

## Día 15

### La comunicación no es fácil

#### Para Memorizar:

*“El charlatán hiere con la lengua como una espada, per la lengua del sabio brinda alivio”  
Proverbios 12:18*

#### Punto para meditar:

¿Por qué la comunicación es tan importante en las relaciones personales? Porque todas las relaciones son alimentadas por medio de la comunicación. Tal como un auto nunca llegará a su destino sin combustible, nuestras relaciones tienen la garantía de no llegar a ninguna parte sin comunicación.

La falta de comunicación ha mantenido algunas relaciones atascadas en la cochera durante décadas; otras descubren que empiezan muy bien para luego quedarse sin gasolina a una corta distancia por la carretera. Mantener una relación avanzando toda la vida, exige una buena comunicación.

Tal como un auto necesita la clase correcta de combustible para poder avanzar por la carretera, sus relaciones necesitan la clase correcta de comunicación para avanzar por la vida.

¿Qué le sucedería a su auto si usted le pone agua o ácido en el tanque de combustible? Es incluso más importante asegurarse de emplear la clase correcta de comunicación en sus relaciones personales.

La comunicación no es fácil. Santiago nos da esta clara imagen: nadie puede domar la lengua (Santiago 3:8). Cuando se llega a la cuestión de fondo, la comunicación no es una ciencia... es un arte.

La comunicación es un arte, llena de líneas dedicadas y matices de significados. Necesitamos un experto que nos enseñe, alguien que pueda pintar una obra maestra de la comunicación. ¿Y a quién acudir mejor que Jesús?

El ejemplo de Jesús nos muestra que nuestras palabras tienen el poder de llevar nuestras relaciones personales a un nuevo nivel de impacto e intimidad.

Aunque tal vez a usted no se le haya dado la capacidad de sanar físicamente a alguien por medio de sus palabras, no hay duda de que sus palabras pueden sanar una relación personal, la fe de alguien, un corazón roto o una esperanza destrozada.

#### Pregunta para considerar:

¿Con quién que mejorar mi comunicación?

¿Quién necesita oírme decir palabras que sanan?

## Día 16

### El cimiento es la confianza

#### Para Memorizar:

*Cuando ustedes digan "sí", que sea realmente sí; y cuando digan "no", que sea no. Cualquier cosa de más, proviene del maligno. Mateo 5:37*

#### Punto para meditar:

El cimiento de la comunicación es la confianza. No se puede tener una comunicación de alta calidad sin una confianza de alto nivel. Con una gran confianza puede haber una gran comunicación. Con escasa confianza hay escasa comunicación. Y sin confianza no hay comunicación. Si yo no puedo confiar en lo que usted dice, en realidad no importa cuán grandiosa sean las palabras o cuán ferviente la suplica. Ya sea que estemos trabajando para construir una relación personal o restablecer los canales de comunicación, tenemos que empezar con la confianza.

Los expertos en la comunicación dicen que las palabras que decimos a otros, en realidad pueden producir seis mensajes distintos:

- Lo que uno quiere decir.
- Lo que uno en realidad dijo.
- Lo que la otra persona oye.
- Lo que la otra persona piensa que oye.
- Lo que la otra persona dice en cuento a lo que uno dijo.
- Lo que uno piensa que la otra persona dijo en cuento a lo que uno dijo.

¿Qué piensa usted que sucede cuando se mezcla incluso una pizca de deshonestidad, unas cuantas mentiras, en un esfuerzo ya de por sí difícil? La comunicación se convierte en un caos total.

La erosión de la confianza: a menudo, incluso sin proponérselo, usamos las palabras en ciertas formas que erosionan la confianza en nuestras relaciones personales. Piense un momento y pregúntese a sí mismo si está erosionando la confianza en una de estas cuatro maneras muy familiares:

1. Mentiras: las mentiras siempre se dicen en ausencia de la confianza.
2. Lisonjas: alabanza exagerada y generalmente interesada que se hace a una persona para conseguir un favor o ganar su voluntad.
3. Promesa rotas.
4. Silencio: cada vez que usted guarda silencio la otra persona se pregunta ¿Qué estará pensando?, lo cual por cierto no fomenta la confianza.

