

Manejando el conflicto con sabiduría.

La semana pasada iniciamos la serie “Hablemos del Matrimonio.” Revisamos el matrimonio entre el rey David y Mical. Observamos que este matrimonio enfrentó severos problemas y descubrimos que una de las causas fue el mal manejo de la decepción. Para Mical, estar casada con David no fue lo que ella se imaginaba y eso la decepcionó profundamente. Explicamos que ***la decepción viene cuando tus expectativas no coinciden con tu realidad.*** Vamos a analizar el pasaje de la Biblia una vez mas:

2 Samuel 6:16, 20-23 ¹⁶ *Sucedió que, al entrar el arca del Señor a la Ciudad de David, Mical hija de Saúl se asomó a la ventana; y cuando vio que el rey David estaba saltando y bailando delante del Señor, sintió por él un profundo desprecio...* ²⁰ *Cuando David volvió para bendecir a su familia, Mical, la hija de Saúl, le salió al encuentro y le reprochó: — ¡Qué distinguido se ha visto hoy el rey de Israel, desnudándose como un cualquiera en presencia de las esclavas de sus oficiales!* ²¹ **David le respondió:** *—Lo hice en presencia del Señor, quien en vez de escoger a tu padre o a cualquier otro de su familia, me escogió a mí y me hizo gobernante de Israel, que es el pueblo del Señor. De modo que seguiré bailando en presencia del Señor;* ²² *y me rebajaré más todavía, hasta humillarme completamente. Sin embargo, esas mismas esclavas de quienes hablas me rendirán honores.* ²³ *Y Mical hija de Saúl murió sin haber tenido hijos.*

Los problemas entre Mical y David iban mucho mas allá que sólo el mal manejo de la decepción. El otro gran problema que observamos aquí es el mal manejo del conflicto. El tema de hoy es ***Manejando el conflicto con sabiduría.***

En el matrimonio, siempre habrá situaciones potenciales de conflicto. Que los suegros, que el dinero, que los hijos, etc. El asunto no es si vamos a enfrentar un conflicto, el asunto es: Cómo vamos a reaccionar ante El. ¿Que haremos? ¿Lo dejaremos así? ¿Lo empeoraremos? ¿Lo resolveremos? ¿Qué vamos a hacer?

No podemos evitar tener conflictos pero si podemos decidir de antemano cómo vamos a reaccionar ante El. En el caso de Mical, la decepción contenida por años salió al exterior en una explosión que desató una reacción encadena. Explotó en el momento menos indicado; porque David venía de buen humor a casa esa noche. La Biblia dice:

2 Samuel 6:20 ²⁰ *Cuando David volvió para bendecir a su familia,*

David venía de buen humor, pero Mical lo recibió de la peor forma. Seríamos muy injustos si culpamos solo a Mical por esto, habiendo ya explicamos la semana pasada porque ella se sentía así. Pero no podemos ignorar que en esta ocasión ella fue la que provocó el pleito. La Historia dice:

2 Samuel 6:20 “...*Mical, la hija de Saúl, le salió al encuentro y le reprochó: —¡Qué distinguido se ha visto hoy el rey de Israel, desnudándose como un cualquiera en presencia de las esclavas de sus oficiales!*

Aquí dice que ella le salió al encuentro, ni si quiera lo dejó llegar a casa. Y dice que le reprochó; pregunta: ¿Fue esta la mejor manera de abordar una situación con el esposo? No.

¿Y que pasó después? David reaccionó de la peor forma. Veamos:

²¹ **David le respondió:** —*Lo hice en presencia del Señor, quien en vez de escoger a tu padre o a cualquier otro de su familia, me escogió a mí y me hizo gobernante de Israel, que es el pueblo del Señor. De modo que seguiré bailando en presencia del Señor, ²² y me rebajaré más todavía, hasta humillarme completamente. Sin embargo, esas mismas esclavas de quienes hablas me rendirán honores.*

¿Que hizo David? le respondió. Quizá hubiera sido mejor esperar y hablar después, pero le respondió. ¿Como respondió David? Con mayor intensidad. La tercera de Ley de Newton en física dice que a toda acción le corresponde una reacción de igual o mayor intensidad. Aquí, aunque no es un asunto de física, se cumplió a la perfección.

