otras formas de tratamiento psicológico. La TCC se basa en varios principios fundamentales, algunos son:

1. Los problemas psicológicos se basan, en parte, en formas de pensar erróneas o poco útiles.
2. Los problemas psicológicos se basan, en parte, en patrones aprendidos de comportamiento inútil.
3. Las personas que sufren de problemas psicológicos pueden aprender a afrontarlos de una mejor manera, aliviando así sus síntomas y volviéndose más eficaces en sus vidas.

El tratamiento de la TCC usualmente requiere de esfuerzos para cambiar los patrones de pensamiento. (*What Is Cognitive Behavioral Therapy*? [¿Qué es la terapia cognitiva conductual?], 2020)

«No os conforméis a este siglo, sino transformaos por medio de la renovación de vuestro entendimiento, para que comprobéis cuál sea la buena voluntad de Dios, agradable y perfecta».
Romanos 12:2

«Sean gratos los dichos de mi boca y la meditación de mi corazón delante de ti, Oh Jehová, roca mía, y redentor mío».
Salmos 19:14

Aunque los psicólogos posiblemente lo desconocían, la terapia cognitivo conductual tiene sus raíces en principios bíblicos.

Emociones

Previamente se indicó que los pensamientos producen emociones. ¿Qué es una emoción? «Una emoción se puede definir como el aspecto "sentimental" de la consciencia, la cual se caracteriza por tres elementos: una cierta estimulación física, un cierto comportamiento que revela la sensación del mundo exterior, y una sensibilización interna de los sentimientos» (Ciccarelli y White, 2009). Básicamente, una emoción es un proceso interno que se revela en lo exterior, en signos físicos y da una pista de lo que están sintiendo las personas en ese momento.

Por ejemplo, un hombre está caminando por la calle y se le acerca un perro gruñendo. En segundos, el hombre evalúa la situación: «Me está gruñendo el perro a mí o hay algo/alguien detrás de mí?». Si el hombre comprueba que es un perro peligroso y que su bienestar puede estar en peligro, su sistema nervioso autónomo entrará en acción y su cuerpo responderá físicamente (se le acelera el corazón, se le abren mucho los ojos, empieza a sudar, se acelera su respiración). El hombre demostrará el temor en su cara y en sus acciones. Él peleará o huirá del perro (luchar o huir).

El Dr. Gary Collins dijo que «si podemos persuadir a otros para cambiar sus interpretaciones de un evento o situación, usualmente podemos cambiar sus emociones» (Collins, 1988). La forma en que uno etiqueta/interpreta una situación determina la emoción que uno siente hacia ella. Las etiquetas importan.

(Otro ejemplo excelente es *The Angry/Happy Man* [El hombre enojado/feliz] al final de esta lección).

La lección importante con respecto a las emociones es: las situaciones y cómo las percibimos repercuten directamente en nuestras emociones.

Pregunta: ¿Puede uno contralar sus emociones?

Aunque el ser humano puede experimentar una amplia gama de emociones, frecuentemente se tienen que abordar dos de ellas en la sala de consejería y estas son: la ira y la culpa.

Ira

La ira se define como «un sentimiento fuerte de desagrado y beligerancia suscitado por un agravio» (Dictionary.com). «Los estudios demuestran que la mayoría de las personas experimentan esta emoción al menos entre ocho y diez veces al día» (Clinton, *The Bible for Hope: Caring for People God's Way* [La Biblia para la esperanza: cuidando a las personas a la manera de Dios], 2001). La ira puede manifestarse como molestia, frustración, irritación, falta de paciencia, falta de perdón, rencor. La ira constructiva conllevará a cambiar lo que sea que esté mal. La ira destructiva puede conducir a cosas rotas, mentes rotas, familias rotas, relaciones rotas, y entre otros. La ira que no se trata puede conllevar a abuso (a uno mismo o hacia los demás), asuntos de salud adversos, adicciones, y actividad criminal.

Ejemplos bíblicos de ira:

- Jonás estaba enojado porque las personas de Nínive se habían arrepentido y vuelto a Dios (Jonás 4).
- Balaam descargó su ira en su asna (Números 22).
- La ira de Caín lo condujo a asesinar a su hermano (Génesis 4).
- Moisés mató al egipcio en un arranque de ira (Éxodo 2).
- El rey Herodes mandó a matar a innumerables bebés porque estaba celoso de Jesús (Mateo 2).
- Dios derramó su ira contra Israel debido a su frecuente desobediencia.

Muchas personas tendrán sentimientos de culpa debido a su ira, ya que creen que enojarse es un pecado. Debido a esta creencia, con frecuencia negarán o contendrán su ira. La ira en sí no es pecado, y lo podemos demostrar con la Palabra de Dios:

> «Airaos, pero no pequéis; no se ponga el sol sobre vuestro enojo».
> Efesios 4:26

Pablo indica claramente que uno se puede enojar, incluso algunas veces *debemos* enojarnos, pero no debemos pecar en nuestros momentos de ira.

> «Porque no tenemos un sumo sacerdote que no pueda compadecerse de nuestras debilidades, sino uno que fue tentado en todo según nuestra semejanza, pero sin pecado».
> Hebreos 4:15

Jesús, nuestro sumo sacerdote, experimentó la ira. Él sacó a todas las personas que compraban y vendían animales en el templo, y volcó las mesas de los cambistas, Mateo 21:12–13; Marcos 11:15–18; Juan 2:13–17. Aun así, él no pecó.

¡La ira no es pecado! La forma en la cual respondemos a la ira se puede convertir en pecado.

Otro punto importante que se debe tener en cuenta sobre la ira es que, frecuentemente, la ira no es el problema. «La ira es una emoción secundaria que se experimenta en respuesta a una emoción primaria como el dolor, frustración o temor. Las personas heridas se sienten vulnerables a más heridas. Esto sucede más a menudo con las personas que son muy sensibles. Para muchos, la ira es un mecanismo de defensa contra el dolor» (Clinton, *The Bible for Hope: Caring for People God's Way* [La Biblia para la esperanza: cuidando a las personas a la manera de Dios], 2001).

Debe trabajar con su cliente para descubrir cuál es la verdadera emoción. Investigue un poco y haga preguntas concretas tales como: qué causa la ira, qué pensamientos vienen a la mente, qué otras emociones pasan por la cabeza, etc. Una vez que se descubre la verdadera emoción, se puede empezar a trabajar de una mejor manera.

Dicho todo esto, se debe observar que las Escrituras advierten repetidamente contra la ira: Eclesiastés 7:9; Proverbios 16:32; 22:24–25; Mateo 5:22; Gálatas 5:20; Colosenses 3:8; Santiago 1:19–20.

La culpa vs. la vergüenza

A veces las personas vendrán con usted y le dirán que se sienten culpables porque les ha pasado algo. Por ejemplo, es común que alguien que fue abusado sexualmente cuando era niño se sienta culpable. Estos sentimientos de culpa surgen porque frecuentemente piensan que deberían haber podido hacer algo para detener la violación, o que hicieron algo para provocarla.

Es de suma importancia diferenciar entre la culpa y la vergüenza.

La culpa es un veredicto que se emite contra alguien que ha violado una norma o ley; por haber cometido un crimen. Las personas son culpables debido a un acto… por algo que hicieron o dejaron de hacer. Por otro lado, la vergüenza es un sentimiento que las personas experimentan cuando les han hecho algo malo. Cuando se asiste a los clientes para que vean la diferencia entre las dos se les ayuda a poner la culpa donde pertenece (en la persona que los violó) y, en consecuencia, les ayuda a tratar con los sentimientos de vergüenza. Por ejemplo, un violador debería sentirse culpable por el acto que cometió. De igual manera, la víctima podría sentir vergüenza por haber sido violada, aunque él/ella sea inocente del acto.

***The Angry/Happy Man* [El hombre enojado/feliz]:** «En 1962, Stanley Schachter y Jerome Singer diseñaron un experimento para probar su teoría que las emociones están determinadas por una interacción entre el estado fisiológico de estimulación y la etiqueta, o interpretación cognitiva, que una persona pone en la estimulación. Se les dijo a los estudiantes voluntarios que iban a responder un cuestionario sobre sus reacciones a una vitamina nueva llamada suproxina. En realidad, a todos se les inyectó un medicamento llamado epinefrina, el cual provoca una estimulación física en forma de aumento del ritmo cardiaco, respiración acelerada, y enrojecimiento de la cara; esto es, todas las reacciones que se producen durante una reacción emocional fuerte.

Después cada estudiante participó en una de las siguientes dos condiciones. En una condición, un confederado*, quien se hizo pasar por uno de los participantes, comenzó a quejarse del experimentador, le rompió su cuestionario y se marchó enojado. En la otra condición, había un hombre que actuaba como que estaba muy contento, casi atolondrado, y estaba jugando con algunos objetos de la habitación. El hombre «enojado» y el hombre «feliz» se comportaron deliberadamente en ambas condiciones de dos formas diferentes como parte del experimento.

Una vez que se cumplieron ambas condiciones, se les pidió a los participantes que describieran sus emociones. Los participantes que fueron expuestos al hombre «enojado» interpretaron sus síntomas de estimulación como ira, mientras que los que fueron expuestos al hombre «feliz» interpretaron su estimulación como felicidad. En todos los casos, la causa de estimulación real era la epinefrina y los síntomas físicos de estimulación eran idénticos. La única diferencia entre los dos grupos de participantes fue la exposición a los dos contextos distintos. La teoría de Schachter y

Singer habría podido predecir exactamente estos resultados: *La estimulación fisiológica se debe interpretar cognitivamente antes de experimentarse como una emoción específica* (Ciccarelli y White, 2009).

*Confederado: alguien que está cooperando con otra persona en alguna tarea.

Actividad en clase:

Pida a tres o cuatro voluntarios que hablen de lo que más los haya hecho enojar y la forma en la cual reaccionaron.

Repaso de la lección:

1. Escriba dos (2) versículos de las Escrituras que respaldan la teoría científica que indica: «La mente y el cuerpo están intrínsecamente vinculados, y este vínculo comienza con sus pensamientos».

   _____
   _____
   _____
   _____
   _____

2. ¿Qué es una actitud?

   _____
   _____
   _____

3. ¿Qué tipo de tratamiento de psicología moderna tiene base bíblica? Explique por qué.

   _____
   _____
   _____

4. ¿Qué factor clave determina las emociones?

   _____
   _____
   _____
   _____

5. ¿Explique por qué se le conoce a la ira como una emoción secundaria?

_____

_____

_____

_____

6. Explique la diferencia entre culpa y vergüenza.

_____

_____

_____

_____

7. Enumere tres (3) principios fundamentales en los que se basa la terapia cognitiva conductual:

A. _____

B. _____

C. _____

Lección 5

Familia: la base

Versículos clave

> «Y creó Dios al hombre a su imagen, a imagen de Dios lo creó; varón y hembra los creó. Y los bendijo Dios, y les dijo: Fructificad y multiplicaos; llenad la tierra, y sojuzgadla, y señoread en los peces del mar, en las aves de los cielos, y en todas las bestias que se mueven sobre la tierra».
> Génesis 1:27–28

Objetivos de la lección

Al culminar esta lección, los estudiantes deberán ser capaces de:

- Reconocer la importancia de la familia como base de la sociedad
- Entender la enseñanza bíblica con respecto al matrimonio, el divorcio y las segundas nupcias
- Identificar las etapas del Ciclo de la relación
- Crear un genograma

Lección

Dios creó al hombre con un deseo innato de relacionarse con los demás. Dios dijo: «No es bueno que el hombre esté solo». La palabra «bueno» se traduce del hebreo *tov*, la cual significa *bueno*, pero en el sentido de beneficioso. Dios vio que no era beneficioso que el hombre estuviera solo. Por consiguiente, Él hizo dormir a Adán e hizo a la mujer para que fuera su compañera, «ayuda idónea para él». (Vea Génesis 2:18). El matrimonio y la familia fueron ideas de Dios.

Nuestras ciudades y comunidades solamente serán tan fuertes como lo son nuestras iglesias. Nuestras iglesias solo serán tan fuertes como lo son nuestras familias. La familia es la base de la sociedad. La fortaleza o la debilidad de la sociedad se ve directamente afectada por la fortaleza o la debilidad de nuestras familias.

ANTES de aconsejar a una pareja con problemas matrimoniales, se deben establecer ciertas cosas:

1. **¿Están comprometidas ambas partes a permanecer en el matrimonio?** Si una persona ya ha decidido que se quiere ir, la consejería será ineficaz. «Cuando una pareja llega a la consejería con la opción del divorcio, *en realidad, usted es la última parada antes del abogado*» (Clinton y Hawkins, *The Quick-Reference Guide to Biblical Counseling: Personal and Emotional Issues* [Una guía de referencia rápida para la consejería bíblica: asuntos personales y emocionales], 2009).

2. **¿Existe algún tipo de abuso en la relación?** Si es así, el abusador y la víctima deben estar preparados. Se debe tratar con el abusador como es debido (lo cual puede implicar que se involucre a ley), y se debe aconsejar a la víctima por separado.

3. **¿Hay adulterio en el matrimonio?** Si una de las partes aún está involucrada romántica, emocional, social (por ejemplo, los medios sociales) o sexualmente, no se puede ni se debe continuar con la consejería hasta que se termine la relación extramatrimonial. Si el adulterio ha sido un factor, la persona que cometió el acto puede necesitar ser aconsejada por separado por ese tema en particular antes de poder aconsejar a la pareja en conjunto. «El adulterio no se trata de sexo. Se trata de encontrar a alguien que le hable al vacío de su corazón. Responderle a eso puede resultar en el acto sexual. El problema en el matrimonio no es el amorío. El amorío es la llamada de atención». (Notas de Miller).

¿Qué dice la Biblia sobre el matrimonio?

El matrimonio es idea de Dios.

«Y dijo Jehová Dios: No es bueno que el hombre esté solo; le haré ayuda idónea para él… Entonces Jehová Dios hizo caer sueño profundo sobre Adán, y mientras este dormía, tomó una de sus costillas, y cerró la carne en su lugar. Y de la costilla que Jehová Dios tomó del hombre, hizo una mujer, y la trajo al hombre. Dijo entonces Adán: Esto es ahora hueso de mis huesos y carne de mi carne; esta será llamada Varona, porque del varón fue tomada. Por tanto, dejará el hombre a su padre y a su madre, y se unirá a su mujer, y serán una sola carne».
Génesis 2:18, 21–24

Dios ha establecido un orden para el hogar.

«Las casadas estén sujetas a sus propios maridos, como al Señor; porque el marido es cabeza de la mujer, así como Cristo es cabeza de la iglesia, la cual es su cuerpo, y él es su Salvador. Así que, como la iglesia está sujeta a Cristo, así también las casadas lo estén a sus maridos en todo. Maridos, amad a vuestras mujeres, así como Cristo amó a la iglesia, y se entregó a sí mismo por ella, para santificarla, habiéndola purificado en el lavamiento del agua por la palabra, a fin de presentársela a sí mismo, una iglesia gloriosa, que no tuviese mancha ni arruga ni cosa semejante, sino que fuese santa y sin mancha. Así también los maridos deben amar a sus mujeres como a sus mismos cuerpos. El que ama a su mujer, a sí mismo se ama. Porque nadie aborreció jamás a su propia carne, sino que la sustenta y la cuida, como también Cristo a la iglesia, porque somos miembros de su cuerpo, de su carne y de sus huesos. Por esto dejará el hombre a su padre y a su madre, y se unirá a su mujer, y los dos serán una sola carne. Grande es este misterio; mas yo digo esto

respecto de Cristo y de la iglesia. Por lo demás, cada uno de vosotros ame también a su mujer como a sí mismo; y la mujer respete a su marido».
Efesios 5:22–33

El matrimonio es un pacto para toda la vida, no un contrato.