#### Pregunta para considerar:

¿Está erosionando la confianza o construyéndola la manera en que uso mis palabras?

## Día 17

### La conexión entre la boca y el corazón

#### Para Memorizar:

«Arrepiéntanse, porque el reino de los cielos está cerca.» Mateo 4:17

#### Punto para meditar:

La conexión entre la boca y el corazón en realidad es una conexión de doble vía. Mi corazón afecta a las palabras que salen de mi boca, y las palabras que salen de mi boca afectan mi corazón. Note lo que Jesús enseñó en Marcos 7:15 “nada de lo que viene de afuera puede contaminar a una persona, más bien, lo que sale de la persona, es lo que contamina”. Esta conexión recíproca nos hace a veces quedar atrapado en un círculo vicioso de palabras. La ira de nuestro corazón se derrama en palabras hirientes que amplían la cólera que tenemos dentro y lastiman nuestra alma. Y el alma herida reacciona soltando más palabras coléricas. Las palabras que destinamos para lastimar a otros nos lastiman a nosotros mismos de una forma más profunda.

He aquí unas pocas estrategias que pueden ayudar a romper el círculo antes que las palabras empiecen a brotar de su boca:

- ¡Concédase cinco minutos... o diez! Aléjese por diez minutos y permita que su enojo se enfríe.
- Ore por la otra persona.
- Espere hasta después de haber comido para tener la conversación difícil.
- Haga declaraciones sobre sí mismo en lugar de hacer acusaciones acusadoras... no culpe a la otra persona por lo que usted siente; aprópiase de sus sentimientos.
- Vigile el tono y el volumen de sus palabras.
- Enfóquese en la solución, no en el problema
- Aprenda a aceptar lo que no se puede cambiar.

Mientras que estas sencillas estrategias pueden ayudarle a romper el círculo de las palabras hirientes, usted tal vez tenga que dar un paso más profundo. Necesita cambiar el enfoque de su corazón... y Jesús le dice cómo hacerlo. La verdad del reino de Dios se halla en el centro del asunto de lidiar con nuestro corazón egoísta.

#### Pregunta para considerar:

- ¿Estoy atrapado en un círculo vicioso de palabras con alguien?
- ¿Qué paso necesito dar para romper con este patrón?

## Día 18

### Una nueva clase de honestidad

#### **Para Memorizar:**

*Más bien, al vivir la verdad con amor, creceremos hasta ser en todo como aquel que es la cabeza, es decir, Cristo. Efesios 4:15*

#### **Punto para meditar:**

Al leer cada conversación de Jesús y preguntarnos qué podemos aprender en cuanto a la comunicación, la lección más penetrante viene de estas dos palabras: sé sincero. Las conversaciones de Jesús, tienen una clase diferente de sinceridad que la mayoría de nosotros jamás practica o experimenta.

Debido a que Jesús no estaba limitado por la opinión que otra tenía de él, y su amor no estaba manchado por el egoísmo, él es refrescante, contundente y maravillosamente honesto.

Si queremos que nuestras relaciones personales crezcan, la honestidad no es negociable. Cuando somos sinceros, siempre diremos “la verdad con amor” (Efesios 4:15). Observe la palabra verdad en este versículo, y observe también el término amor. Se necesita de ambos: la verdad envuelta en amor.

La verdad sin amor no resulta. Algunos usan la verdad como un arma. No dicen la verdad, sino apuntan con ella. La verdad a veces duele, pero no tiene que mutilar, matar o destruir.

Por otro lado, el amor sin verdad es igual de desastroso, apartada de la honestidad, cualquier relación sufrirá por una falta de confianza... y esta falta de confianza producirá un gran dolor. Puede ser el dolor ruidoso de las discusiones constante, o la herida callada del silencio... pero será doloroso. Apartada de la verdad, la confianza se erosiona.