Mical le reprochó a David por su desempeño en Público, lo hizo de la peor manera y obtuvo de David una respuesta aplastante. David respondió con ofensas familiares, diciendo que lo iba a seguir haciendo,

y que si a ella no le gusta, las esclavas lo estarían esperando. Pregunta: ¿Fue esta la mejor manera de responderle a sus esposa? NO. ¿Quién la regó aquí? Los dos. ***El mal manejo de los conflictos destruye la intimidad matrimonial.***

Cuando no tomamos la decisión de resolver un conflicto, automáticamente estamos tomando la decisión de empeorarlo.

Como no depende de nosotros la respuesta de la otra persona; ante el conflicto, debemos tomar responsabilidad en lo que nos compete a nosotros de la actitud que vamos a tomar y de la manera en la que lo intentaremos resolver.

Ante el conflicto algunas personas reaccionan

Reprimiendo y callando.

Cuando nuestro temperamento es flemático/melancólico, reprimir es la manera más común de reaccionar ante un conflicto matrimonial.

Callarnos, hacer como que nada pasó, hacer como que perdonamos sin perdonar realmente etc. Reprimimos lo que pensamos para no hacer mas grande el problema, nos guardamos lo que sentimos por miedo a que se mal interprete etc.

Esto es un error, porque lo que no expresas a tu cónyuge en el momento adecuado y de la forma adecuada, lo vas a expresar en otro momento, en otro lugar y quizá de la manera menos adecuada. Tal como lo hizo Mical. No debemos reprimir lo que sentimos.

Reprimir es un error porque toda la angustia y frustración se almacena en el corazón y eso se manifiesta de tres maneras:

Raíces de amargura. Todo lo que reprimimos se va a nuestro corazón y se vuelve raíces de amargura. Nos volvemos gente amargada. Hebreos lo dice así:

Hebreos 12:15 *Mirad bien, no sea que alguno deje de alcanzar la gracia de Dios; que brotando alguna raíz de amargura, os estorbe, y por ella muchos sean contaminados*

Hay varias consecuencias de incubar raíces de amargura en nuestro corazón.

Cuando la Biblia dice “*os estorbe*” está diciendo: *cauce conflicto*; Las raíces de amargura nos vuelven personas conflictivas. La Biblia dice también que una raíz de amargura contamina a otros; empieza a contaminar a quienes están cerca: los hijos, los padres, los amigos, los compañeros de trabajo etc. Este versículo también dice que cuando hay raíces de amargura en el corazón, evitamos que otros alcancen la gracia de Dios; es decir, ponemos obstáculos a la gracia, dejamos de actuar con gracia, nos volvemos menos tolerantes, menos misericordiosos etc.

Otro problema de reprimir es que...

Produce enfermedades. Reprimir provoca la enfermedad. La psicología ha demostrado que existen enfermedades psicosomáticas, provocadas por el mismo organismo como una fuga, o escape ante la presión.

Médicos especializados en el cáncer han demostrado que esta enfermedad es causada también por el mismo organismo. Cómo un dispositivo auto destructor a causa de una severa depresión y tristeza que te puede llevar incluso a desear morir. La Biblia dice esto:

Salmo 32:3 *3 Mientras callé, se envejecieron mis huesos en mi gemir todo el día.*

Callar lo que sentimos tiene repercusiones en el cuerpo. Cuando reprimimos nos enfermamos o nuestro aspecto refleja dolor y tristeza.

Otro problema de reprimir es que...

Produce vicios y pecados. Del corazón no solo sale lo bueno, también lo malo. Todo lo que va al corazón tarde o temprano saldrá. Jesús lo dijo así.