«Mas diréis: ¿Por qué? Porque Jehová ha atestiguado entre ti y la mujer de tu juventud, contra la cual has sido desleal, siendo ella tu compañera, y la mujer de tu pacto».
Malaquías 2:14

«Pero a los que están unidos en matrimonio, mando, no yo, sino el Señor: Que la mujer no se separe del marido; y si se separa, quédese sin casar, o reconcíliese con su marido; y que el marido no abandone a su mujer».
1 Corintios 7:10–11

«No obstante, para los que ya están casados, tengo un mandato que no proviene de mí sino del Señor. La esposa no debe dejar a su marido; pero si lo deja, que no se case de nuevo o bien que se reconcilie con él; y el marido no debe dejar a su esposa».
1 Corintios 7:10–11, NTV

«Porque la mujer casada está sujeta por la ley al marido mientras este vive; pero si el marido muere, ella queda libre de la ley del marido. Así que, si en vida del marido se uniere a otro varón, será llamada adúltera; pero si su marido muriere, es libre de esa ley, de tal manera que, si se uniere a otro marido, no será adúltera».
Romanos 7:2–3

La intimidad sexual se debe disfrutar entre el marido y su esposa solamente dentro de los límites del matrimonio:

«Bebe el agua de tu misma cisterna, Y los raudales de tu propio pozo. ¿Se derramarán tus fuentes por las calles, Y tus corrientes de aguas por las plazas? Sean para ti solo, Y no para los extraños contigo. Sea bendito tu manantial, Y alégrate con la mujer de tu juventud, Como cierva amada y graciosa gacela. Sus caricias te satisfagan en todo tiempo, Y en su amor recréate siempre».
Proverbios 5:15–19

«Bebe el agua de tu propio pozo; comparte tu amor únicamente con tu esposa. ¿Para qué derramar por las calles el agua de tus manantiales teniendo sexo con cualquiera? Deben reservarla solo para los dos; jamás la compartan con desconocidos. Que tu esposa sea una fuente de bendición para ti. Alégrate con la esposa de tu juventud. Es una cierva amorosa, una gacela llena de gracia. Que sus pechos te satisfagan siempre. Que siempre seas cautivado por su amor».
Proverbios 5:15–19, NTV

«Honroso sea en todo el matrimonio, y el lecho sin mancilla; pero a los fornicarios y a los adúlteros los juzgará Dios».
Hebreos 13:4

«Tengan todos en alta estima el matrimonio y la fidelidad conyugal, porque Dios juzgará a los adúlteros y a todos los que cometen inmoralidades sexuales».
Hebreos 13:4, NVI

«En cuanto a las cosas de que me escribisteis, bueno le sería al hombre no tocar mujer; pero a causa de las fornicaciones, cada uno tenga su propia mujer, y cada una tenga su propio marido. El marido cumpla con la mujer el deber conyugal, y asimismo la mujer con el marido. La mujer no tiene potestad sobre su propio cuerpo, sino el

marido; ni tampoco tiene el marido potestad sobre su propio cuerpo, sino la mujer. No os neguéis el uno al otro, a no ser por algún tiempo de mutuo consentimiento, para ocuparos sosegadamente en la oración; y volved a juntaros en uno, para que no os tiente Satanás a causa de vuestra incontinencia. Mas esto digo por vía de concesión, no por mandamiento».
1 Corintios 7:1–6

«Ahora, en cuanto a las preguntas que me hicieron en su carta: es cierto que es bueno abstenerse de tener relaciones sexuales. Sin embargo, dado que hay tanta inmoralidad sexual, cada hombre debería tener su propia esposa, y cada mujer su propio marido. El esposo debe satisfacer las necesidades sexuales de su esposa, y la esposa debe satisfacer las necesidades sexuales de su marido. La esposa le da la autoridad sobre su cuerpo a su marido, y el esposo le da la autoridad sobre su cuerpo a su esposa. No se priven el uno al otro de tener relaciones sexuales, a menos que los dos estén de acuerdo en abstenerse de la intimidad sexual por un tiempo limitado para entregarse más de lleno a la oración. Después deberán volverse a juntar, a fin de que Satanás no pueda tentarlos por la falta de control propio. Eso les digo a modo de concesión, no como un mandato».
1 Corintios 7:1–6, NTV

¿Qué dice la Biblia sobre el divorcio?

«Porque Jehová Dios de Israel ha dicho que él aborrece el repudio».
Malaquías 2:16

«Entonces vinieron a él los fariseos, tentándole y diciéndole: ¿Es lícito al hombre repudiar a su mujer por cualquier causa? Él, respondiendo, les dijo: ¿No habéis leído que el que los hizo al

principio, varón y hembra los hizo, y dijo: Por esto el hombre dejará padre y madre, y se unirá a su mujer, ¿y los dos serán una sola carne? Así que no son ya más dos, sino una sola carne; por tanto, lo que Dios juntó, no lo separe el hombre. Le dijeron: ¿Por qué, pues, mandó Moisés dar carta de divorcio, y repudiarla? Él les dijo: Por la dureza de vuestro corazón Moisés os permitió repudiar a vuestras mujeres; más al principio no fue así. Y yo os digo que cualquiera que repudia a su mujer, salvo por causa de fornicación, y se casa con otra, adultera; y el que se casa con la repudiada, adultera».
Mateo 19:3–9 (Vea también Mateo 5:31–32)

«Y a los demás yo digo, no el Señor: Si algún hermano tiene mujer que no sea creyente, y ella consiente en vivir con él, no la abandone. Y si una mujer tiene marido que no sea creyente, y él consiente en vivir con ella, no lo abandone. Porque el marido incrédulo es santificado en la mujer, y la mujer incrédula en el marido; pues de otra manera vuestros hijos serían inmundos, mientras que ahora son santos. Pero si el incrédulo se separa, sepárese; pues no está el hermano o la hermana sujeto a servidumbre en semejante caso, sino que a paz nos llamó Dios. Porque ¿qué sabes tú, oh mujer, si quizá harás salvo a tu marido? ¿O qué sabes tú, oh marido, si quizá harás salva a tu mujer?».
1 Corintios 7:12–16

«Ahora, me dirigiré al resto de ustedes, aunque no tengo un mandato directo del Señor. Si un creyente está casado con una mujer que no es creyente y ella está dispuesta a seguir viviendo con él, no debe abandonarla. Y, si una creyente tiene un esposo que no es creyente y él está dispuesto a seguir viviendo con ella, no debe abandonarlo. Pues la esposa creyente da santidad a su matrimonio, y el esposo creyente da santidad al suyo. De otro modo, sus hijos no serían santos, pero ahora son santos. (En cambio, si el esposo o la

esposa que no es creyente insiste en irse, dejen que se vaya. En esos casos, el cónyuge creyente ya no está ligado al otro, porque Dios los ha llamado a ustedes a vivir en paz). ¿Acaso ustedes, esposas, no se dan cuenta de que sus maridos podrían ser salvos a causa de ustedes? Y ustedes, esposos, ¿no se dan cuenta de que sus esposas podrían ser salvas a causa de ustedes?».
1 Corintios 7:12–16, NTV

¿Qué dice la Biblia sobre las segundas nupcias?

«Yo os digo que cualquiera que repudia a su mujer, salvo por causa de fornicación, y se casa con otra, adultera; y el que se casa con la repudiada, adultera».
Mateo 19:9 (Vea también Mateo 5:31–32)

«Pero si el incrédulo se separa, sepárese; pues no está el hermano o la hermana sujeto a servidumbre en semejante caso, sino que a paz nos llamó Dios».
1 Corintios 7:15

«(En cambio, si el esposo o la esposa que no es creyente insiste en irse, dejen que se vaya. En esos casos, el cónyuge creyente ya no está ligado al otro, porque Dios los ha llamado a ustedes a vivir en paz)».
1 Corintios 7:15, NTV

«Porque la mujer casada está sujeta por la ley al marido mientras este vive; pero si el marido muere, ella queda libre de la ley del marido. Así que, si en vida del marido se uniere a otro varón, será llamada adúltera; pero si su marido muriere, es libre de esa ley, de tal manera que, si se uniere a otro marido, no será adúltera».
Romanos 7:2–3

Puesto que sabemos que el matrimonio es la idea de Dios, y que todas las ideas de Dios son BUENAS, ¿por qué es entonces tan difícil el matrimonio? Si sabemos lo que la Palabra de Dios declara con respecto al matrimonio, el divorcio y las segundas nupcias, ¿por qué es tan alta la tasa de divorcios, incluso en la iglesia? ¿Por qué no se pueden casar las parejas y «vivir felices para siempre?».

«La realidad es que las personas se casan para satisfacer sus propias necesidades, no para satisfacer las necesidades de alguien más» (Miller C. , 2004). Ningún ser humano puede satisfacer todas las necesidades de otro ser humano. Solamente Dios puede hacerlo. Las Escrituras declaran que mi Dios suplirá todas mis necesidades (Filipenses 4:19); *no* dice que mi CÓNYUGE suplirá todas mis necesidades.

El ciclo de la relación

El ciclo de la relación
Tomado de las notas de la clase *Counseling Couples in Crisis* [Aconsejado a las parejas en crisis] de la Dra. Cindy Miller

Las parejas que emprenden el largo camino de recuperar su relación usualmente pasan por las mismas etapas básicas mientras desarrollan un amor maduro el uno por el otro. La primera etapa es la INFATUACIÓN. La infatuación hace que hagamos VOTOS. Hacemos los votos con muchas EXPECTATIVAS poco realistas y con frecuencia no explícitas. Cuando no se cumplen estas expectativas poco realistas, empiezan a surgir las DECEPCIONES. Mientras ocurren más y más decepciones, la pareja empieza a DISTACIARSE el uno del otro hasta que llega el día que experimentan la gran REVELACIÓN, la cual sencillamente es: «El matrimonio no es lo que yo pensaba».



Si se maneja bien, esta revelación debería llevar a la REFLEXIÓN. La reflexión es una larga y dura mirada a la lista de deseos del otro para el matrimonio con el entendimiento de cómo se han decepcionado mutuamente. Naturalmente, la reflexión debe ir seguida del ARREPENTIMIENTO. El arrepentimiento no es una disculpa, sino un compromiso para cambiar lo que está dañando el matrimonio. Cuando esto ocurre, el resultado casi inevitable es la RECONCILIACIÓN. Todas estas etapas deben conducir a una TRANSFORMACIÓN en el corazón de cada cónyuge y en el matrimonio. Con una transformación, debería haber una madurez nueva en el matrimonio. Con una transformación en el corazón y en el matrimonio, se debería ver la evidencia de la madurez espiritual. (Miller C. , 2004).

Genograma

El genograma es una herramienta que puede ser útil para demostrarle a las parejas por qué actúan/reaccionan de la forma en que lo hacen. Se debe entender que esta herramienta no es para culpar ni para hacer responsable a alguien más de los problemas matrimoniales, sino puede ayudar a la pareja a comprender por qué/cómo llegaron a donde llegaron. (Puede haber muchos otros factores involucrados en cuanto al estado del matrimonio, pero esta herramienta puede ser útil).

El genograma es una «representación gráfica de las personalidades y la interacción de las generaciones dentro de la familia, la cual se usa para identificar patrones de comportamiento repetitivos; un árbol genealógico psicológico; una representación gráfica de las afecciones médicas, la edad, la causa de muerte de los miembros de la familia remontándose varias generaciones, la cual se usa especialmente para evaluar el riesgo de enfermedad» (Dictionary.com). Por tanto, el genograma se usa para descubrir patrones psicológicos, así como condiciones médicas dentro del árbol genealógico de cada persona.

Se usa un cuadrado para representar al hombre y un círculo para representar a la mujer. Se trazan líneas para mostrar las relaciones familiares. Una vez que se dibuja el árbol, se añaden los detalles de los individuos: adicciones,

abusos, separaciones, divorcios, segundas nupcias, abandonos, relaciones entre esposos/esposas, padres/hijos. Observe cómo se expresaron y mostraron afecto, y cómo se conectaron con los demás. ¿Estaban presentes o ausentes? ¿Eran accesibles o exigentes, duros, y severos?

Crear un genograma puede ser un ejercicio muy revelador. Nuevamente, esto no es para culpar ni para esquivar el deber de asumir la responsabilidad. Sin embargo, puede ayudar a obtener entendimiento. Somos producto de nuestro ambiente.

Actividad en clase: Cree un genograma

Pídale a cada estudiante que haga un genograma de su árbol genealógico, remontándose lo más que se pueda tanto del lado materno como del paterno, usando la información que se conoce de la familia.

Repaso de la lección

1. ¿Cuál es la base de la sociedad? Indique la referencia bíblica para respaldar su respuesta.

   _____

   _____

2. Basándose en Efesios 5:22–33, ¿cuál es el orden apropiado de la familia según lo provisto por Dios a través de los escritos de Pablo?

   _____

   _____

   _____

   _____

3. Las Escrituras indican dos situaciones en las cuales es aceptable el divorcio. ¿Cuáles son?

   A. _____

   B. _____

4. Cite dos (2) versículos del Nuevo Testamento sobre las segundas nupcias.

   _____

   _____

   _____

   _____

   _____

5. ¿Cuál es el propósito del genograma?

   _____

   _____

   _____

   _____

   _____

Lección 6

Los hombres importan

Versículos claves

> «Pero tú habla lo que está de acuerdo con la sana doctrina. Que los ancianos sean sobrios, serios, prudentes, sanos en la fe, en el amor, en la paciencia… Exhorta asimismo a los jóvenes a que sean prudentes; presentándote tú en todo como ejemplo de buenas obras; en la enseñanza mostrando integridad, seriedad, palabra sana e irreprochable, de modo que el adversario se avergüence, y no tenga nada malo que decir de vosotros».
> Tito 2:1–2, 6–8

Objetivos de la lección

Al culminar esta lección, los estudiantes deberán ser capaces de:

- Entender el papel del hombre en la familia
- Definir «masculinidad tóxica»
- Reconocer el caos que se crea debido a los padres ausentes
- Reconocer la importancia de los hombres en la iglesia
- Conocer el papel bíblico dado a los hombres

Lección

Los hombres importan. En un mundo que pregona el feminismo y la transexualidad, los hombres siguen siendo importantes. El papel que Dios le dio a los hombres no se debe pasar por alto ni desechar. Si se hace esto, los resultados serán desastrosos. Considere las siguientes declaraciones del *Spaced-out scientist* [científico distante]:

> Las madres o padres solteros eran algo muy habitual en los siglos XVII y XVIII. La causa más común era: la muerte de uno de los progenitores. Aproximadamente entre 1/3 a 1/2 de todos los niños de esa época experimentaron la muerte de uno de sus padres durante su niñez.
>
> Desde entonces, los avances médicos y las mejoras en los cuidados sanitarios y maternos han reducido de manera significativa la mortalidad de las personas en edad reproductiva. Afortunadamente, ahora la muerte de uno de los progenitores no es la razón principal para la existencia de padres o madres solteros. En la actualidad, las razones principales del aumento de madres o padres solteros son el divorcio, los embarazos imprevistos y los que han decido serlo.
>
> Según la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico (OECD por sus siglas en inglés, 2014):
>
> - A nivel mundial, el 17% de niños de 0 a 14 años vive en hogares con un solo progenitor.
>
> - Las mujeres encabezan aproximadamente el 88% de estos hogares.

- La mayoría de los padres o madres solteros trabajan, lo cual es contrario a la creencia popular.

Los países con el porcentaje más alto de niños de 0 a 14 años que viven con un solo progenitor (OECD, 2014) son:

	Solo la madre vive en el mismo hogar	Solo el padre vive en el mismo hogar	Total
Dinamarca	23	7	29*
Reino Unido	26	2	28
Lituania	25	2	27
Estados Unidos	23	4	27
Latvia	23	3	26
Estonia	22	3	25
Francia	19	4	23
Hungría	18	2	20
Canadá	16	3	19
Alemania	17	2	19
Suecia	14	5	18*
República Checa	16	2	18
México	17	1	18
Malta	16	2	18
Irlanda	16	2	17*
Promedio OECD-26	15	2	17
	*Total incorrecto		

En los países industrializados se ha producido el mayor incremento de hogares con un solo progenitor. Dinamarca y el Reino Unido tienen el porcentaje más alto de madres y padres solteros. Los porcentajes más altos de padres solteros se registraron en Dinamarca, Suecia, Francia y los Estados Unidos, aunque las madres solteras los sobrepasaron. (Madres y padres solteros a nivel mundial: estadísticas y tendencias – *The spaced-out scientist* [El científico distante] (spacedoutscientist.com) recuperado el 31 de agosto de 2022).

Los resultados que se producen cuando los niños viven sin la figura paterna son: el caos y el desastre. De acuerdo con el *National Center for Fathering and The Fatherless Generation* [Centro nacional para la paternidad y la generación sin padres]:

- El 85% de los jóvenes en prisión proceden de hogares donde los padres están ausentes.
- El 71% de los alumnos que abandonan los estudios emanan de hogares que no han tenido a los padres presentes.
- El 90% de todos los indigentes y niños que abandonan el hogar provienen de casas donde no ha existido la figura paterna.
- Casi 25 millones de niños viven sin su padre biológico.
- El 60% de suicidios juveniles surgen de un hogar donde el padre ha estado ausente.

Aunque las anteriores estadísticas del Centro nacional para la paternidad y la generación sin padres se aplican a los Estados Unidos, se puede esperar el mismo resultado a nivel mundial en naciones desarrolladas similares.

Mbuyiselo Botha, un activista de género y uno de los fundadores del Foro de Hombres de Sudáfrica, escribió:

> Una cosa es saber que el padre no está vivo para que dé el apoyo moral, financiero, y espiritual que necesita como niño, o incluso como niña.
>
> Pero saber que está vivo en algún lugar y que, aun así, no está a su lado cuando lo necesita, debe ser el reto más difícil de superar.
>
> Sí, las madres desempeñan un papel muy importante en muchos de los hogares encabezados por mujeres en Sudáfrica. Pero ellas también están nadando contra una fuerte corriente y no pueden criar al niño solas, esto se dice juzgando por el incremento en el número de casos de enfermedades sociales, tales como la violencia

en nuestras escuelas, el abuso de las drogas, el alcohol entre los niños y jóvenes y el incremento de embarazos adolescentes entre niños que vienen principalmente de familias donde el padre está ausente.

Según los estudios, el número de niños que crece sin padres en Sudáfrica asciende a la asombrosa cifra de nueve millones (y sigue aumentando) y esta cifra incluye a unos 3.95 millones de huérfanos.

Se estima que el 63% de los suicidios de los jóvenes son de hogares donde no ha estado el padre presente. Los estudios han demostrado que la ausencia de los padres se asocia a malos resultados educativos, comportamiento antisocial, falta de confianza en las niñas y problemas de comportamiento en los niños.

Como hombres, no podemos vivir con una consciencia tranquila sabiendo que estamos contribuyendo a la destrucción de nuestra sociedad y del futuro de nuestros niños. El tiempo está en nuestra contra y tenemos que cambiar nuestro comportamiento de una manera drástica para tratar de evitar una crisis.