La honestidad a veces produce el dolor amargo del rechazo. No obstante, también puede producir la alegría asombrosa de la aceptación.

Al comunicarse con sinceridad, está invitándose a sí mismo a otros a un refrescante cambio de vida mediante sus palabras. La sinceridad no es para los débiles de corazón, pues representa un riesgo... un riesgo que bien vale la pena correr para ponernos en posición de recibir un asombroso potencial para el cambio.

#### **Pregunta para considerar:**

- ¿Hay alguien con quien necesito correr el riesgo de tener una conversación sincera?

## Día 19

### Dios está en la conversación

#### Para Memorizar:

*Ustedes deben orar así: »“Padre nuestro que estás en el cielo, santificado sea tu nombre, venga tu reino, hágase tu voluntad en la tierra como en el cielo. Danos hoy nuestro pan cotidiano. Perdónanos nuestras deudas, como también nosotros hemos perdonado a nuestros deudores. Y no nos dejes caer en tentación, sino líbranos del maligno.” Mateo 6: 9-13*

#### Punto para meditar:

Uno de los aspectos más vitales de su comunicación con las personas es la oración. Más importante que la manera en que usted le habla a alguien es la manera en que usted habla con Dios acerca de esas personas. La forma en que usted habla con Dios acerca de las personas que forman parte de su vida determinará cosas tales como su capacidad para dejar atrás una herida, unos ojos llenos de fe a través de los cuales mirara al futuro, y la sabiduría para tomar decisiones. Sin embargo, la oración no siempre se ve como un agente de cambio tan poderoso. La experiencia de muchos es que la oración parece aburrida y rutinaria, un ejercicio reservado para la hora de irse a la cama y los tiempo malos.

Aunque hay mucho que decir en cuento a la oración, nos concentraremos en como Jesús trato la oración como una relación personal.

Jesús nos enseñó que la oración es una conversación pero, ¿qué clase de conversación? ¿Qué podemos aprender de Jesús en cuento a la manera en que debemos hablar con Dios? A partir del ejemplo y la enseñanza de Jesús, tres palabras marcan el tono de nuestra conversación con Dios:

- **Persistencia**: ore hasta que suceda una de dos cosas: Dios cambia la situación, o Dios lo cambia a usted. A menudo sucederán las dos cosas a la vez. Y mientras estamos esperando debemos darnos cuenta de que Dios está obrando.
- **Confianza**: Ore con la expectativa de que algo va a suceder... o si no, ¿por qué en molestarse en orar después de todo? Dios esta contestando muchas de sus oraciones en manera en que usted todavía no puede ver, en manera en que tal vez no comprenda sino hasta que llegue al cielo.
- **Reverencia**: la reverencia en la oración no es cuestión de métodos y formas... implica una relación personal. Para Jesús, la conversación con su Padre era una parte de su vida. el oraba toda la noche y temprano en la mañana. Para Jesús la oración era simple una conversación con su Padre Celestial y nos enseñó a tener la misma clase de conversación... una conversación marcada por la persistencia, la confianza y la reverencia.

Al concluir este día le invito a que se una en esta oración: *Jesús, enséñame a orar. Quiero que la oración sea una parte de mi vida. Sin embargo, demasiado a menudo me siento muy distante de esa clase de conversación con Dios. En el lugar de concretarme no lo que m falta, ayudame a concentrarme no lo que tú me ofreces, Jesús. Enséñame a orar Amen.*

## Día 20

### Como lograr que en verdad lo oigan

#### Para Memorizar:

*Pero otros son como lo sembrado en buen terreno: oyen la palabra, la aceptan y producen una cosecha que rinde el treinta, el sesenta y hasta el ciento por uno.» Marcos 4:20*

#### Punto para meditar:

Edificar la confianza, cuidar

#### Pregunta para considerar:

El corazón y ser honestos, como aprendimos en los días 16, 17, 18 es la receta de Jesús para una gran comunicación. El nos mostró como producir un impacto con nuestras palabras. Nos enseñó como avanzar más allá de solo pronunciar palabras para de verdad ser escuchados. Vemos a Jesús fortaleciendo su comunicación de tres maneras poderosas: proporcionando un toque gentil, haciendo la pregunta precisa y pintando imágenes con sus palabras.