Lucas 6:45 *El hombre bueno, del buen tesoro de su corazón saca lo bueno; y el hombre malo, del mal tesoro de su corazón saca lo malo; porque de la abundancia del corazón habla la boca.*

Mateo 15:19 y 20 *Porque del corazón salen los malos pensamientos, los homicidios, los adulterios, las fornicaciones, los hurtos, los falsos testimonios, las blasfemias. Estas cosas son las que contaminan al hombre.*

Como podemos ver, no solo enfermedad y amargura; reprimir lo que sentimos también produce vicios, pecados y adicciones.

¿Cuántos hombres y mujeres están atados a la pornografía, al adulterio, al alcoholismo, al juego, etc? ¿Por algún sentir reprimido? Todo lo que nos tragamos tarde o temprano saldrá a la luz en forma de amargura, enfermedad o en forma de pecado.

Ante el conflicto algunos reaccionan reprimiendo y callando. otros...

Explotando en ira.

Cuando nuestro temperamento es colérico/sanguíneo la forma más común de reaccionar ante un conflicto es: la explosión de ira.

Aquí el ofendido, no guarda nada en su corazón, todo lo saca. El se queda tranquilo, pero aquel que recibió la explosión es quien sufre las devastadoras consecuencias de una explosión de ira.

¿Cómo queda una ciudad después de la explosión de una bomba? ¿Qué queda después de una explosión? Pedazos de personas por todos lados, escombros, polvo y destrucción. Así queda el corazón de aquellas personas ante quienes reaccionamos de manera violenta o con una explosión de ira. No tenemos derecho de explotar contra ninguna persona. Y nadie tiene el derecho de explotar contra nosotros. Jamás debemos permitir que eso ocurra. Mantener económicamente a nuestra familia no nos da el derecho de explotar contra ellos ni de tratarlos mal. ¿Qué dice la Biblia al respecto de la ira?

Efesios 4:31 *Quítense de vosotros toda amargura, enojo, ira, gritería y maledicencia, y toda malicia*

Colosenses 3:8 *Pero ahora dejad también vosotros todas estas cosas: ira, enojo, malicia, blasfemia, palabras deshonestas de vuestra boca*

¿Qué tenemos que hacer con la ira? Quitarla de nosotros, dejarla atrás. No es para un cristiano explotar en ira. Ese es un fruto de la carne.

Además la ira nos impulsa a hacer cosas que Dios no nos mandó hacer y de las cuales después nos podemos arrepentir. Un ejemplo claro en la Biblia es Moisés, quien por la ira que sintió quebró las tablas de la ley que Dios mismo le había dado:

Éxodo 32:19 y 20 *Y aconteció que cuando él llegó al campamento, y vio el becerro y las danzas, ardió la ira de Moisés, y arrojó las tablas de sus manos, y las quebró al pie del monte. Y tomó el becerro que habían*

hecho, y lo quemó en el fuego, y lo molió hasta reducirlo a polvo, que esparció sobre las aguas, y lo dio a beber a los hijos de Israel

¿Por qué destruyó Moisés las tablas de la ley que Dios había hecho? Por el influjo de la ira. ¿Le había dicho Dios que las destruyera? No. La ira nos impulsa a hacer cosas aún en contra de lo que Dios nos ha dado. Proverbios lo dice así:

Prov. 14:17 *El que fácilmente se enoja hará locuras*

La ira no debe ser una opción, ni una práctica para los matrimonios de los hijos de Dios.

Si no es conveniente reprimir, ni tampoco es conveniente explotar en ira ¿Entonces que nos queda? ¿Permite la Biblia que hagamos algo con nuestro enojo, o nuestros sentimientos? ¿Cómo nos recomienda actuar la palabra de Dios ante las situaciones de conflicto que vivimos y enfrentamos?

La tercer posibilidad que tenemos cada uno de nosotros ante un conflicto es:

Confrontando en amor.