¿Qué otra cosa se debe decir y hacer para que los hombres se den cuenta de que son parte de los problemas sociales que enfrenta este país? (www.sowetanlive.co.za/opinion/columnists/2019-06-12-absent-fathers-are-major-catalyst-for-social-problems-in-our-country/ recuperado el 5 de septiembre de 2022)

En el retiro de hombres de 2019, el doctor Tim Clinton, presidente de la Asociación Americana de consejeros Cristianos, dijo en una breve charla:

La Sociedad dice que los hombres son bufones. Usualmente, demuestran a los hombres como distantes, desvinculados, perezosos, fríos, sin emociones, adictos a la pornografía, malos esposos, y padres horribles. La sociedad a menudo dice que los hombres no importan. Ahora hay un nuevo término de moda; se llama masculinidad tóxica. Incluso las mujeres están enojadas. Sus

> mujeres están molestas. ¿Conoce la razón por la cual están así? Porque los aman. Ellas saben lo importante que son.
>
> Permítame darle unas buenas noticias por un momento. Algunas buenas noticias son: el 92% de los estadounidenses, creen que los hombres/padres hacen una contribución única en la vida de sus hijos o hijas; el padre tiene una profunda influencia en ellos. De acuerdo con el Centro nacional para la paternidad: «Aunque las madres que están involucradas en la crianza de los hijos pueden ayudar a evitar la actividad sexual de los adolescentes, los padres tienen el doble de influencia que las madres».(www.youtube.com/watch?v=lySSDFYLVg0) (Lea el discurso del doctor Clinton en el Apéndice 1).

Estadística tras estadística demuestra el valor y la necesidad de los hombres en las vidas de los hijos. Esto es una necesidad universal, ya sea en las mansiones de los ricos de Estados Unidos o en las humildes chozas de una tribu africana. ¿Por qué es universal? Porque ese es el diseño del Creador.

Adán fue el pináculo de la creación de Dios. Dios le dio a Adán el dominio sobre todos los animales. Su responsabilidad era cuidar el Jardín. Debido a que no pudo encontrar una ayuda idónea para Adán, Dios tomó una costilla del costado de Adán y creó a Eva. Ellos se convirtieron en los padres de Caín y Abel, por tanto, crearon la primera familia. Desde entonces, la voluntad de Dios ha sido que el padre proteja, provea, y guíe a su familia en la vida. El hombre fue diseñado para ser la cabeza espiritual de la familia, el sacerdote de la familia. Él debe dar el ejemplo de la autodisciplina y devoción a Dios. Cuando los hombres asumen el papel ordenado por Dios en la familia, el plan de Dios da como resultado: paz, prosperidad, y protección. El hombre encuentra fortaleza en su sumisión a la autoridad divina de Dios. Él ama y provee para su esposa e hijos. Él bendice a la comunidad cuando trata de satisfacer las necesidades del pobre y necesitado.

Como consejero, muchos de los problemas que enfrenta surgen porque los hombres fallan al aceptar la posición y las responsabilidades que Dios les ha dado. Es su responsabilidad ayudar a sus clientes masculinos a reconocer y aceptar el plan de Dios para ellos. Esto ayudará a poner fin a los ciclos repetitivos de abuso y negligencia. Esto también ayudará a sus clientes que están luchando con los efectos de los padres ausentes a hacerle frente a su trauma.

A lo mejor Los Diez Mandamientos para los Hombres del escritor de AGET, Dorsey Burk, ayudará a los hombres a elevar su potencial y convertirse en los hombres conforme al diseño de Dios.

Los diez mandamientos para los hombres

1. Sea salvo.

   El primer paso para ser un hombre de Dios es aceptar la salvación que Dios nos da por medio de Jesucristo. La muerte, sepultura, y resurrección de Jesucristo es el Evangelio, las buenas nuevas de la salvación. Aplicamos el Evangelio a nuestras vidas cuando nos arrepentimos de nuestros pecados, somos bautizados en el nombre de Jesús, y recibimos el Espíritu Santo.

   «El que creyere y fuere bautizado, será salvo; más el que no creyere, será condenado». Marcos 16:16

   «El que cree en mí, como dice la Escritura, de su interior correrán ríos de agua viva. Esto dijo del Espíritu que habían de recibir los que creyesen en él; pues aún no había venido el Espíritu Santo, porque Jesús no había sido aún glorificado». Juan 7:38–39

«Y en ningún otro hay salvación; porque no hay otro nombre bajo el cielo, dado a los hombres, en que podamos ser salvos». Hechos 4:12

«Arrepiéntase y bautícese cada uno de ustedes en el nombre de Jesucristo para perdón de sus pecados —contestó Pedro—, y recibirán el don del Espíritu Santo». Hechos 2:38, NVI

2. Ponga a Dios primero.

El hombre de Dios pone primero a Dios en su vida. Él va a centrar su vida alrededor de las cosas de Dios. Su prioridad es servir a Dios.

«Mas buscad primeramente el reino de Dios y su justicia, y todas estas cosas os serán añadidas». Mateo 6:33

«Bienaventurado el varón
que no anduvo en consejo de malos,
Ni estuvo en camino de pecadores,
Ni en silla de escarnecedores se ha sentado;
Sino que en la ley de Jehová está su delicia,
Y en su ley medita de día y de noche.
Será como árbol plantado junto a corrientes de aguas,
Que da su fruto en su tiempo,
Y su hoja no cae;
Y todo lo que hace, prosperará».
Salmos 1:1–3

«Así que, hermanos míos amados, estad firmes y constantes, creciendo en la obra del Señor siempre, sabiendo que vuestro trabajo en el Señor no es en vano». I Corintios 15:58

Por tanto, teme ahora al Señor y sírvele con sinceridad y fidelidad. Quita los dioses a los que sirvieron tus padres más allá del río y en Egipto, y sirve al Señor. Y si te parece mal servir al Señor, escoge hoy a quien vas a servir, si a los dioses a quienes sirvieron tus padres en la región que está más allá del río o a los dioses de los amorritas, en cuya tierra vives. Pero en cuanto a mí y mi casa, serviremos al Señor. Josué 24:14–15, *English Standar Version* [Versión Estándar Inglesa, dicha versión de la Biblia no se encuentra disponible en español, por lo cual se hizo una traducción literal].

«Sed, pues, imitadores de Dios como hijos amados. Y andad en amor, como también Cristo nos amó, y se entregó a sí mismo por nosotros, ofrenda y sacrificio a Dios en olor fragante. Pero fornicación y toda inmundicia, o avaricia, ni aun se nombre entre vosotros, como conviene a santos; ni palabras deshonestas, ni necedades, ni truhanerías, que no convienen, sino antes bien acciones de gracias. Porque sabéis esto, que ningún fornicario, o inmundo, o avaro, que es idólatra, tiene herencia en el reino de Cristo y de Dios. Nadie os engañe con palabras vanas, porque por estas cosas viene la ira de Dios sobre los hijos de desobediencia. No seáis, pues, partícipes con ellos».
Efesios 5:1–7

3. Viva una vida de santidad.

El hombre de Dios busca la santidad. Él busca ser como Dios y crecer en gracia y en el conocimiento de Dios. Él separa su vida del mundo y se la dedica a Dios.

«Seguid la paz con todos, y la santidad, sin la cual nadie verá al Señor».
Hebreos 12:14

«Dad a Jehová la honra debida a su nombre; Traed ofrenda, y venid delante de él; Postraos delante de Jehová en la hermosura de la santidad». I Crónicas 16:29

«Así que, hermanos, os ruego por las misericordias de Dios, que presentéis vuestros cuerpos en sacrificio vivo, santo, agradable a Dios, que es vuestro culto racional». Romanos 12:1

«Así que, amados, puesto que tenemos tales promesas, limpiémonos de toda contaminación de carne y de espíritu, perfeccionando la santidad en el temor de Dios». II Corintios 7:1

«Pues no nos ha llamado Dios a inmundicia, sino a santificación». I Tesalonisenses 4:7

4. Camine humildemente delante de Dios.

Un hombre de Dios reconoce su dependencia de Dios y se humilla delante de Su autoridad. En su vida no hay lugar para el orgullo ni la exaltación de sí mismo.

«Oh hombre, él te ha declarado lo que es bueno, y qué pide Jehová de ti: solamente hacer justicia, y amar misericordia, y humillarte ante tu Dios». Miqueas 6:8

«Humillaos delante del Señor, y él os exaltará». Santiago 4:10

«Si se humillare mi pueblo, sobre el cual mi nombre es invocado, y oraren, y buscaren mi rostro, y se convirtieren de sus malos caminos; entonces yo oiré desde los cielos, y perdonaré sus pecados, y sanaré su tierra». II Crónicas 7:14

«Así que, cualquiera que se humille como este niño, ese es el mayor en el reino de los cielos». Mateo 18:4

«Nada hagáis por contienda o por vanagloria; antes bien con humildad, estimando cada uno a los demás como superiores a él mismo». Filipenses 2:3

5. Sea un pacificador.

El sello distintivo de un hombre de Dios es la paz. Su vida está llena de la paz de Dios. La presencia del hombre promueve la paz en donde sea que se encuentre. Evita la discordia y busca la armonía.

«Apártate del mal, y haz el bien; Busca la paz, y síguela». Salmos 34:14

«Mucha paz tienen los que aman tu ley, Y no hay para ellos tropiezo». Salmos 119:165

«Cuando los caminos del hombre son agradables a Jehová, Aun a sus enemigos hace estar en paz con él». Proverbios 16:7

«Bienaventurados los pacificadores, porque ellos serán llamados hijos de Dios». Mateo 5:9

«Huye también de las pasiones juveniles, y sigue la justicia, la fe, el amor y la paz, con los que de corazón limpio invocan al Señor». II Timoteo 2:22

6. Ame a su esposa.

El hombre de Dios ama a su esposa. Él le es fiel y satisface sus necesidades.

«Maridos, amad a vuestras mujeres, así como Cristo amó a la iglesia, y se entregó a sí mismo por ella». Efesios 5:25

«Así también los maridos deben amar a sus mujeres como a sus mismos cuerpos. El que ama a su mujer, a sí mismo se ama». Efesios 5:28

«Vosotros, maridos, igualmente, vivid con ellas sabiamente, dando honor a la mujer como a vaso más frágil, y como a coherederas de la gracia de la vida, para que vuestras oraciones no tengan estorbo». I Pedro 3:7

Sin embargo, cada uno ame a su esposa como a sí mismo, y la esposa respete a su marido. Efesios 5:33, [*ESV* por sus siglas en inglés. Esta traducción de la Biblia no se encuentra disponible en español].

«El marido cumpla con la mujer el deber conyugal, y asimismo la mujer con el marido». I Corintios 7:3

7. Ame a sus hijos.

El hombre de Dios reconoce que sus hijos son un regalo de Dios. En consecuencia, él los ama y provee para ellos. Debido a que los aman, los disciplina y los entrena para que amen a Dios y le sirvan.

«Y vosotros, padres, no provoquéis a ira a vuestros hijos, sino criadlos en disciplina y amonestación del Señor». Efesios 6:4

«Y estas palabras que yo te mando hoy, estarán sobre tu corazón; y las repetirás a tus hijos, y hablarás de ellas estando en tu casa, y andando por el camino, y al acostarte, y cuando te levantes. Y las atarás como una señal en tu mano, y estarán como frontales entre tus ojos; y las escribirás en los postes de tu casa, y en tus puertas». Deuteronomio 6:6–9

«Instruye al niño en su camino, Y aun cuando fuere viejo no se apartará de él». Proverbios 22:6

«Pues si vosotros, siendo malos, sabéis dar buenas dádivas a vuestros hijos, ¿cuánto más vuestro Padre que está en los cielos dará buenas cosas a los que le pidan?». (Mateo 7:11)

«Pero Jesús dijo: Dejad a los niños venir a mí, y no se lo impidáis; porque de los tales es el reino de los cielos». Mateo 19:14

8. Provea para su familia.

   El plan de Dios es que el hombre supla las necesidades de su familia. No es una responsabilidad que debe evitar o pasar a otra persona.

   Pero si alguien no provee para su familia, y especialmente para los de su casa, ha negado la fe y es peor que un incrédulo.
   I Timoteo 5:8 [*ESV*, por sus siglas en inglés. Esta versión de la Biblia no se encuentra disponible en español, por lo cual se hizo una traducción literal].

9. Sea un buen ciudadano.

La voluntad de Dios es que los hombres sean buenos ciudadanos. Ser un buen ciudadano involucra el pago de impuestos para financiar al gobierno. Cuando le preguntaron a Jesús sobre el pagar impuestos, Jesús respondió: «Dad, pues, a César lo que es de César, y a Dios lo que es de Dios». Ser un buen ciudadano significa ser consciente de las necesidades cívicas y responder cómo corresponde. Cuando los hombres conocen los eventos actuales, ellos saben cómo orar por aquellos que están dirigiendo las ciudades, estados, y naciones. Los hombres pueden mostrar el amor de Dios al involucrarse en programas sociales que prestan los servicios necesarios para los pobres, ancianos y enfermos.

> «Sométase toda persona a las autoridades superiores; porque no hay autoridad sino de parte de Dios, y las que hay, por Dios han sido establecidas. De modo que quien se opone a la autoridad, a lo establecido por Dios resiste; y los que resisten, acarrean condenación para sí mismos. Porque los magistrados no están para infundir temor al que hace el bien, sino al malo. ¿Quieres, pues, no temer la autoridad? Haz lo bueno, y tendrás alabanza de ella; porque es servidor de Dios para tu bien. Pero si haces lo malo, teme; porque no en vano lleva la espada, pues es servidor de Dios, vengador para castigar al que hace lo malo. Por lo cual es necesario estarle sujetos, no solamente por razón del castigo, sino también por causa de la conciencia. Pues por esto pagáis también los tributos, porque son servidores de Dios que atienden continuamente a esto mismo. Pagad a todos lo que debéis: al que tributo, tributo; al que, impuesto, impuesto; al que respeto, respeto; al que honra, honra». Romanos 13:1–7

> «Exhorto, ante todo, a que se hagan rogativas, oraciones, peticiones y acciones de gracias, por todos los hombres; por los reyes y por todos los que están en eminencia, para que vivamos

quieta y reposadamente en toda piedad y honestidad. Porque esto es bueno y agradable delante de Dios nuestro Salvador». I Timoteo 2:1–3

«Pero el que tiene bienes de este mundo y ve a su hermano tener necesidad, y cierra contra él su corazón, ¿cómo mora el amor de Dios en él?». I Juan 3:17

10. Sea generoso.

Dios bendice a los hombres para que ellos puedan bendecir a los demás. El hombre de Dios es una persona generosa, quien reconoce que todas sus bendiciones vienen de Dios. Por tanto, él libremente da gracias y honra a Dios al dar sus diezmos y ofrendas. De la misma manera, da a los demás como Dios le ha dado a él.

«Dad, y se os dará; medida buena, apretada, remecida y rebosando darán en vuestro regazo; porque con la misma medida con que medís, os volverán a medir». Lucas 6:38

«Pero esto digo: El que siembra escasamente, también segará escasamente; y el que siembra generosamente, generosamente también segará. Cada uno dé como propuso en su corazón: no con tristeza, ni por necesidad, porque Dios ama al dador alegre. Y poderoso es Dios para hacer que abunde en vosotros toda gracia, a fin de que, teniendo siempre en todas las cosas todo lo suficiente, abundéis para toda buena obra». II Corintios 9:6–8

Actividad en clase: Discusión

Guíe a los estudiantes para que respondan la siguiente pregunta: ¿cuáles son los desafíos más grandes que enfrentan los hombres en nuestra cultura? Escriba las respuestas en el pizarrón. Luego ore por cada respuesta y pídale a Dios que fortalezca a los hombres de la nación para que lleguen a ser los hombres que Dios diseñó que fueran.

Repaso de la lección

1. Defina la masculinidad tóxica.

   _____
   _____
   _____

2. Como consejero, ¿cómo ayuda a los hombres a ocupar el lugar que les corresponde en el reino de Dios?

   _____
   _____
   _____

3. ¿Cómo puede la iglesia ministrar a aquellos que no tienen padres?

   _____
   _____
   _____

4. ¿Cuál cree *usted* que es el mayor problema al que se enfrentan los hombres en la actualidad?

   _____
   _____
   _____

5. ¿Qué hará *usted* para ayudar a aliviar el problema que se describió en la pregunta 4?

   _____
   _____
   _____
   _____

Lección 7

Estrategias de comunicación

Versículo clave

> «Vosotros, maridos, igualmente, vivid con ellas sabiamente, dando honor a la mujer como a vaso más frágil, y como a coherederas de la gracia de la vida, para que vuestras oraciones no tengan estorbo».
> I Pedro 3:7

Objetivos de la lección

Al culminar esta lección, los estudiantes deberán ser capaces de:

- Enumerar diferencias básicas entre los hombres y las mujeres (marcianos y venusianas)
- Conocer las cuatro claves para tener una mejor comunicación
- Entender los cuatro tipos de negativismo que son letales en las relaciones
- Mejorar la capacidad personal auditiva eficaz

Lección

Una de las diferencias más grandes entre los hombres y las mujeres es la forma en la cual se comunican. El doctor John Gray escribió un libro titulado *Los hombres son de Marte, las mujeres son de Venus,* el cual demuestra claramente este principio.

> Los marcianos valoran el poder, la competencia, la eficiencia y los logros. Ellos siempre están haciendo cosas para probarse a sí mismos y desarrollar su poder y habilidades. Su sentido de sí mismos se define a través de sus habilidades de lograr resultados… Para el marciano es muy importante alcanzar metas porque es una forma de probar su competencia, y así sentirse bien consigo mismo. Y para que él se sienta bien consigo mismo, debe alcanzar estas metas por sí mismo. Alguien más no las puede alcanzar por él. Los marcianos se enorgullecen de hacer las cosas por sí mismos. La autonomía es un símbolo de eficiencia, poder y competencia. (Gray, 1999).

Para el marciano es muy importante alcanzar las metas por sí mismo y, por ello, la única vez que pedirá consejo es si se ha quedado atascado y necesita ayuda experta para resolver un problema. A los marcianos *no* les gusta *hablar* sobre sus problemas. (Esto explica por qué la mayoría de los hombres no se abren en la consejería.)

