

15va Semana- Cómo acercarte a una persona que te ha ofendido

Jesús enseñó que es inevitable, las ofensas vendrán en esta vida. Cuando somos ofendidos o heridos, ¿Qué pasos debemos de tomar para resolver el problema o conflicto?

“Si es posible, en cuanto dependa de vosotros, estad en paz con todos los hombres”. (Romanos 12:18)

“No reprendas al anciano, sino exhortale como a padre; a los más jóvenes, como a hermanos; a las ancianas, como a madres; a las jovencitas, como a hermanas, con toda pureza.” (1ra Timoteo 5:1-2)

1. Pídele a Dios que te ayude a identificar y resolver heridas que tienes en tiempo presente en tu vida. Escribe de manera breve qué estas sintiendo describiendo tus emociones, circunstancias relacionadas con esto, la persona específica involucrada y cómo piensas respecto al incidente. (Salmos 139:23-24).
2. Evalúa la raíz de la ofensa. Hay muchas razones por las que podemos ser ofendidos. Escribe respuestas a las siguientes preguntas para que te ayuden determinar alguna de las causas:

¿Qué acciones específicas la otra persona hizo o dijo en contra de mí que me ofendió?

¿La otra persona sabe claramente que me ofendió?

¿Estoy dolido porque las acciones de la otra persona hacia mí violaron un estándar claro en las Escrituras, un estándar moral, o me dolió porque la otra persona tenía una forma de pensar diferente a la mía?

¿Están mis sentimientos de la ofensa basados en mis interacciones con la persona, o están basados en lo que otra persona me dijo sobre esa persona? (Proverbios 17:9; 18:17)

¿Estoy yo aferrándome a una ofensa que fue hacia alguien al que conozco?

¿Estoy dolido porque tenía expectativas no realistas o egoístas (no hizo lo que yo quería que hiciera)?

¿He malinterpretado y/o tergiversado las acciones de la otra persona? (Proverbios 13:10)

¿Hice yo algo malo que contribuyó a la situación sobre la cual estoy dolido?

¿Hay una necesidad no resuelta más profunda en mi vida por la cual el dolor está siendo transmitido injustamente hacia la otra persona?

3. Resuelve lo más posible del dolor emocional a través de tu relación con Dios antes de hablar con la otra persona. Si es necesario, es bueno buscar ayuda de un cristiano maduro que sea tu amigo o consejero. Si los sentimientos de dolor son el resultado de una diferencia de opiniones, Dios nos llama frecuentemente a morir a nosotros mismos y dejar nuestras opiniones. (Filipenses 2:1-4). Trabaja también la carta de “Como Perdonar” y “Limpia Conciencia”. Para que éstas te ayuden a resolver el dolor y a perdonar a la otra persona.
4. Si descubres que el dolor puede ser el resultado de una malinterpretación porque has tomado esta ofensa de algo que alguien te dijo acerca de la otra persona, acércate a ella para obtener claridad de lo que crees que fue su comportamiento o palabras. (Proverbios 26:30; Juan 1:19-20).
Usa un enunciado así:
“Necesito tu ayuda. Es probable que por un malentendido de lo que estaba pasando en el momento, me sentí ofendido por algo que dijiste o hiciste (explica un resumen del problema con un mínimo de detalles). ¿Podrías por favor ayudarme a entender, aclarándome lo que estaba intentando decir o hacer?”
5. Si estás convencido que la otra persona cometió una acción grave en contra tuya(o alguien más) que viola claramente los estándares de las Escrituras (morales) y por ende debe ser reprendido, escribe lo que deseas decirle a la persona con solo los detalles suficientes para aclarar y presentar al problema. Incluye una descripción sobre los pasos que quisieras que esa persona tomara para resolver el problema contigo.

Sigue la dirección que Jesús enseñó en Mateo 18:15-17. Recuerda que el objetivo es restaurar a la persona y llevarla a un caminar saludable con Dios, no justificar tus sentimientos de dolor. (Gálatas 6:1-5, Proverbios 28:23).

15a – Cómo acercarte a alguien que te ha ofendido

Hoja de Trabajo

Tu Nombre _____

Fecha -- _____

Nombre de la persona que te ofendió _____

(Complete una hoja de trabajo separada para cada persona, problema o situación)

1. **Escriba brevemente un argumento que describa tus emociones, circunstancias relacionadas, la persona que está envuelta específicamente y qué piensas acerca del incidente que te ofendió.**

2. **Evalúa la Fuente de la ofensa. (Escribe respuestas a las preguntas que están en “Como acercarte a una persona que te ha ofendido).**

3. **Necesitas primeramente resolver un poco el dolor emocional (Vea las cartas “Como perdonar a otros” y “Limpia Conciencia”).**

4. **Qué información adicional necesitas obtener de la persona(o de otros que puedan ayudarte-No mediante chismes) que te ayuden a entender qué dijo o hizo para la búsqueda de soluciones potenciales. Escriba las preguntas que debes hacerle.**

5. **Escribe qué desearías decirle a la persona con los solo los detalles necesarios para clarificar el presente problema o situación. Incluye una descripción de los pasos que quisieras que esa persona dé para resolver el problema contigo. Recuerda que lo que quieres o esperas puede no ser lo que Dios quiere o espera.**

6. **¿Cuándo y Como contactaras a la persona para resolver el problema?**