No reprimir, no explotar, Confrontar en amor. Esto es un reto a la madurez espiritual. Se trata de no ser dominados por nuestro temperamento. Se trata de crecer en nuestra espiritualidad mostrando dominio propio. Y sea para abrir nuestro corazón, sin tendemos a reprimir, o para bajarle el nivel de reacción, si tendemos a explotar.

No podemos cruzar por la vida dejando relaciones rotas cuando la vida se trata de relaciones.

El método bíblico para mantener una sana relación con los demás aún si nos han ofendido es: confrontar y perdonar. Jesús lo dijo así:

Mateo 18:15-17 *Por tanto, si tu hermano peca contra ti, ve y repréndele estando tú y él solos; si te oyere, has ganado a tu hermano. Más si no te oyere, toma aún contigo a uno o dos, para que en boca de dos o tres testigos conste toda palabra. Si no los oyere a ellos, dilo a la iglesia; y si no oyere a la iglesia, tenle por gentil y publicano.*

Si observamos bien este versículo aprenderemos que el espíritu de la reprensión no es dañar sino ganarte a tu hermano. Además, la palabra repréndele, en griego, también incluye convéncele.

Cuando vas a confrontar, no vas a atacar, vas a arreglar. Al final de la confrontación no habrá un ganador, habrá dos ganadores. Tú tratas de que la persona te escuche, de que escuche tu corazón, tus razones, de que sepa lo que piensas y sientes, en amor. Y aún si no reaccionara en la última fase; es decir, después de haber hablado a solas y con testigos, y con la congregación, la Biblia dice: “tenle por gentil y publicano”; es decir, considéralo alguien que no tiene a Dios; considéralo alguien que necesita de Dios. Por lo tanto, gánatelo(a) para Dios.

Confrontar en amor es la manera mas sabia de manejar un conflicto. Es un acierto porque sacas lo que hay en tu corazón pero sin aplastar al otro. La Biblia nos da un tip para confrontar. Dice:

Proverbios 15:1 *La blanda respuesta quita la ira; Mas la palabra áspera hace subir el furor*

Cuando voy a confrontar no lo debo hacer con palabras ásperas. Si lo hago, haré subir el furor. Tal y como sucedió entre David y Mical. Debo hacerlo con palabras blandas. Una confrontación siempre debe ser con palabras blandas.

Otro tip bíblico para confrontar es este:

Proverbios 16:23-24 *El corazón del sabio hace prudente su boca, Y añade gracia a sus labios. Panal de miel son los dichos suaves; Suavidad al alma y medicina para los huesos.*

¿Cómo debo hacer mi boca al confrontar? Prudente. ¿Qué debo añadir a mis labios? Gracia.

Dios busca que al confrontar ganemos amigos no enemigos. No se trata que quede de manifiesto lo mucho que me puedo enojar. Se trata de que saques con sabiduría lo que hay en tu corazón para que tú estés bien de tal modo que el otro también esté bien.

Los matrimonios de calidad aprenden a manejar sus conflictos. La peor manera de manejar un conflicto es reaccionando biceralmente, la mejor manera es mediante el dominio propio.

Hoy vimos tres diferentes maneras de reaccionar ante un conflicto; dos incorrectas: *reprimiendo*, o *explotando en ira*. y una correcta: *Confrontando en amor*. Si deseamos edificar una relación de pareja que honre a Dios. Debemos aprender a confrontar en amor, es la manera mas sabia de manejar un conflicto.

llamar al Piano.

Si Mical hubiera aplicado esto, quizá cuando su esposo llegó a casa en lugar de hablarle de una forma áspera hubiera abordado el conflicto con cuidado. Si David hubiera aplicado esto, en lugar de haber reaccionado de la forma que lo hizo, hubiera actuado con prudencia.

Es posible que entre nosotros haya quienes han tenido confrontaciones muy serias que han estado dañando su relación de pareja. Tal vez tu corazón ha estado bajo gran presión y estrés.

Hoy Dios quiere ayudarte para que puedas perdonar y edificar una relación matrimonial mas satisfactoria. Y sobre todo mas alineada a la voluntad de Dios.