> Sin embargo, la historia con Venus es muy diferente. Las venusianas valoran el amor, la comunicación, la belleza, y las relaciones. Ellas pasan mucho tiempo apoyando, ayudando, y nutriendo a los demás. El sentido de sí mismas se define a través de sus sentimientos y la calidad de sus relaciones. Ellas se experimentan la plenitud cuando comparten y se relacionan… La comunicación es fundamental. Es más importante compartir sus sentimientos personales, que alcanzar las metas y el éxito. Una fuente de enorme satisfacción es hablar y relacionarse con los demás. (Gray, 1999).
>
> (Esto explica por qué la mayoría de las mujeres se abren a la consejería.)

Las venusianas hablan para conectarse. Por consiguiente, «Venus está cubierta de parques, jardines orgánicos, centros comerciales, y restaurantes» (Gray, 1999). Frecuentemente, a las venusianas se les ve en estos lugares compartiendo, hablando, riéndose, y llorando.

Los marcianos quieren estar solos para pensar sobre la solución a sus problemas, de modo que Marte está cubierto de cuevas. Cuando un marciano tiene que contemplar un problema, se va a su cueva y saldrá de ella y hablará solo si/cuando necesita el aporte de alguien más.

Aunque este punto de vista sobre las diferencias entre los hombres y las mujeres es en cierta manera gracioso, tiene una gran verdad. Los hombres y las mujeres se comunican de una manera muy diferente. Las mujeres acusan a los hombres de no escucharlas, mientras que los hombres acusan a las mujeres de hablar incesantemente sin razón alguna.

La Biblia tiene algunas amonestaciones directas para los esposos

> «Vosotros, maridos, igualmente, vivid con ellas sabiamente, dando honor a la mujer como a vaso más frágil, y como a coherederas de la gracia de la vida, para que vuestras oraciones no tengan estorbo».
> I Pedro 3:7

Con el fin de lograr la comprensión mutua, es necesario escucharse mutuamente. Si no *escuchamos*, no vamos a *oír* lo que se está diciendo. (Se debe enseñar esta habilidad a las parejas que necesitan ayuda para relacionarse, pero también es una habilidad que el consejero debe aprender.)

¿Qué tan efectivas son sus habilidades para escuchar?

Para saber qué tan efectivo es practicando las buenas habilidades para escuchar, responda las siguientes preguntas sobre sí mismo. ¡Sea honesto!

		Casi siempre	Usualmente	A veces	Nunca
1	¿Permite que las personas terminen de decir lo que están diciendo antes de comenzar a hablar?	4	3	2	1
2	Si la persona titubea, ¿espera que termine/continúe la conversación en vez de comenzar a contestar?	4	3	2	1
3	¿Se guarda sus juicios sobre lo que alguien está diciendo hasta que ha terminado de hablar?	4	3	2	1
4	¿Escucha con atención, aunque crea saber lo que la persona va a decir?	4	3	2	1
5	¿Escucha sin juzgar, demostrando apoyo genuino, incluso si no puede conectar con la persona que está hablando?	4	3	2	1
6	¿Deja de hacer lo que está haciendo y le presta toda su atención a la persona que está hablando?	4	3	2	1
7	¿Mantiene el contacto visual adecuado, asiente con la cabeza y da señales no verbales para demostrarle a la persona que la está escuchando?	4	3	2	1
8	¿Escucha con atención para poder apoyar a la persona que está hablando o está ideando lo que va a decir a continuación?	4	3	2	1
9	Siente curiosidad; ¿le hace preguntas a la persona para que clarifique sus ideas?	4	3	2	1
10	¿Reafirma lo que le han dicho para asegurarse de que ha escuchado correctamente?	4	3	2	1
	TOTAL				

Sume la puntuación de cada columna, y, a continuación, sume el total de todas las columnas:

_____

- 35 y más: Es un excelente oyente.
- 25–35: Escucha bien, pero puede mejorar.
- Menos de 25: ¡Debe mejorar sus habilidades para escuchar!

(Adaptado de Valerie Cade, *Bully Free at Work* [Libre de acoso en el trabajo], 2013.)

Claves para mejorar la comunicación

Clave #1: sea intencional.

«La pareja promedio solo se comunica 20 minutos a la semana. Apague la tecnología y establezca un momento de 20 o 30 minutos al día para ponerse al día» (Baumgardner, 2020).

Clave #2: escuche.

> «Por esto, mis amados hermanos, todo hombre sea pronto para oír, tardo para hablar, tardo para airarse». (Santiago 1:19)

> «Precipitarse a responder antes de escuchar los hechos es a la vez necio y vergonzoso». (Proverbios 18:13, NTV)

Clave #3: escoja sus palabras sabiamente.

Los cuatro jinetes: el Dr. John Gottman, uno de los mayores expertos mundiales sobre el matrimonio, afirma que ciertos tipos de negativismos son más letales para las relaciones. Sus cuatro jinetes del apocalipsis en la comunicación conyugal son:

1. **Criticismo**: las quejas son normales, pero el criticismo trata más del carácter y la personalidad de una persona. Por ejemplo: «eres un tonto», «eres un narcisista», «no tienes sentido del humor».
2. **Desprecio**: esto es el resultado de pensamientos negativos que ha tenido sobre su pareja por mucho tiempo, lo cual se convierte en falta de

respeto. Usualmente, el desprecio surge de preocupaciones sobre un cónyuge que nunca se abordan o que se quedan sin resolver por largos periodos de tiempo.

3. **Actitud defensiva**: todos tenemos un instinto de autoprotección. Pero ponerse a la defensiva con su cónyuge rara vez ayudará a resolver los conflictos y suele reducir la conversación a un juego donde se culpa el uno al otro.
4. **Evasión**: por lo general, es una táctica del cónyuge que no quiere ceder terreno en una conversación. Eventualmente, este cónyuge acaba desconectándose del otro. Los hombres suelen ser los culpables. No es raro que un hombre se retire (a veces físicamente) a su cueva, cortando la comunicación por un tiempo.

> «La respuesta apacible desvía el enojo, pero las palabras ásperas encienden los ánimos». (Proverbios 15:1, NTV)

> «A todo el mundo le gusta una respuesta apropiada; ¡es hermoso decir lo correcto en el momento oportuno!» (Proverbios 15:23, NTV)

La consejería matrimonial significa que tendrá que haber algunas conversaciones muy difíciles. Motivar a la pareja a seguir las siguientes pautas, le dará la mejor oportunidad de MEJORAR la situación, y no AMARGARSE:

1. **El lugar y el tiempo indicado**

> «El consejo oportuno es precioso, como manzanas de oro en canasta de plata». (Proverbios 25:11, NTV)

Las parejas nunca avanzarán en una discusión difícil si no escogen el tiempo indicado para entablar su conversación. Si es posible, ambas partes deben estar en un buen estado mental y emocional, y se deben sentir bien físicamente.

Elegir el lugar indicado es tan importante como escoger el tiempo apropiado. La pareja debe estar sola y sin distracciones, es decir, sin hijos, sin televisión, sin celulares o cosas por el estilo.

2. **Reglas de intervención**

«Deberíamos ayudar a otros a hacer lo que es correcto y edificarlos en el Señor». (Romanos 15:2, NTV)

Las palabras edifican y mejoran la situación, o destruyen y empeoran la situación.

3. **Declaraciones «yo» contra «ti».**

Cuando tú _____, me siento _____. Agradecería que _____.

*** Asegúrese de llenar los espacios en blancos con situaciones reales/ ejemplos, y con detalles. Por ejemplo, decir: «Nunca escuchas» es muy acusatorio y no es específico. Inmediatamente, su cónyuge se pondrá a la defensiva por su acusación. En cambio, si usted dice: «Cuando tú sigues leyendo el periódico y estoy tratando de hablar contigo, siento que no me estás escuchando, y que lo que tengo que decir no es importante para ti».

Cuando su cónyuge dice: «Cuando tú _____, me siento _____», ¡no puede defenderse! Si usted continuamente responde de manera defensiva, su cónyuge dejará de compartir cosas con usted. ¡El objetivo es tener MÁS comunicación y no MENOS comunicación!

Conceda a cada persona el tiempo suficiente para explicarse plenamente. Asegúrese de que está entendiendo bien. Su cónyuge

puede estar escuchándolo decir algo que ni siquiera se ha dado cuenta que está diciendo.

Repita «Cuando yo _____, te sientes _____, y te gustaría que _____».

Si no comprende, ¡pregunte! «Entonces, lo que creo que estás diciendo es _____. ¿Es así?».

4. **Leer la mente es una trampa.** No intente leer la mente de su cónyuge, y no espere que su cónyuge lea la suya.

5. **DEJE de decir:** ¡Si me amaras, harías _____! Eso puede ser una declaración manipuladora. En cambio, comienza diciendo: «¡Me siento amado cuando tú _____!».

6. **Quizás debe practicar primero.** Algunas personas tienen dificultad para expresar verbalmente sus pensamientos y emociones más profundas. Si sabe que debe tener una conversación difícil, pero no sabe exactamente qué/o cómo decirlo, intente escribirlo primero. Muchas personas se pueden expresar mejor en papel. Si es su caso, escríbale una carta a su cónyuge. Sin embargo, esfuércese por leerle esa carta, en vez de limitarse a entregársela para que la lea. Cuando la lee con su propia voz, puede agregarle la entonación de voz adecuada a lo que desea expresar. El punto es: no permita que su incapacidad de expresarse verbalmente sea una piedra de tropiezo para una comunicación adecuada en su matrimonio.

Clave #4: ¿Qué está diciendo su cuerpo?

Un axioma dice: «¡Tus acciones están gritando tan alto que no puedo escuchar lo que estás diciendo!».

Los expertos de la comunicación nos dicen que la buena comunicación tiene que ver más con el lenguaje corporal que con las palabras. Un cónyuge puede alejar al otro al mandarle el mensaje claro que no está interesado, está aburrido, está enojado, o ha dejado de escuchar. Algunos ejemplos son: cruzar los brazos, miradas furiosas (a pesar del tono de la voz), miradas perdidas, voltear los ojos, falta de contacto visual, darle la espalda al cónyuge.

Una madre obligaba a sus dos hijas a que se sentaran en el sillón y se tomaran las manos después de pelearse. Se debían tomar las manos hasta que la emoción estuviera bajo control, y hasta que se pudieran disculpar de una manera genuina la una con la otra. Me pregunto qué pasaría si las parejas empezaran a tomarse las manos cuando sintieren que está a punto de ocurrir una discusión.

Actividad en clase:

Si todavía no lo ha hecho, diga a los estudiantes que completen el examen de comprensión oral. Después, pídales que formen un círculo. Luego solicite a los alumnos que completen la prueba de comprensión oral de la segunda y cuarta persona que se encuentra a su derecha, basándose en la interacción personal que tienen con ellos, y entrégueles la prueba a esas personas. Diga a los estudiantes que comparen los resultados de los tres exámenes de comprensión oral. (Cada estudiante debería terminar con los resultados de su examen y los resultados de otros dos alumnos). Discuta cómo la forma en que los perciben los demás, puede que no sea la forma en la cual se perciben a sí mismos.

Repaso de la lección

1. ¿Qué piensa sobre los resultados personales que obtuvo del examen de comprensión auditiva? ¿Cree que hay áreas que necesitan mejorar?

   _____

   _____

   _____

2. Enumere diez (10) diferencias básicas entre los marcianos y las venusianas, cinco (5) de los marcianos y cinco (5) de las venusianas.

   A. _____

   B. _____

   C. _____

   D. _____

   E. _____

   F. _____

   G. _____

   H. _____

   I. _____

   J. _____

3. Enumere cuatro (4) claves para mejorar la comunicación en el matrimonio.

   A. _____

   B. _____

   C. _____

   D. _____

4. De acuerdo con el doctor John Gottman, ¿cuáles son los cuatro (4) tipos de negativismo que son letales para las relaciones?

   A. _____

   B. _____

   C. _____

   D. _____

Lección 8

Pecados sexuales

Versículo clave

> «Honren el matrimonio, y los casados manténganse fieles el uno al otro. Con toda seguridad, Dios juzgará a los que cometen inmoralidades sexuales y a los que cometen adulterio».
> Hebreos 13:4, NTV

Objetivos de la lección

Al culminar esta lección, los estudiantes deberán ser capaces de:

- Comprender la enseñanza bíblica sobre el pecado sexual en la Iglesia
- Conocer las consecuencias bíblicas de un agresor sexual que no se ha arrepentido
- Darse cuenta de que la adicción sexual usualmente empieza en la casa
- Entender el ciclo de adicción del doctor Patrick Carnes

Lamentablemente, el pecado sexual es algo con lo que los pastores/consejeros posiblemente van a tener que tratar con más frecuencia de lo que les gustaría. También es lamentable que el pecado sexual a menudo se esconde en la iglesia. Por estas razones, es un tema que no se debe ignorar. Se debe discutir desde un punto de vista bíblico.

En I Corintios 5 y 6, el apóstol Pablo dio unas instrucciones muy directas sobre la inmoralidad sexual en la Iglesia.

En estos pasajes, Pablo dejó dos cosas muy claras:

1. La inmoralidad sexual afecta a todo el cuerpo de la Iglesia.

2. Se debe remover la inmoralidad sexual del cuerpo de la Iglesia.

> «Me cuesta creer lo que me informan acerca de la inmoralidad sexual que hay entre ustedes, algo que ni siquiera los paganos hacen. Me dicen que un hombre de su iglesia vive en pecado con su madrastra. Ustedes están muy orgullosos de sí mismos, en cambio, deberían estar llorando de dolor y vergüenza y echar a ese hombre de la congregación… Entonces deben expulsar a ese hombre y entregárselo a Satanás*, para que su naturaleza pecaminosa sea destruida y él mismo sea salvo el día que el Señor vuelva. Es terrible que se jacten sobre dicho asunto. ¿No se dan cuenta de que ese pecado es como un poco de levadura que impregna toda la masa?».
> I Corintios 5:1–2, 5–6, NTV

[**Entregárselo a Satanás* significa «negar la comunión al que no se ha arrepentido» (Jeremías, 2013) en el cuerpo de Cristo. En esencia, se está diciendo que el ofensor debe ser sacado *de* la iglesia *al* mundo, donde pagará las consecuencias por su pecado y quizás aprenderá una valiosa lección. Como lo dijo Pablo, en el versículo 1, incluso los paganos de esa época no hacían lo que ese hombre estaba haciendo. Al mandarlo de regreso al mundo, lo juzgarían y castigarían de tal manera que se podría arrepentir y poner su vida en orden con Dios].

> «Cuando les escribí anteriormente, les dije que no se relacionaran con personas que se entregan al pecado sexual; pero no me refería a los incrédulos que se entregan al pecado sexual o son avaros o estafadores o rinden culto a ídolos. Uno tendría que salir de este mundo para evitar gente como esa. Lo que quise decir es: no se relacionen con ninguno que afirma ser creyente y aun así se entrega al pecado sexual o es avaro o rinde culto a ídolos o insulta o es borracho o estafador. Ni siquiera coman con esa gente. No es mi deber juzgar a los de afuera, pero sí es responsabilidad de ustedes

> juzgar a los que son de la iglesia y están en pecado. Dios juzgará a los de afuera; pero como dicen las Escrituras: "Quiten al malvado de entre ustedes"».
> I Corintios 5:9–13, NTV

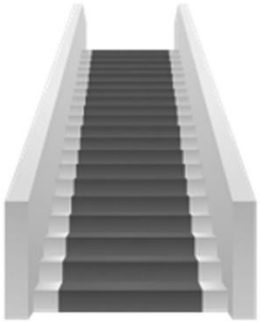
Si Pablo le estuviera escribiendo a la Iglesia de hoy día, imagínese lo que tendría que escribir. Cuando él le escribió a la iglesia de Corinto, se trataba del caso de un hombre que estaba teniendo relaciones sexuales con su madrastra (incesto). En la actualidad, su carta podría incluir las relaciones prematrimoniales, el adulterio, la homosexualidad, y la pornografía. Solo nos estamos engañando a nosotros mismos, si creemos que estas cosas no existen en la iglesia.

El sexo prematrimonial

Robert Trapani, quién era un ministro y consejero de la IPUI, dijo que él *asumía* que todas las parejas a las que aconsejaba estaban teniendo sexo antes del matrimonio. Él también afirmó que esto era cierto en la mayor cantidad de los casos que asesoraba.

El sexo prematrimonial abre la puerta a las enfermedades de transmisión sexual, embarazos en la adolescencia, y a una menor probabilidad que un matrimonio posterior sobreviva a largo plazo. Los embarazos en la adolescencia pueden conllevar a la crianza soltera, la interrupción de la educación, la pobreza, y en algunos casos, el aborto.

Se debe de enseñar la pureza sexual en nuestras iglesias y se debe comenzar con nuestros adolescentes, si no es que con los preadolescentes. El mundo enseña que la inmoralidad sexual está bien. Por tanto, en la iglesia debemos enseñar y probar con las Escrituras que no está bien.



Pasos para la intimidad física

10. Coito.
9. Sexo oral.
8. Tocar debajo de la ropa.
7. Tocar sobre la ropa.
6. Besos apasionados con la boca abierta.
5. Besos en la mejilla o besos suaves en los labios.
4. Manos sobre el hombro o la cintura.
3. Tomarse de la mano.
2. Hablar y entablar conversación.
1. Contacto visual.



Pregunta de debate: ¿En qué punto de esta progresión le dirás a tus hijos, jóvenes, y aconsejados que PAREN?

Adulterio

De acuerdo con el *Journal of Psychology and Christianity* [Revista de psicología y cristianismo] «el 65% de los hombres y el 55% de las mujeres tendrá una relación fuera del matrimonio antes de los 40 años». Una encuesta de *Christianity Today* [El cristianismo hoy] reveló que el 23% de trescientos pastores admitió haber tenido un comportamiento sexual inadecuado con alguien que no era su esposa mientras ejercía el ministerio.

En el libro de Dave Carder y Duncan Jaenicke, *Torn Asunder: Recovering from Extramarital Affairs* [Destrozado: recuperándose de una relación extramatrimonial] (Moody), Carder nota que las tasas de adulterio y divorcio en la población evangélica son casi las mismas que en la población general de los

Estados Unidos. Ser un cristiano no reduce las posibilidades de tener una aventura extramatrimonial». (Crosby, 2020).

El aborto

Care Net [Red de cuidado] es una organización no gubernamental que se dedica a darle opciones a las mujeres embarazadas que excluyen el aborto. Aproximadamente, tienen 1100 centros de embarazo en los Estados Unidos. En el 2015, realizaron una investigación que indicó las siguientes observaciones (Green, 2015):

- En una encuesta que se realizó a 1,038 mujeres que habían realizado un aborto, el 70% afirmaba ser cristiana, y el 43% dijo que asistía a la iglesia por lo menos una vez al mes, o más.
- De esas mujeres, solo el 38 por ciento consideraba a la iglesia su «lugar seguro para discutir las opciones de embarazo, incluyendo la paternidad, el aborto, y la adopción».
- Dos tercios (65%) dijo que los miembros de la Iglesia juzgan a las mujeres solteras que están embarazadas.
- Una mayoría (54%) pensó que las iglesias simplifican demasiado las decisiones sobre las opciones de embarazo.
- Menos de la mitad (41%) cree que las iglesias están preparadas para ayudar con las decisiones sobre embarazos no deseados.
- Solo tres de diez personas pensaban que las iglesias daban consejos adecuados sobre las opciones de embarazo.

Pornografía

Una de las cosas más difíciles que he enfrentado en el cuarto de consejería podría ser ayudar a alguien a vencer la adicción a la pornografía. «Las investigaciones han demostrado lo que los adictos han sabido desde hace mucho tiempo: que la actividad sexual puede provocar una euforia igual que la que

produce el consumo de la cocaína en crack. El proceso neuroquímico es idéntico. Muchos adictos al sexo, quienes también son adictos a los productos químicos, enfatizan que lograr la sobriedad sexual es mucho más difícil que lograr la sobriedad química» (Ferree, 2013).

William M. Struthers en su libro *Wired for Intimacy: How Pornography Hijacks the Male Brain* [Conectado para la intimidad: cómo la pornografía se apropia del cerebro masculino] describe cómo la exposición repetida al material pornográfico literalmente crea nuevas vías neuronales, por tanto, reconfigura el cerebro del hombre (Struthers, 2009). Se debe reconocer que la pornografía se está haciendo cada vez más frecuente entre las mujeres; sin embargo, sigue siendo una preponderante adicción masculina, ya que los hombres se estimulan visualmente.

Struthers lo describe de esta forma:

> La exposición repetida a la pornografía crea una superautopista neurológica unidireccional, donde la vida mental del hombre se sobre sexualiza y estrecha. Está rodeada a ambos lados por altos muros de contención que hacen que sea casi imposible escapar. Esta superautopista neurológica tiene muchas rampas de acceso. La vida mental está obsesionada con el sexo, pero este está destinado a la intimidad. Es amplia – capaz de acomodar múltiples patrones, imágenes y posibilidades sexuales, pero está destinada a ser estrecha – un lugar para que se pueda imaginar el amor exclusivo de Dios. Esta superautopista neurológica ha sido reconstruida y diseñada para la velocidad, capaz de llegar rápidamente al clímax de la estimulación sexual. No obstante, está diseñada para el descubrimiento lento y el aprecio de una pareja cariñosa. La vía de la pornografía solamente tiene unas pocas rampas de acceso, lo cual conlleva a encuentros sexuales que solo tienen un impacto fugaz y precipitan la necesidad de más. Pero estos encuentros están diseñados para ser duraderos y gratificantes para ambos cónyuges y

tienen muchas rampas de acceso para las expresiones creativas de intimidad que no están orientadas genitalmente.

Considere las siguientes estadísticas:

- 1 de cada 5 pastores de jóvenes y 1 de cada 7 pastores ve pornografía a diario y está luchando con esto en la actualidad. Eso es algo más de 50,000 líderes de la iglesia en los Estados Unidos.
- El 43% de los pastores y pastores de jóvenes dice que han luchado con la pornografía en el pasado.
- El 64% de los hombres cristianos y el 15% de las mujeres cristianas dicen que miran pornografía por lo menos una vez al mes.
- Solo el 7% de pastores afirma que su iglesia tiene un programa ministerial para aquellos que están luchando contra la pornografía.
- En promedio, los hombres se exponen a la pornografía por primera vez a la edad de doce años.
- El 68% de los casos de divorcio implicaba que una de las partes había conocido a un nuevo amante en el internet.
- El 70% de las esposas de los adictos al sexo podían ser diagnosticadas con el trastorno de estrés postraumático (TEPT). (Estadísticas de la pornografía, 2020)

El doctor Patrick Carnes dice que la adicción al sexo comienza en las familias. Él afirma que el 81% de los adictos al sexo fueron abusados sexualmente cuando eran niños, el 75% fueron abusados físicamente, y casi el 100% fueron abusados emocionalmente. La mayoría experimentó abandono, no se sentían amados o escuchados, no recibían el consuelo suficiente, y no fueron abrazados ni reafirmados (Asociación Americana de Consejeros Cristianos).

El doctor Carnes ha desarrollado este **Ciclo de adicción:**



> Si cree que no puede caer en el pecado sexual, entonces es más santo que David, más fuerte que Sansón, y más sabio que Salomón. –Bill Perkins

Actividad en clase

Debido a la prevalencia de los pecados sexuales en la iglesia, guíe a los estudiantes en una sincera oración de convicción que conlleve a los hombres y las mujeres al arrepentimiento, restauración y una vida recta.

Repaso de la lección

1. ¿Cuáles son los dos puntos que Pablo señala claramente sobre el pecado sexual en la iglesia?
   A. _____
   B. _____

2. ¿Cuáles son las consecuencias bíblicas de un ofensor sexual que no se ha arrepentido?
   _____
   _____
   _____

3. De acuerdo al doctor Patrick Carnes, ¿qué estadísticas apoyan la siguiente declaración: «la adicción sexual comienza en las familias»?
   _____
   _____
   _____

4. ¿Quién es más susceptible a hacerse adicto a la pornografía? ¿Por qué? Apoye su respuesta con las Escrituras.
   _____
   _____
   _____
   _____

Lección 9

El perdón

Versículo clave

> «Y cuando estéis orando, perdonad, si tenéis algo contra alguno, para que también vuestro Padre que está en los cielos os perdone a vosotros vuestras ofensas».
> Marcos 11:25

Objetivos de la lección

Al culminar esta lección, los estudiantes deberán ser capaces de:

- Comprender que el perdón es un acto y un proceso
- Entender las diferencias entre el perdón y la reconciliación
- Percatarse de la necesidad personal de perdonar a alguien que le ha ofendido
- Enumerar las tres «A» de la consejería intercultural
- Saber qué preguntas se deben plantear antes de ofrecer consejería intercultural

Lección

Rechazo. Abandono. Abuso. Infidelidad. Divorcio. Aborto. Pérdida. Trauma. Enfermedad. Decepción. Deslealtad. Desilusión. Cualquiera que ha sido víctima de alguna de estas situaciones tendrá que pasar por el proceso de perdonar a quien le ofendió.

Guardar rencor en el corazón puede afectar el cuerpo físico (aumenta el estrés, el riesgo de sufrir un infarto, la presión arterial, disminuye la calidad del sueño), el estado mental y emocional (puede causar ansiedad, depresión, sentimientos de culpa, y vergüenza), y, quizás lo más importante, la salud espiritual.

Las Escrituras son muy claras con respecto al tema del perdón:

> «Porque si perdonáis a los hombres sus ofensas, os perdonará también a vosotros vuestro Padre celestial; más si no perdonáis a los hombres sus ofensas, tampoco vuestro Padre os perdonará vuestras ofensas».
> Mateo 6:14–15

> «Entonces se le acercó Pedro y le dijo: Señor, ¿cuántas veces perdonaré a mi hermano que peque contra mí? ¿Hasta siete? Jesús le dijo: No te digo hasta siete, sino aun hasta setenta veces siete».
> Mateo 18:21–22

En el primer siglo, los rabinos judíos enseñaban que se debía perdonar a cualquier persona tres veces, y solo si el ofensor se había arrepentido de haber cometido la ofensa. Esto es lo que Pedro tenía en mente cuando le preguntó a Jesús si era suficiente perdonar siete veces. La cultura enseñaba que se debía hacer tres veces; por tanto, Pedro pensó que estaba siendo muy generoso al preguntar si siete veces eran suficientes. La respuesta de Jesús demuestra que debemos perdonar la cantidad de veces que sea necesario; en otras palabras, no hay límite para el número de veces que debemos perdonar.

Para ayudar al aconsejado en su camino hacia el perdón, debe ayudarle a comprender algunos puntos clave:

- El perdón es un acto y un proceso, y dependiendo de la ofensa, este puede ser un proceso muy largo y difícil. Mientras más grande es la transgresión y más profunda es la herida, más tiempo tomará perdonar. El doctor Ron Hawkins dice que, en los casos de incesto, se requiere un *promedio* de 60 horas de consejería para que alguien sea capaz de perdonar (*American Association of Christian Counselors* [Asociación Americana de Consejeros Cristianos]).

- Los humanos no pueden perdonar y olvidar. Dios perdona. Luego él decide no recordar la falta cometida (Hebreos 8:12; 10:17). La víctima continuará viviendo con los recuerdos y las secuelas del suceso. Sin embargo, el perdón hará que la persona ya no experimente las emociones frías, duras, y poderosas causadas por el suceso ocurrido.

- «El perdón no es lo mismo que la reconciliación. Se requiere de dos personas para reconciliarse; solamente se requiere de una para perdonar» (Clinton, *The Bible for Hope: Caring for People God's Way* [La Biblia para la esperanza: cuidando a las personas a la manera de Dios], 2001). El perdón no significa necesariamente que se debe reestablecer una relación con el ofensor. Si se trata de una ofensa menor, tal como un malentendido que hirió los sentimientos, las personas involucradas *deberían* trabajar por la reconciliación. «La reconciliación es ser capaz de soltar el rencor contra una persona y perdonarla de verdad. Es ser capaz de hablar con la persona que lo lastimó y desearle lo mejor» (*American Association of Christian Counselors* [Asociación Americana de Consejeros Cristianos]). Pero si se trata de un delito mayor, tal como el caso de un abuso sexual, la víctima *no debe* trabajar por reconciliar la relación.

- Un área en particular donde tendrá que ayudar a las personas a perdonar y a reconciliarse es el caso de la infidelidad. En tales casos, la pareja tendrá que recibir consejería en conjunto; sin embargo, es probable que cada cónyuge tendrá que recibir asesoramiento por

separado. «Para que la reconciliación sea total, ambas partes deben revertir el daño que se hizo en la relación, decidir ser misericordioso con el otro cuando ocurre una falla ocasional, y tomar medidas activas para construir el amor en su relación valorándose mutuamente». (Clinton, *The Bible for Hope: Caring for People God's Way* [La Biblia para la esperanza: cuidando a las personas a la manera de Dios], 2001).

- El perdón no justifica ni niega la ofensa que se ha cometido. No libera a las personas culpables de ninguna responsabilidad ni de las consecuencias de lo que han hecho. Mientras que las víctimas no perdonen a una persona en particular, estarán atadas mental y emocionalmente a esa persona, y seguirán siendo controladas por el ofensor y la ofensa. El perdón libera a la víctima mental, emocional y espiritualmente.

- El perdón puede implicar perdonar no solo al perpetrador, sino también perdonarse a sí mismo. Por ejemplo, es posible que trabajará con personas que están enojadas porque Dios no las salvó de la ofensa cometida contra ellas, y se sienten culpables por ese enojo.

¡Hablemos al respecto!

Sin importar las situaciones que llevan a las personas a su cuarto de consejería, ellas van a tener que hablar al respecto. Debe comprender el «¿quién?» «¿cuándo?» «¿dónde?» y «¿cómo?».

En cualquiera de los casos, el aconsejado debe estar dispuesto a hablar de lo sucedido. Dependiendo del temperamento del individuo y la ofensa en particular, la conversación se puede dar fácilmente y de manera espontánea, o puede ser que se tenga que convertir en un gran investigador y hacer muchas preguntas.

¡NO hablemos al respecto!

Su meta como consejero es que su cliente se abra y hable. Una vez que su cliente lo ha hecho, su trabajo es mantener su boca cerrada. La confidencialidad es imprescindible.

La confidencialidad no solo es un requisito ético, sino también legal. Debe estar familiarizado con las leyes de su país cuando se trata de la ética y la confidencialidad de la consejería. En la mayor parte de Norteamérica, «la violación de la confidencialidad puede conllevar a la responsabilidad jurídica por acciones legales, tales como la calumnia, difamación, invasión de privacidad e imposición intencional de angustia emocional» (*American Association of Christian Counseling* [Asociación Americana de Consejería Cristiana]).

No obstante, se debe saber que, en ciertas circunstancias, uno se ve obligado a romper la confidencialidad. Si su cliente le confía que ha ocurrido cualquier tipo de abuso (psicológico, sexual, emocional, negligencia, intimidación, contención física, abandono, y manipulación financiera), usted debe reportarlo a las debidas autoridades. No denunciar este tipo de abusos puede dar lugar a ser objeto de acciones penales.

En el cuarto de consejería

Se debe considerar algunos aspectos:

- La consejería se puede hacer casi en cualquier lugar (una oficina, una casa, un salón de clases, una cafetería, y así), pero la privacidad es de suma importancia. El aconsejado debe sentirse libre de hablar sin temor a ser escuchado por alguien que se encuentre en el lugar. La consejería que se realiza por medio del uso de la tecnología (tal como Skype, Zoom, Facetime, y Facebook Messenger) se está haciendo cada vez más popular.

- Se debe considerar el lugar donde se sienta, así como el lugar donde se sienta la persona que recibe la consejería. No ponga al aconsejado en la esquina más lejos de la puerta. Se puede sentir atrapado físicamente, y esto puede agravar una situación que ya es difícil. También debe considerar el lugar donde se sienta. Yo elijo dar consejería en mi oficina, pero instalé una ventana en la puerta. Me siento detrás de mi escritorio para que me puedan ver por la ventana. Desafortunadamente, existen personas vengativas que lo pueden acusar falsamente de cosas que pasan detrás de la puerta. Existe una línea fina entre brindarle privacidad a su cliente y cuidarse y ser menos vulnerable a las falsas acusaciones.

- Asegúrese de qué tanto usted como la persona aconsejada se encuentran libres de distracciones e interrupciones. Se deben silenciar los celulares. Si está aconsejando en una oficina donde existe la posibilidad que alguien llame a la puerta, debe colocar un rótulo que diga: «No molestar».

- Su comportamiento es de mucha importancia en el cuarto de consejería. Comprométase con la persona que está aconsejando. Si decide tomar notas, asegúrese de decirle lo que está haciendo para que no piense que le está prestando atención a algo más. Cuide sus expresiones faciales, tono de voz y lenguaje corporal. Estas son cosas que ayudarán al aconsejado, ya sea para abrirse o cerrarse.

- ¡Ore! Ore *antes* de llegar al cuarto de consejería. Ore con la persona aconsejada *en* el cuarto de consejería. Después que la persona aconsejada ha dejado el cuarto de consejería, ore para recibir más dirección y sabiduría. Sin duda, le pedirán que ayude en situaciones donde se siente completamente incapaz de dar orientación. ¡El Espíritu Santo le guiará!

Consejería intercultural

Pregunta de debate: ¿Cuál es su definición de *cultura*?

Al considerar la cultura, debemos reconocer que cada país, ciudad y estado tiene su propia cultura. También debemos reconocer que las iglesias, escuelas, y familias tienen su propia cultura. La cultura se forma por cosas cómo los valores, educación, y filosofías. (Esta no es una lista exhaustiva).

Cultura = Diferencias
Cultura ≠ Deficiencias

La única forma de aconsejar interculturalmente de manera *efectiva* es reconocer que existen diferencias. El consejero debe tener por lo menos un conocimiento básico de los valores, la visión del mundo, las normas sociales y las reglas de la persona a la que está aconsejando.

Algunas preguntas que los consejeros se deben hacer si están aconsejando interculturalmente son:

- ¿Tengo prejuicios personales que van en contra de la cultura de esta persona?
- ¿Tengo creencias, opiniones, actitudes, y valores personales que pueden ser contrarios a la cultura de esta persona?
- ¿Estoy tratando de proyectar mi propia creencia cultural en esta persona?
- ¿He creído algún estereotipo respecto a esta cultura?

Se deben tener en cuenta los matices de una cultura colectivista versus una cultura individualista, una cultura patriarcal versus una cultura matriarcal, o una cultura libre de juicios.

Para ser efectivo en la consejería intercultural, aplique el principio de las tres «A»:

1. **A**me incondicionalmente. El amor verdadero del corazón traspasa todas las barreras culturales.
2. **A**tienda para entender de verdad. Esto puede significar escuchar lo que se dice entre las líneas.
3. **A**prenda sobre la cultura, de preferencia con anticipación, pero si no es posible, haga muchas preguntas durante la sesión de consejería.

El factor más importante que se debe recordar es que estamos brindando consejería según lo que dice la Biblia, la Palabra santa de Dios, y se debe notar que la Biblia usualmente es contracultural. Eso está bien. Nuestra consejería se debe basar en la cultura de Dios.

Actividad en clase: Discusión

Guíe a los alumnos para que respondan las siguientes preguntas:

- ¿Qué es la cultura nacional? ¿Qué aspecto tiene en su país? Dé ejemplos.
- ¿Qué es la cultura familiar? ¿Cómo es su cultura familiar distinta de su cultura nacional? Dé ejemplos.
- ¿Qué es la cultura de la Iglesia? ¿Su cultura familiar difiere de la cultura de la iglesia? Dé ejemplos.

Repaso de la lección

1. ¿Por qué Pedro pensaba que era apropiado perdonar a alguien siete veces?

   _____

   _____

   _____

   _____

2. ¿Qué cosas moldean la cultura personal?

   _____

   _____

   _____

3. Enumere cinco (5) puntos clave para ayudar a alguien en su camino hacia el perdón.

   A. _____

   B. _____

   C. _____

   D. _____

   E. _____

4. Enumere las tres «A» de la consejería intercultural.

   A. _____

   B. _____

   C. _____

5. Antes de comenzar la consejería intercultural, ¿cuáles son las cuatro preguntas que el consejero se debe plantear a sí mismo?

   A. _____

   B. _____

   C. _____

   D. _____

Lección 10

Temperamento y personalidades

Versículos clave

> «Luego dijo Jesús: «Vengan a mí todos los que están cansados y llevan cargas pesadas, y yo les daré descanso. Pónganse mi yugo. Déjenme enseñarles, porque yo soy humilde y tierno de corazón, y encontrarán descanso para el alma. Pues mi yugo es fácil de llevar y la carga que les doy es liviana».
> Mateo 11:28–30, NTV

Objetivos de la lección

Al culminar esta lección, los estudiantes deberán ser capaces de:

- Reconocer las ventajas de estudiar las personalidades y los temperamentos
- Reconocer la diferencia entre temperamento y personalidad
- Entender los rasgos del carácter de las cuatro personalidades básicas
- Comprender por qué puede cambiar la personalidad

Lección

El doctor Richard D. Arno ha estudiado a fondo la teoría y la terapia del temperamento, y ha aplicado conceptos bíblicos a su trabajo. Todo su programa de estudios se basa en el siguiente pasaje de las Escrituras:

> «Luego dijo Jesús: «Vengan a mí todos los que están cansados y llevan cargas pesadas, y yo les daré descanso. Pónganse mi yugo.

> Déjenme enseñarles, porque yo soy humilde y tierno de corazón, y encontrarán descanso para el alma. Pues mi yugo es fácil de llevar y la carga que les doy es liviana».
> Mateo 11:28–30, NTV

El yugo es un aparato que une a dos bueyes con el objetivo que trabajen juntos en el campo. El yugo también se le puede poner a un solo buey, permitiendo que el granjero dirija al animal a medida que esta ara. Si el yugo no se ajusta específicamente a cada animal, la carga de trabajo no se distribuirá de manera uniforme (balanceada), y uno o los dos animales se fatigarán mientras trabajan. En este caso, la lesión es una posibilidad definitiva o una probabilidad.

El cansancio físico, mental, y espiritual surge cuando estamos tratando de vivir bajo un yugo que no está a nuestra medida, uno que nunca debimos llevar. Jesús dijo que su yugo sería fácil, a la medida, por lo cual la carga sería fácil de llevar.

El objetivo de la terapia del temperamento es ayudar a las personas a encontrar el yugo (su lugar en la vida y en el reino de Dios) que está hecho a su medida.

¿Por qué se debe estudiar los temperamentos?

La comprensión de los temperamentos es útil para cualquier persona en el liderazgo que debe reclutar voluntarios. Si no se coloca a las personas en el área más adecuada para ellas, la carga será pesada y es muy probable que ocurra una lesión física, mental, emocional o espiritual. Por ejemplo, nunca le debe pedir a un introvertido tímido (un flemático) que salude a las personas o sirva como ujier. Por otro lado, no le debe pedir al sanguíneo extrovertido que se encargue de la contabilidad de la iglesia.

Además, el entendimiento de los temperamentos es muy útil cuando se da consejería a las personas. Este conocimiento le ayudará al consejero a entender la

forma en la cual se debe acercar al aconsejado. Esto también ayudará en el caso de conflicto en la relación cuando los implicados entienden mejor el temperamento del otro. Por ejemplo, a algunas personas les motiva la recompensa, mientras que a otras les motiva el castigo. Si está trabajando con un padre que no puede comprender por qué la amenaza de castigo no tiene efecto en su hijo, es útil saber si el niño podría estar motivado a cambiar por una recompensa prometedora.

La terapia del temperamento nos ayuda a comprendernos mejor, así como a los demás, y ayuda a responder las siguientes preguntas:

- ¿Qué me estresa de mí mismo y de mi entorno y por qué?
- ¿Cuáles son mis debilidades y fortalezas?
- ¿Qué es lo que quiero y por qué lo quiero?
- ¿Qué necesito en la vida y por qué lo necesito?

Es interesante notar que la susceptibilidad de una persona a las enfermedades mentales y a las adicciones viene determinada por su temperamento. La selección de carrera, la elección de pasatiempos, las habilidades para tomar decisiones, el nivel de dependencia, y la profundidad del desarrollo espiritual están todos determinados por el temperamento.

Si tengo una mejor comprensión de mí mismo, sé dónde se debe centrar el trabajo. Usualmente, los defectos físicos no se pueden corregir; los defectos del comportamiento y el carácter sí se pueden corregir. No tengo el derecho de usar mi debilidad, y decir: «¡Bueno, así es como soy porque Dios me hizo así!»

Si tengo un mejor entendimiento de los demás, sé cómo me puedo acercar a ellos, trabajar con ellos, y construir una relación sana. Esto es especialmente necesario en el núcleo familiar.

Temperamento, carácter y personalidad

El temperamento, el carácter, y la personalidad tienen significados distintos, pero usualmente se usan de manera intercambiable. En el resto de este capítulo vamos a estar discutiendo los rasgos de la personalidad; sin embargo, es importante comprender la diferencia entre temperamento y personalidad.

El temperamento es innato, la parte que Dios creó en una persona, la cual determina cómo reacciona a su entorno (personas, lugares y cosas). Los sinónimos para la palabra «temperamento» son: naturaleza, composición y disposición. Es el factor determinante de la forma en la cual manejamos el estrés. Determina qué tanto amor y afecto necesitamos.

Entre el temperamento y la personalidad se encuentra el carácter. Nuestro entorno (todo lo que vemos, escuchamos, leemos, sentimos, y aprendemos), moldea y altera nuestro temperamento, formando así, nuestro carácter. El carácter se aprende como resultado de las experiencias del entorno.

Fórmula: Temperamento x Entorno = Carácter

Florence Littauer lo expresó mejor al describir la diferencia entre temperamento y personalidad:

> Mi temperamento es mi verdadero yo; mi personalidad es la ropa que me pongo. Me puedo ver en el espejo en la mañana, y ver un rostro sencillo, cabello liso, y un cuerpo robusto. Ese es el verdadero yo. Menos mal que dentro del lapso de una hora me puedo aplicar maquillaje y crear un rostro colorido; puedo conectar el rizador para esponjar mi cabello; y puedo ponerme un vestido que me favorece para camuflar demasiadas curvas. He tomado a mi verdadero yo y la he adornado, pero no he cambiado permanentemente lo que está debajo. (Littauer, 1992)

Nuestra personalidad se expresa en la forma que percibimos que debemos de comportarnos para sobrevivir en el entorno en el que vivimos. Por consiguiente,

algunas veces nuestra personalidad puede cambiar, dependiendo de quién está a nuestro alrededor y de lo que creemos que se espera de nosotros. Sin embargo, no se puede usar la máscara por mucho tiempo, y la persona eventualmente regresará a su temperamento innato. Esto explica por qué las personas actúan de cierta forma en casa y de otra forma en público.

Prueba de personalidad

Esta prueba es tomada de *Personality Plus* [Enriquezca su personalidad: cómo entender a los demás al comprenderse a sí mismo]. En cada una de las siguientes filas de cuatro palabras elija la palabra que con más frecuencia se aplica a usted. Complete las cuarenta filas, asegurándose de marcar cada número. Si no está seguro qué palabra «se aplica más» a usted, pregúntele a su cónyuge o a un amigo, y piense qué respuesta hubiera elegido cuando era niño. Si le está costando elegir solo una respuesta, puede elegir dos, pero no más de dos respuestas por cada fila.

Esta prueba es muy fácil de interpretar. Una vez que ha completado cada fila, sume el número de respuestas que eligió en cada columna y escriba ese número en las casillas de «totales». El número más alto va a indicar su tipo de personalidad dominante, el segundo número más alto indicará su segundo tipo de personalidad. Es muy raro que una persona solo tenga un tipo de personalidad; lo más común es que haya una mezcla de personalidades en cada uno de nosotros.

PRUEBA DE PERSONALIDAD

1.	□ Aventurero	□ Adaptable	□ Animado	□ Analítico
2.	□ Persistente	□ Juguetón	□ Persuasivo	□ Tranquilo
3.	□ Sumiso	□ Abnegado	□ Sociable	□Carácter fuerte
4.	□ Considerado	□ Controlado	□ Competitivo	□ Convincente
5.	□ Refrescante	□ Respetuoso	□ Reservado	□ Ingenioso
6.	□ Satisfecho	□ Sensible	□ Autónomo	□ Vivaz
7.	□ Planificador	□ Paciente	□ Positivo	□ Promotor
8.	□ Seguro	□ Espontáneo	□ Programado	□ Tímido
9.	□ Ordenado	□ Atento	□ Franco	□ Optimista
10.	□ Amistoso	□ Fiel	□ Divertido	□ Enérgico
11.	□ Atrevido	□ Encantador	□ Diplomático	□ Detallista
12.	□ Alegre	□ Consistente	□ Culto	□ Seguro
13.	□ Idealista	□ Independiente	□ Inofensivo	□ Inspirador
14.	□ Demostrativo	□ Decisivo	□ Humor seco	□ Profundo
15.	□ Mediador	□ Musical	□ Promotor	□ Confuso
16.	□ Considerado	□ Tenaz	□ Hablador	□ Tolerante
17.	□ Oyente	□ Leal	□ Líder	□ Enérgico
18.	□ Contendiente	□ Jefe	□Elaborador de gráficos	□ Tierno
19.	□ Perfeccionista	□ Agradable	□ Productivo	□ Popular
20.	□ Animado	□ Valiente	□ Comportado	□ Balanceado
21.	□ Inexpresivo	□ Tímido	□ Descarado	□ Mandón
22.	□ Indisciplinado	□ Indiferente	□ Poco entusiasta	□ Implacable
23.	□ Reticente	□ Resentido	□ Resistente	□ Repetitivo
24.	□ Quisquilloso	□ Temeroso	□ Olvidadizo	□ Franco
25.	□ Impaciente	□ Inseguro	□ Indeciso	□ Interrumpe
26.	□ Impopular	□ No participativo	□ Impredecible	□ Sin afecto
27.	□ Testarudo	□ Caótico	□ Difícil de complacer	□ Vacilante
28.	□ Claro	□ Pesimista	□ Orgulloso	□ Permisivo
29.	□ Se enoja fácilmente	□ Asistemático	□ Argumentativo	□ Enajenado
30.	□ Ingenuo	□ Actitud negativa	□ Nervioso	□Despreocupado
31.	□ Preocupado	□ Retirado	□ Adicto al trabajo	□ Quiere crédito
32.	□ Muy sensible	□ Sin tacto	□ Tímido	□ Hablador
33.	□ Dudoso	□ Desorganizado	□ Dominante	□ Depresivo
34.	□ Inconsistente	□ Introvertido	□ Intolerante	□ Indiferente
35.	□ Desordenado	□ Malhumorado	□ Murmurador	□ Manipulador
36.	□ Lento	□ Obstinado	□ Presumido	□ Escéptico
37.	□ Solitario	□ Se enseñorea	□ Perezoso	□ Ruidoso
38.	□ Lento	□ Desconfiado	□ Irritable	□ Despistado
39.	□ Rencoroso	□ Inquieto	□ Reacio	□ Precipitado
40.	□ Comprometido	□ Crítico	□ Astuto	□ Cambiante
	Total	Total	Total	Total

Interpretando los resultados

Los números del 1 al 20 indican las fortalezas de cada tipo de personalidad, mientras que los números del 21 al 40 indican las debilidades.

Columna #1 = sanguíneo popular.
(En la teoría de los colores, el sanguíneo sería el dorado).

Columna #2 = colérico poderoso.
(En la teoría de los colores, el colérico sería el naranja).

Columna #3 = melancólico perfecto.
(En la teoría de los colores, el melancólico sería el azul).

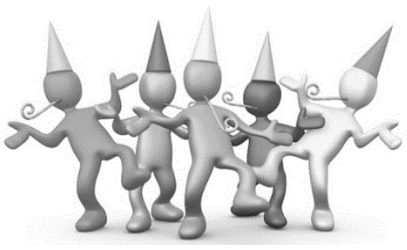
Columna #4 = flemático pacífico.
(En la teoría de los colores, el flemático sería el verde).

SANGUÍNEO POPULAR

Extrovertido – hablador – optimista – «¡Cuando un sanguíneo llega a la habitación, lo primero que entra es su boca!» – ¡DIVERTIDO! «Regocijaos en el Señor siempre. Otra vez digo: ¡Regocijaos!» (Filipenses 4:4)

FORTALEZAS

- ☺ Personalidad atractiva.
- ☺ Narrador.
- ☺ El alma de la fiesta.
- ☺ Buen sentido del humor.
- ☺ Buena memoria del color.
- ☺ Demostrativo. Entusiasta. Expresivo.
- ☺ Curioso.
- ☺ Bueno en el escenario.
- ☺ Sincero de corazón.
- ☺ Siempre un niño de corazón.
- ☺ Repleto de energía.
- ☺ Excelente orador.
- ☺ Olvida el pasado fácilmente, rara vez teme por el futuro, por lo tanto, vive el hoy.
- ☺ Orientado a las personas; es amigo de todo el mundo,
- ☺ Impulsivo.
- ☺ No erige muros ni barreras
- ☺ Olvida y perdona rápidamente.
- ☺ Es muy abierto sobre sí mismo.
- ☺ Le gusta el cambio.
- ☺ Toma buenas decisiones.
- ☺ Un sobreviviente.
- ☺ Extremadamente abnegado. (Se ofrece voluntariamente porque cree que recibirá el afecto, atención, y aprobación que tanto necesita).



DEBILIDADES

- 😐 Ríe a carcajadas. No es buen oyente.
- 😐 Le encanta ser el centro de atención/ debe recibir reconocimiento.
- 😐 Exagera.
- 😐 Mala memoria.
- 😐 Desorganizado, no es un buen planificador.
- 😐 Indisciplinado. Impulsivo.
- 😐 Egocéntrico.
- 😐 Extremos emocionales. Se enoja fácilmente y puede descargar la ira de forma destructiva. Cuando son niños, gritan, lloran y hacen berrinches.
- 😐 No está orientados a las tareas o detalles.
- 😐 Su necesidad de atención se satisface con un *buen* o *mal* comportamiento. Adoptará la moral de la multitud para ser aceptado.
- 😐 No siempre cumple las responsabilidades.
- 😐 Corta capacidad de atención.
- 😐 Teme el rechazo.
- 😐 Autoestima extremadamente baja, inseguro.
- 😐 Gasta el dinero sin preocuparse de las consecuencias.
- 😐 Propenso a los extremos y las adicciones porque le resulta casi imposible negarse a sí mismo.
- 😐 Rara vez aprende de sus errores pasados o reconoce sus fallas.
- 😐 No responde a la amenaza o el castigo.
- 😐 Muy abierto sobre sí mismo.
- 😐 Piensa muy poco en las consecuencias de sus palabras o acciones.
- 😐 Se les dificulta acatar sus propias decisiones.

NECESIDADES

- ☑ Debe tener un medio para conectar con las personas (teléfono, leer libros sobre personas, ver televisión, medios sociales).
- ☑ Necesidad profunda de contacto social y emocional.
- ☑ Debe dar y recibir afecto, atención, y aprobación.
- ☑ Responde al entorno, por lo cual, si quiere cambiar su estado de humor, cambie su entorno.
- ☑ Esforzarse por trabajar la autodisciplina.
- ☑ Aprender a no actuar de manera impulsiva y reaccionar a las emociones del momento.

COMO AMIGO

- ☺ Hace amigos con facilidad, pero no siempre se mantiene fiel a la amistad.
- ☺ Ama a las personas.
- ☺ Le encantan los cumplidos.
- ☺ Parece emocionante.
- ☺ Lo envidian los demás.
- ☺ No guarda rencor.
- ☺ Se disculpa rápidamente.
- ☺ Le gustan las actividades espontáneas.

COMO PADRE

- ☺ Hace del hogar un lugar divertido.
- ☺ Le agrada a los amigos de sus hijos.
- ☺ Convierte el desastre en humor.
- ☺ Es un director de circo.

EN EL TRABAJO

- ☺ Se ofrece para realizar trabajos.
- ☺ Piensa en nuevas actividades.
- ☺ Creativo.
- ☺ Comienza de forma llamativa.
- ☺ Inspira para que se unan los demás.
- ☺ Atrae a otros para que trabajen.

RELACIÓN CON DIOS

- Se debe motivar con amor, atención, y aceptación. Le demuestra a los demás que Dios los ama, aprueba y acepta.
- La amenaza del infierno no es muy trascendental.
- Debe aprender a ser autoindulgente en formas que son agradables a Dios.
- Debe comprender lo que es el pecado y que no es agradable a Dios (los sanguíneos necesitan aprobación).
- Debe aprender a depender de Jesús en tiempos de soledad o en momentos cuando siente que sus relaciones lo han rechazado.

EJEMPLOS BÍBLICOS

Apóstol Pedro – Él predicó en el Día de Pentecostés, caminó en agua, y prometió mantenerse fiel a Jesús. Durante el tribunal de Jesús, Pedro lo negó.

Pregunta:
¿En dónde puede el sanguíneo popular usar su potencial al máximo?
Respuesta:
¡En cualquier lugar donde puede HABLAR y ACTUAR!
(Evangelista, predicador, persona que da la bienvenida, anfitrión, evangelismo.)

COLÉRICO PODEROSO



Extrovertido – Hacedor – Optimista. «Todo lo que te viniere a la mano para hacer, hazlo según tus fuerzas». (Eclesiastés 9:10)

FORTALEZAS

- ☺ Habilidades naturales de liderazgo. Visionario.
- ☺ Dinámico, activo, optimista, agradable, encantador.
- ☺ Necesidad compulsiva de cambio.
- ☺ Debe corregir los errores.
- ☺ Voluntad fuerte, persistente, decisivo.
- ☺ Poco emocional (excepto cuando se enoja).
- ☺ Piel de rinoceronte.
- ☺ No se enoja con facilidad.
- ☺ Independente, autosuficiente, auto disciplinado.
- ☺ Transmite de confianza.
- ☺ Longánimo.
- ☺ Orientado a las tareas.
- ☺ Es el más organizado y disciplinado de todos los temperamentos.
- ☺ Puede inspirar a un gran número de personas.
- ☺ Asume bien las responsabilidades.
- ☺ Le motiva la promesa de una recompensa.
- ☺ Cuenta con excelentes habilidades sociales.
- ☺ Se acepta bien a sí mismo; no tiene problemas

RELACIÓN CON DIOS

- Debido a su necesidad de controlar, el colérico va a querer controlar a Dios. No se someterá a Dios, a menos que no haya otra opción, e incluso así, usará a Dios para obtener algo de él.
- Su autosuficiencia y confianza en sí mismo hace que se sienta cómodo sin Dios.
- Los padres deben inculcarle la moral a su hijo colérico.
- Poca o ninguna comprensión del bien y el mal.
- Es muy difícil alcanzarlo para Cristo. (El apóstol Pablo tuvo que quedarse ciego).
- Debido a que el colérico casi no tiene emociones y no siente dolor, remordimiento, o culpa, no se acercará fácilmente a Dios en arrepentimiento. Al fin, y al cabo, nunca se equivoca.

DEBILIDADES

- 😐 Siempre debe tener la razón, nunca puede estar equivocado.
- 😐 No se puede relajar.
- 😐 Debe tener el control, por lo tanto, tiene problemas para delegar autoridad.
- 😐 Impaciente.
- 😐 De carácter fuerte, testarudo, obstinado.
- 😐 Rara vez escucha las opiniones de los demás.
- 😐 Sarcástico.
- 😐 Poco afectuoso (especialmente en público).
- 😐 Insensible y desconsiderado
- 😐 Argumentativo.
- 😐 Egoísta.
- 😐 El temperamento más poderoso y destructivo. Tiene problemas severos de ira.
- 😐 Usa a los demás para sus propios intereses y beneficios personales.
- 😐 Solo sabe tratar a las personas por medio del dominio.
- 😐 Incluso si se prueba que está equivocado, no lo aceptará.
- 😐 Quiere el control total de sí mismo, y los demás. Es capaz de adoptar cualquier comportamiento para tomar o mantener el control.
- 😐 Realiza tareas para obtener reconocimiento.
- 😐 Se le dificulta delegar porque cree que nadie puede hacer las tareas como las hace él mismo.
- 😐 Susceptible al desgaste.
- 😐 Es crítico y desconfía de los demás.
- 😐 No acepta los defectos de las demás personas, pero acepta de buena gana sus propias fallas.

COLÉRICO PODEROSO

COMO PADRE

- ☺ Ejerce liderazgo sólido.
- ☺ Establece objetivos.
- ☺ Motiva a la familia a actuar.
- ☺ Conoce la respuesta correcta.
- ☺ Organiza el hogar.
- ☺ Será el que disciplina en el hogar.

COMO AMIGO

- ☺ Funcionará para la actividad grupal.
- ☺ Dirigirá y organizará.
- ☺ Sobresale en emergencias.

NECESIDADES

- ☑ Aprender a lidiar con la ira de manera constructiva.
- ☑ Reconocimiento por los servicios ofrecidos. Nunca se les puede dar el reconocimiento suficiente; siempre quieren más.
- ☑ Aprender a reconocer los derechos, necesidades, y sentimientos de los demás.
- ☑ Aprender a someterse a la autoridad.
- ☑ Deben perdonar para liberar la ira contenida y los recuerdos dolorosos.

Pregunta:
¿Dónde se puede usar a los coléricos poderosos para que alcancen su máximo potencial?
Respuesta:
En cualquier lugar donde pueden motivar y guiar a las personas. Son buenos para iniciar ministerios, construir iglesias, y motivar a las personas para que se involucren.
Oratoria.
Puestos orientados a las tareas. ¡Ellos harán el trabajo!

EN EL TRABAJO

- ☺ Orientado al objetivo. Alcanza la meta.
- ☺ Tiene una visión global.
- ☺ Organiza bien.
- ☺ Busca soluciones prácticas.
- ☺ Actúa con rapidez
- ☺ Insiste en la producción.
- ☺ Estimula la actividad.
- ☺ Se alimenta de la oposición.

EJEMPLOS HISTÓRICOS

- Adolf Hitler.
- Joseph Stalin.
- El apóstol Pablo, Elías, Josué, Juan, el Bautista, Marta.

MELANCÓLICO PERFECTO

Introvertido — Pensador — Pesimista

«Por la noche durará el lloro, Y a la mañana vendrá la alegría».
(Salmos 30:5)



COMO AMIGO

- Hace amigos con cautela.
- Se conforma con permanecer en un segundo plano.
- Evita llamar la atención.
- Fiel, devoto, leal.
- Tiene buena capacidad para escuchar.
- Resuelve los problemas de los demás porque se preocupa mucho por las personas.
- Se conmueve hasta el punto de derramar lágrimas por compasión.

FORTALEZAS

☺ Piensa con profundidad. (Puede parecer una persona ruda, pero probablemente es porque está pensando y no está ignorando a otros. Repite las cosas en su mente una y otra vez.)
☺ Pensativo. Analítico. Toma buenas decisiones (se basa en los hechos).
☺ Filosófico. Poético.
☺ Serio (algunas veces muy serio).
☺ Capacidad intelectual alta. Tiene mucha sed de conocimiento.
☺ Talentoso, creativo, artístico, musical.
☺ Aprecia la belleza.
☺ Sensible a las necesidades de los demás.
☺ Abnegado. Consciente.
☺ Orientado a la familia, le gusta quedarse en casa.
☺ Extremadamente privado.
☺ Capaz de entablar estrechas relaciones personales, pero pocas.
☺ Orientado a las tareas. Capaz de asumir la responsabilidad.
☺ Tiene la habilidad tanto de ver el resultado final como las debilidades de cualquier trabajo.
☺ Independiente, veraz, confiable, persistente. Demanda estas cosas de sí mismo y los demás.
☺ Perfeccionista.
☺ Tiene motivación propia (no responde a la promesa de una recompensa ni a la amenaza de un castigo).

DEBILIDADES

😐 Extremadamente privado, por tanto, puede ser una persona muy solitaria. Puede ser egocéntrico.
😐 Temperamental (tiene altas y bajas). Su temperamento sigue sus patrones de pensamiento.
😐 Tienen problemas de ira porque no soporta ser rechazado, insultado u ofendido. Tiene mucho miedo a ser rechazado en las situaciones sociales, por tanto, rechaza a los demás antes de que lo rechacen.
😐 Pesimista. Negativo.
😐 Necesita mucho tiempo para estar a solas y en silencio.
😐 Egocéntrico.
😐 Lento, constante. Se le debe permitir trabajar a su propio paso.
😐 Es el que más enfermedades físicas tiene (presión arterial alta, úlceras, enfermedades del corazón, insomnio.)
😐 El niño melancólico es el más difícil de criar.
😐 Perfeccionista. Rígido. Inflexible.
😐 Se lastima y ofende fácilmente. Mantiene una tarjeta de calificación emocional y buscará vengarse si lo insultan u ofenden los demás. Le resulta difícil perdonar.
😐 Antisocial.
😐 Baja autoestima. Constantemente, busca en su entorno mensajes que le aseguren que lo que cree acerca de sí mismo es verdadero. Esto también hace que le resulte difícil recibir cumplidos porque cree que las personas tienen otros motivos (e.g. quieren obtener algo de ellos).
😐 Procrastinador. Se rebelará si lo empujan a áreas donde se siente incómodo o inadecuado para realizar una tarea. Usualmente, esta rebelión da lugar a ira exteriorizada (tirar una puerta, golpear, tirar algo).
😐 Autodestructivo (adicciones, suicidio, depresión debido a la baja autoestima e inhabilidad de expresar sus emociones).
😐 Terco, de carácter fuerte, decidido. ¡No se puede controlar a un melancólico!
😐 Rígido, intransigente (DEBE seguir las reglas).
😐 Intolerante, impaciente.
Tiene miedo a lo desconocido. Tiene miedo al fracaso económico (esto le impide avanzar, pero también lo lleva a ahorrar).

EN EL TRABAJO

- Planifica, es meticuloso, detallista y minucioso.
- Tiene altos estándares. Perfeccionista.
- Persistente. Termina lo que comienza.
- Organizado, ordenado y limpio.
- Económico.
- Se percata de los problemas y encuentra soluciones creativas.
- Le encanta crear y trabajar con diagramas, gráficas y listados.

EJEMPLOS BÍBLICOS

Moisés, Salomón, Judas Iscariote.

RELACIÓN CON DIOS

- Es mejor alcanzarlo en la infancia porque se acostumbra fácilmente y se le dificulta romper los hábitos.
- Dios debe satisfacer ciertas necesidades antes de que se asocie con Él.
- Dios debe ser ordenado, fiable y digno de confianza.
- Dios debe querer asociarse libremente y lo debe aceptar tal y como es.
- Buscará controlar muy poco a Dios, pero también le dará a Dios el control mínimo de su vida.
- Debe ser capaz de intelectualizar su relación con Dios; se le debe motivar a hacer preguntas y buscar respuestas.
- No responde a la amenaza del castigo (infierno) ni a la promesa de recompensa (cielo) como motivación para hacer cambios. Solamente cambiará porque tomó libremente su decisión.
- Puede sentir y empatizar con el dolor que Cristo sufrió.
- Es más apto a separarse de Dios por sentimientos de inutilidad.
- Busca los dones de sabiduría y entendimiento, pero es menos propenso a utilizarlos por el temor a equivocarse.

COMO PADRE

- Establece estándares altos.
- Quiere que todo se haga correctamente.
- Mantiene el hogar en buen estado.
- Sacrifica su propio bienestar por los demás.
- Fomenta el estudio y el talento.

NECESIDADES

- ☑ Verdad, orden, fiabilidad, seriedad de sí mismo y los demás.
- ☑ Estar libre de socializar.
- ☑ Trabajar con tareas y sistemas.
- ☑ Tener tiempo a solas y en silencio para regenerarse.
- ☑ Tener un hogar ordenado y estable en el que puede vivir.
- ☑ Controlar su pensamiento.
- ☑ La perfección de sí mismo y los demás.
- ☑ La seguridad financiera y económica.
- ☑ Aceptación y aprobación.
- ☑ Tiempo para desarrollar la confianza en sí mismo.
- ☑ Independencia.
- ☑ Parecer competente y estar en control (incluso si no lo está).
- ☑ Recibir amor, afecto y aprobación.

Pregunta:
¿Dónde se puede usar al melancólico perfecto para que alcance su máximo potencial?
Respuesta:
Funciones administrativas/de liderazgo.
Administradores financieros.
Comités de planificación.
Entretenimiento, drama.
Consejería.
Discipulado. (Tiene la paciencia y el intelecto para responder las preguntas y enseñar a los discípulos).

Flemático pacífico



Introvertido – observador - pesimista

«Porque será como el árbol plantado junto a las aguas, que junto a la corriente echará sus raíces, y no verá cuando viene el calor, sino que su hoja estará verde; y en el año de sequía no se fatigará, ni dejará de dar fruto». Jeremías 17:8

FORTALEZAS

- ☺ Discreto. Tranquilo. Relajado. Calmado. Sereno. Sobrio.
- ☺ Paciente.
- ☺ Bien equilibrado. Consistente.
- ☺ Callado, pero ocurrente.
- ☺ Simpático. Amable.
- ☺ Esconde bien las emociones.
- ☺ Concilia la vida felizmente.
- ☺ Siempre piensa antes de actuar.
- ☺ Pensador. Planificador. Tiene buenas ideas.
- ☺ Prefiere negociar que pelear.
- ☺ Fiable. Leal.
- ☺ Práctico. Eficiente.
- ☺ Tiene estándares altos. Perfeccionista.
- ☺ Identifica fácilmente la injusticia.
- ☺ Sufre muy poco de amargura, o falta de perdón. Es difícil herir sus sentimientos o enojarlo.
- ☺ Orientado a las tareas. Tiene una capacidad inusual para realizar trabajos tediosos, los cuales requieren un alto nivel de precisión.
- ☺ Responde fácilmente a la promesa de recompensa y a la amenaza del castigo.
- ☺ Puede guardar secretos/confidencias.
- ☺ Odio el conflicto. Cree en «la paz a cualquier costo».
- ☺ Ningún otro temperamento puede tratar con el colérico tan bien como el flemático. No serán motivados ni utilizados por un colérico. Su naturaleza equilibrada aporta balance y moderación a todos los demás temperamentos.
- ☺ Es feliz/contento por la forma en que es.
- ☺ Disciplinado. Eficiente.
- ☺ Tiene la habilidad de interactuar socialmente, pero no tiene la necesidad de hacerlo.

DEBILIDADES

- 😐 Bajo nivel de entusiasmo.
- 😐 La falta de ambición puede provocar pereza.
- 😐 Procrastina.
- 😐 Se resiste al cambio. Prefiere la rutina.
- 😐 Terco.
- 😐 No se motiva fácilmente.
- 😐 Muy callado y esconde sus sentimientos. Muy privado. Quiere que se le deje a solas.
- 😐 Toma malas decisiones.
- 😐 No es asertivo.
- 😐 Se preocupa mucho. Tiene muchos miedos.
- 😐 Su ritmo es lento. Su energía es extremadamente baja. Todo lo que dice o hace tiene como objetivo proteger su baja reserva de energía, la cual se repone únicamente con el sueño.
- 😐 Nunca tomará acción contra la injusticia que ve. No es reactivo. No se involucra.
- 😐 Puede resultar poco interesante.
- 😐 Egoísta. Raramente se sacrifica por algo o los demás.
- 😐 Usualmente, evita la confrontación, incluso cuando es necesaria.

COMO PADRE

- Es un buen padre.
- Hace tiempo para sus hijos.
- Nunca tiene prisa.
- Puede tomar lo bueno con lo malo.
- No se enoja fácilmente.

EN EL TRABAJO

- Competente. Estable.
- Pacífico. Agradable. Media en los problemas. Evita el conflicto.
- Tiene fortalezas administrativas.
- Trabaja bien bajo presión.
- Encuentra fácilmente su camino.

NECESIDADES

- Inspirarse para mantenerse involucrado en la vida.
- NECESIDAD PRINCIPAL: Mantener el equilibrio adecuado entre el trabajo, el descanso, la relajación, la alimentación y el ejercicio para mantener su energía balanceada.
- Aprender a entender los sentimientos y derechos de los demás.
- Encontrar situaciones en la vida, donde puede trabajar con un contacto mínimo con otras personas.
- Hacer que los demás comprendan sus reservas limitadas de energía y que no lo presionen más allá de ese nivel.
- No se le debe forzar a actuar de forma independiente o durante largos periodos de tiempo.
- No se le debe criticar, burlarse de él, o confrontar por sus errores.
- Debe trabajar junto a alguien en vez de hacerlo completamente solo.
- No se le debe forzar a tomar decisiones o asumir responsabilidades con las que se siente incómodo.
- No ser tan crítico con las relaciones profundas.
- Aprender a expresar sentimientos profundos y delicados de maneras con las que se siente cómodo y que los demás pueden comprender.

EJEMPLOS BÍBLICOS

- Isaac.
- Ana.
- María, hermana de Marta.

COMO AMIGO

- Es fácil llevarse bien con él.
- Agradable. Divertido. Inofensivo.
- Tiene buena capacidad para escuchar.
- Tiene un seco sentido del humor.
- Disfruta observar a las personas.
- Tiene muchos amigos.
- Es compasivo y se preocupa.

RELACIÓN CON DIOS

- Observador.
- Se le dificulta permitirle a Dios que se convierta en su Señor.
- Cree que sabe todo lo bueno o malo que los demás hacen.
- Satisfecho con su propia vida. Autosuficiente.
- No demanda ni da mucho.
- Su ritmo es lento. Es difícil inspirarlo.
- Se resiste al cambio.

Pregunta:
¿Dónde se puede usar al flemático pacífico para que alcance su máximo potencial?
Respuesta:
Miembros del consejo/junta.
Encargados de formular políticas.
Maestro (especialmente para los niños más pequeños).
Árbitros.
Contadores.
Procesadores de datos.
Encargados del correo.
Cualquier trabajo que requiere precisión y exactitud.

Actividad en clase: prueba de personalidad

Si los estudiantes aún no lo han hecho, pídales que completen la prueba de personalidad. Luego, dígales que formen un círculo. Pida a cada alumno que complete la prueba de personalidad de la segunda y tercera persona que se encuentra a su izquierda y después entregue las pruebas a las personas implicadas. Compare los resultados. Discuta cómo la forma en que se ve él mismo puede deferir de cómo lo ven los demás.

Repaso de la lección

1. ¿Por qué es conveniente que los líderes comprendan los temperamentos?

2. ¿Por qué es conveniente que los consejeros comprendan los temperamentos?

3. ¿Cuál es la diferencia entre temperamento y personalidad?

4. ¿Cuál es su temperamento principal y secundario de acuerdo con la prueba?

APÉNDICE 1

A continuación, se presenta una transcripción de una breve charla que el doctor Tim Clinton dio en un retiro en el año 2019, en el cual discutió el impacto que un padre tiene en su familia. Se puede escuchar la charla en YouTube en la siguiente dirección: https://www.youtube.com/watch?V =IySSDFYLvg0.

¿Por qué estamos aquí? Estamos aquí porque los hombres importan. Estamos aquí porque los padres importan. Estamos aquí porque usted importa. La sociedad dice que los hombres son bufones. Usualmente, se retrata a los hombres como distantes, desconectados, perezosos, fríos, sin mostrar emoción, adictos a la pornografía, malos esposos y padres terribles. La sociedad con frecuencia dice que los hombres realmente no importan. Hay una nueva palabra que está de moda, le llaman masculinidad tóxica. Incluso las mujeres están enojadas. Sus mujeres están enojadas. ¿Saben por qué? Porque los aman. Ellas saben lo importante que ustedes son.

Permítame darle una buena noticia por un momento: el 92% de los estadounidenses, creen que los hombres/padres aportan una contribución única a la vida de un hijo o hija, ya que tiene una influencia profunda en ellos. De acuerdo con el *National Center for Fathering* [Centro nacional para la paternidad], «Aunque las madres implicadas pueden ayudar a evitar la actividad sexual de los adolescentes, los padres tienen dos veces más influencia que la madre».

Permítame compartir más buenas noticias: el 89% de los estadounidenses concuerdan que es importante que los hijos vivan en un hogar con una madre y un padre. El 92% está de acuerdo en que la influencia de un padre es tan única que su contribución a la infancia de sus hijos no se puede negar.

Careerbuilders.com dice: «El 38% de los hombres aceptarían una reducción salarial para pasar más tiempo con sus hijos».

Cuando hablo con los padres, les pregunto: «¿Cómo te va como padre?» ¿Sabe qué es lo que la mayoría de los padres me dice? Ellos dicen: «Pienso en ello todos los días».

¿Importan los hombres? ¿Importan los padres? Efesios 6:4 dice: «Y vosotros, padres, no provoquéis a ira a vuestros hijos, sino criadlos en disciplina y amonestación del Señor». Frecuentemente, me preguntaba por qué ese versículo estaba allí. «Y vosotros, padres, no provoquéis a ira a vuestros hijos». ¿Sabe por qué está allí? Porque usted puede. Los padres tienen influencia.

De hecho, las investigaciones sobre la paternidad demuestran que cuando un padre está ausente y se ha ido, se puede observar un aumento en las dificultades académicas y sociales de los niños, un aumento en los embarazos adolescentes, un aumento en el uso de drogas y alcohol, un aumento en el crimen, un aumento en el suicidio, un aumento de fugas, un aumento de encarcelamientos, un aumento de problemas mentales, un aumento de pobreza. Cuando un padre se involucra con sus hijos/su familia, se puede observar un aumento en el rendimiento académico y en el desarrollo cognitivo de los niños. Sus hijos son menos ansiosos. Cuando un padre está involucrado, sus hijos son más empáticos. Son más fuertes en sus identidades masculina y femenina.

Escuche la siguiente estadística: de acuerdo con Meg Meeker, el 76% de señoritas adolescentes dijo que sus padres influyeron en su decisión de ser o no sexualmente activas. Las hijas sin padre tienen un 92% más de probabilidades de fracasar en sus propios matrimonios.

Cuando se trata de niños estadounidenses, nuestros hijos, James Dobson dijo: «Los hombres/padres tienen un papel e influencia únicos. Sabemos que los padres enseñan a sus hijos a ver a través de los ojos de otra persona, por ejemplo, el don de empatía». Sabemos que, según el doctor Dobson, los padres enseñan a sus hijos cómo controlar la testosterona. ¿Sabe lo que eso significa? Toda esa locura que se desata, es decir, querer una patineta, escalar una roca, manejar un carro a 100 millas por hora. Los padres les enseñan a sus hijos a manejar su testosterona.

Encuentro fascinante que los dos periodos críticos en los que un padre debe involucrarse son la etapa preescolar y la pubertad.

Frank Pollok, al realizar una investigación sobre el divorcio, dijo que el divorcio es devastador para todos los niños, pero en particular para los varones. ¿Sabe por qué? De acuerdo a un estudio realizado por la Universidad de Oxford, los niños usualmente pasan el 80% de su tiempo con mujeres como consecuencia

de un divorcio. Ellos buscan y anhelan desesperadamente la influencia de un hombre. Trágicamente, parte de su tiempo lo pasan con una mujer a la que le desagrada, incluso odia, a los hombres de su vida, y le grita algo como esto: «¡Vas a ser igual que tu padre!»

Piense en esto. ¿Importan los padres? El denominador común en los que han sido condenados a muerte es: no tener padre.

Volviendo a las buenas noticias: mientras que el 72% dice que la ausencia del padre es el mal social más grande en la actualidad, estamos notando una tendencia: hay una generación de padres jóvenes que está asumiendo la responsabilidad. Ya hay muchos padres mayores, que están asumiendo un compromiso nuevo para estar presentes, para infundir vida en su hijo o hija. En los asuntos de fe, según un artículo de *Baptist Press* [Prensa Bautista] titulado «Quiere que su iglesia crezca: traiga a los hombres» (3 de abril de 2003), se encontró lo siguiente: si un niño viene primero a Cristo, hay un 3.5% de probabilidad de que el resto de la familia siga sus pasos; si una madre viene primero a Cristo, hay un 17% de posibilidad de que el resto de la familia siga sus pasos; si un hombre viene primero a Cristo, hay un 93% de probabilidad de que el resto de la familia siga sus pasos. Cuando se trata de un hijo, si usted escupe, él va a escupir. Si usted dice malas palabras, él dirá malas palabras. Si usted pelea, él va a pelear. Si usted odia, él va a odiar. Si usted ama, él va a amar. Si usted ora, él va a orar.

Y dado a que usted importa, tenga en cuenta lo siguiente: todo el infierno va a estar en su contra. Esta noche, este fin de semana, quiero hacer un pacto con usted para que tomemos la decisión de enfrentar juntos al enemigo. Como una banda de hermanos, podemos derribar al enemigo. Podemos enfrentarnos a los desafíos, pero es hora de que los hombres se levanten. Es tiempo de reconocer nuevamente que pudo haber venido aquí quebrantado, pero necesita que le hablen y lo animen. Quiero que sepa esto: mientras se encuentra aquí este fin de semana, usted no está solo. Una de las razones por las cuales hicimos este evento fue para demostrarle a él [señala a su hijo] que hay hombres allá afuera que van a doblar sus rodillas, que se mantendrán firmes por lo que importa. Yo quiero que él sepa que hay hombres a quienes puede admirar el sábado y el domingo y aspirar a ser como ellos. Personas que son valientes en su fe, que no tienen vergüenza, hombres

fuertes. Como David le dijo a Salomón: «sé hombre». Pablo dijo esto: «portaos varonilmente, y esforzaos».

Estoy cansado de que nos llamen bufones, cristianos débiles, adictos a la pornografía, padres horribles, patéticos. Es hora de superar todo eso. El doctor James Dobson, un buen amigo mío, dijo: «Las naciones que están pobladas de hombres inmaduros, inmorales, con voluntad débil, cobardes, autoindulgentes, no van a, y no pueden, permanecer». Si queremos hacer un cambio, debe empezar con este grupo aquí. Si quiere ver un cambio en su hogar, iglesia, comunidad, debe empezar con los hombres. Permítame decirle que no está solo. Esto no se termina hasta que se termina. Recuerde eso. Y si todo eso es cierto, entonces Dios no lo trajo aquí, por casualidad; usted está aquí por un propósito. No se atreva a perder lo que Dios tiene para usted. Todos los hombres de Dios dijeron: «¡amén!». ¡Qué Dios les bendiga a todos!

APÉNDICE 2: RECURSOS ADICIONALES

https://www.aacc.net/

https://www.lightuniversity.com/

Los dos sitios web que se compartieron anteriormente son recursos excelentes para la consejería cristiana. Los cursos no son gratuitos. Sin embargo, si usted se hace miembro de la AACC (*American Association of Christian Counselors* [Asociación Americana de Consejeros Cristianos]), recibe un descuento en los cursos que ofrece *Light University*.

http://bctoolkit.net/

Este sitio web ofrece recursos gratuitos para los consejeros bíblicos, los cuales se pueden descargar y reproducir.

https://www.ccef.org/resources-christian-counsellors/

Artículos gratuitos de *Journal of Biblical Counseling* [Revista de consejería bíblica]. La misión de *Journal of Biblical Counseling* [JBC por sus siglas en inglés] es desarrollar un pensamiento claro y una práctica efectiva en la consejería bíblica. Ellos buscan hacer esto a través de la publicación de artículos que reflejan fielmente al Dios de verdad, misericordia, y poder en los asuntos que enfrentan los ministerios pastorales de consejería y discipulado.

https://www.biblicalcounselingcoalition.org/2015/01/07/6-free-biblical-counseling-video-curriculum-resources/

Este sitio web ofrece seis recursos gratuitos de consejería bíblica en formato audiovisual.

https://www.freechristiancounselingtraining.com/courses/

Este sitio web ofrece tanto cursos gratuitos como pagados sobre el campo de la consejería cristiana.

https://www.aacc.net/wp-content/uploads/2017/10/AACC-Code-of-Ethics-Master-Document.pdf

Este documento es el Código de ética que usa la Asociación Americana de Consejeros Cristianos.

https://faithfulandtrue.com/

Este sitio web se dedica a la pureza sexual y ofrece una autoevaluación confidencial sobre la adicción al sexo.

https://www.covenanteyes.com/

Este sitio web se dedica a ayudar a las personas a ser libres y mantenerse libres de la adicción a la pornografía. Ofrece muchos artículos gratuitos que son muy útiles.

https://www.provenmen.org/

Este sitio web se dedica a la pureza sexual, adicción a la pornografía e incluso incluye recursos para la esposa de un adicto a la pornografía.

http://marripedia.org/

Este sitio web trata sobre el cristianismo y cómo este se relaciona con las ciencias sociales. Tiene muchas estadísticas estadounidenses disponibles.

YouTube

Si busca «consejería bíblica» y «consejería cristiana» en YouTube, encontrará muchas conferencias que son excelentes.

Bibliografía: consulte la bibliografía para obtener más recursos.

Bibliografía

Adams, J. E. (1970). *Competent to Counsel: Introduction to Nouthetic Counseling* [Competente para aconsejar: introducción a la consejería noutética]. Grand Rapids, MI: Zondervan.

American Association of Christian Counseling [Asociación Americana de Consejería Cristiana]. (s.f.). *Christian Counseling Best Practices Series* [Serie de las mejores prácticas de consejería cristiana]. *Ethics and Risk Management 2.0* [Ética y gestión de riesgos *2.0*]. [Grabación en DVD] Forest, VA: *Light University*.

American Association of Christian Counselors [Asociación Americana de Consejeros Cristianos]. (s.f.). *Forgiveness: Getting Beyond Your Pain and Past* [El perdón: superando el dolor y el pasado]. *Fresh Start Recovery Series* [Serie de recuperación y nuevos comienzos]. [Grabación en DVD] Forest, VA: AACC.net.

American Association of Christian Counselors [Asociación Americana de Consejeros Cristianos]. (s.f.). *Treating Sexual Addiction* [Tratando la adicción sexual]. [Grabación en DVD] Forest, VA: *Light University*.

Baker, D. B., y Sperry, H. (16 de abril de 2020). *History of Psychology* [Historia de la psicología]. Recuperado del sitio web del proyecto NOBA: https://nobaproject.com/modules/history-of-psychology

Baumgardner, J. (26 de mayo de 2020). *Keys to Effective Communication in Marriage* [Claves para la comunicación efectiva en el matrimonio]. Recuperado de *First Things First* [Primero lo primero]: https://firstthings.org/keys-to-effective-communication-in-marriage/

Bible Hub. (24 de abril de 2020). Nouthteó. Recuperado de *Bible Hub*: https://biblehub.com/greek/3560.htm

Bible Hub. (24 de abril de 2020). Therapeuó. Recuperado de *Bible Hub*: https://biblehub.com/greek/2323.htm

Bible Hub: Efesios 4:16. (24 de abril de 2020). Recuperado de *Bible Hub*: https://biblehub.com/interlinear/ephesians/4-16.htm

Ciccarelli, S. K., y White, J. N. (2009). *Psychology: Second Edition* [Psicología: segunda edición]. *Upper Saddle River*, NJ: Educación Pearson, Inc.

Clinton, T. (2001). *The Bible for Hope: Caring for People God's Way* [La Biblia para la esperanza: cuidando a las personas a la manera de Dios]. Nashville, TN: Thomas Nelson.

Clinton, T., y Hawkins, R. (2009). *The Quick-Reference Guide to Biblical Counseling: Personal and Emotional Issues* [Una guía de referencia rápida para la consejería bíblica: asuntos personales y emocionales],. Grand Rapids, MI: *Baker Books*.

Collins, g. R. (1988). *Christian Counseling: A Comprehensive Guide* [consejería cristiana: una guía exhaustiva]. Nashville, TN: *W Publishing Group*.

Crosby, C. (27 de mayo de 2020). *Why Affairs Happen* [¿Por qué ocurren las infidelidades?. Recuperado de *Today's Christian Woman* [La mujer cristiana de hoy]: https://www.todayschristianwoman.com/articles/ 2008/september/why-affairs-happen.html

Expositor's Greek Testament [Testamento griego del Expositor]. (30 de abril de 2020). Recuperado de *Bible Hub*: https://biblehub.com/commentaries/egt/luke/10.htm

Ferree, M. C. (2013). *No Stones: Women Redeemed From Sexual Addiction* [Sin piedras: mujeres liberadas de la adicción sexual]. Madison, WI: *Intervarsity Press*.

Gray, J. (1999). *Los hombres son de Marte, las mujeres son de Venus: una guía práctica para mejorar la comunicación y obtener lo que quiere en sus relaciones.* New York City, NY: Harper Collins.

Green, L. C. (23 de noviembre de 2015). *New Survey: Women Go Silently from Church to Abortion Clinic* [Nueva encuesta: las mujeres van en silencio de la iglesia a la clínica de abortos]. Recuperado de *Care Net*: https://www.care-net.org/ churches-blog/new-survey-women-go-silently-from-church-to-abortion-clinic

Jeremiah, D. (2013). *The Jeremiah Study Bible* [Biblia de estudio Jeremías]. Nashville, TN: *Worthy Publishing*.

Lambert, H. (2016). *A Theology of Biblical Counseling: The Doctrinal Foundations of Counseling Ministry* [Una teología de consejería bíblica: los fundamentos doctrinales del ministerio de consejería]. Grand Rapids, MI: Zondervan.

Leaf, C. (2009). *Who Switched Off My Brain? Controlling toxic thoughts and emotions* [¿Quién desconectó mi cerebro, controlando los pensamientos y emociones tóxicas]. Inprov, Ltd.

Littauer, F. (1992). *Personality Plus: How to understand others by understanding yourself* [Enriquezca su personalidad: como comprender a los demás comprendiéndose a sí mismo]. Grand Rapids, MI: Fleming H. Revell.

Miller, B. (21 de abril de 2020). *Course Hero: History of Psychology* [*Course Hero:* historia de la psicología] | *Introduction to Psychology* [Introducción a la psicología]. Recuperado de *Course Hero*: https://www.coursehero.com/sg/introduction-to-psychology/history-of-psychology/

Miller, C. (2004). *I Don't Want a Divorce* [No quiero divorciarme]. Dover, Delaware: *Classic Publishing*.

Pornography Statistics [Estadísticas de pornografía]. (27 de mayo de 2020). Recuperado de *Covenant Eyes*: https://www.covenanteyes.com/pornstats/

Quora. (24 de abril de 2020). Recuperado de *What is the History of the Word "Therapy"?* [¿Cuál es la historia de la palabra «terapia»?]: https://www.quora.com/What-is-the-history-of-the-word-therapy

Selhub, E. (30 de abril de 2020). *Nutritional psychiatry: Your brain on food* [Psiquiatría nutricional: su cerebro y la alimentación]. Recuperado de *Harvard Health Publishing*: Escuela de Medicina de Harvard: https://www.health.harvard.edu/blog/nutritional-psychiatry-your-brain-on-food-201511168626

Sleep and Mental Health [El sueño y la salud mental]. (30 de abril de 2020). Recuperado de *Harvard Health Publishing*: Escuela de Medicina de Harvard: https://www.health.harvard.edu/newsletter_article/sleep-and-mental-health

Struthers, W. M. (2009). *Wired for Intimacy: How pornography hijacks the male brain* [Conectado para la intimidad: cómo la pornografía se apropia del cerebro masculino]. Madison, WI: *Intervarsity Press*.

Watson, S. y K. Cherny, *The Effects of Sleep Deprivation on Your Body* [Los efectos de la privación de sueño en su cuerpo]. (30 de abril de 2020). Recuperado de *Healthlin*e: https://www.healthline.com/ health/ sleep-deprivation/effects-on-body#1

What Is Cognitive Behavioral Therapy? [¿Qué es la terapia cognitiva conductual?] (30 de abril de 2020). Recuperado de la Asociación Psicológica Americana: https://www.apa.org/ptsd-guideline/patients-and-families/cognitive-behavioral