- **Jesús toco a los que sano:** Jesús a menudo toco a los que sano. Considere estos dos ejemplos del evangelio de Lucas 4:40 y Lucas 5:12 y 13.  
Podemos aprender del ejemplo del Jesús acerca del poder del toque humano. Hay algo en un toque sincero en la mano o en el hombro que comunica: “estamos juntos en esto”. Nuestro mundo está lleno de personas solas que añoran la afirmación de un toque cariñoso. Uno nunca sabe como una palabra tierna o un toque cariñoso será por completo determinante para alguien. Detrás de cada sonrisa hay un corazón herido al que una expresión sencilla de amor puede sanar.
- **Jesús uso preguntas para presentar un reto:** mientras que Jesús a menudo uso preguntas para desafiar el pensamiento de alguien, nosotros con frecuencia subimos le volumen. Si no lo logramos plantear nuestro punto, tendemos a hablar más fuerte. Por supuesto, esto rara vez funciona; subir el volumen tiende alejar a los demás. Las afirmaciones tienen a confrontar y nos hacen levantar barreras. Las preguntas tiene la capacidad de presentar un reto y derribar barreras.
- **Jesús uso imágenes para comunicar la verdad:** ¿quiere ayudar a alguien a ver algo que no ha visto antes? Pinte una imagen... porque para que una persona vea en realidad algo, necesita una imagen.  
El mejor ejemplo del uso de Jesús de las imágenes para comunicarse se ve en sus parábolas. Con una imagen tras otra, Jesús nos mostró el corazón de Dios. Para reabrir los canales de comunicación alguien tiene que cambiar los canales. Una imagen tiene el poder de hacer esto. Tiene el poder de ayudarlo a uno a ver algo de una nueva manera.

**Pregunta para considerar:** ¿a quién necesito ofrecerle un toque de compasión? ¿A quién podría una pregunta bien expresada presentarle un reto necesario? ¿Cuándo necesita usar una imagen para comunicar una verdad que he estado teniendo dificultades para presentar?



## Día 21

### Lo que anda mal en la comunicación

#### Para Memorizar:

*En la lengua hay poder de vida y muerte; quienes la aman comerán de su fruto.  
Proverbios 18:21*

#### Punto para meditar:

Antes de terminar nuestro examen del principio de Jesús de hablar con el corazón, admitamos de nuevo la verdad de que la comunicación no es fácil. Mediante su respuesta a personas imperfectas y circunstancias que fueron una parte regular de su vida, Jesús nos enseña lo que necesitamos saber en cuanto a lo que anda mal en la comunicación.

- Cuando lo criticaron, Jesús dio una respuesta clara y confiable. ¿Qué se siente usted inclinado a hacer cuando enfrenta el ataque de la crítica? ¿a desquitarse? Jesús escogió más bien dar una respuesta clara y confiable. En lugar de rebajarse al nivel de sus atacantes, dijo la verdad. Cuando usted escoge atacar en venganza, simplemente le confirma al que hizo la crítica que puede tener razón. Puesto que no somos perfectos, puede haber algo de verdad en la crítica. Dé una respuesta clara y confiada en lugar de reaccionar a la defensiva.
- Cuando surgió una duda sincera, Jesús ofreció pruebas. ¿Qué debería hacer cuando alguien duda de su palabra? Primero entienda que tal cosa no le ha ocurrido a usted, se dudo incluso de Jesús mismo y el siempre dijo al verdad. Siempre que alguien dude de usted, puede escoger enfocarse bien sea en sí mismo o en la necesidad del otro. La duda de la otra persona puede estar arraigada en el egoísmo, lo que merece una clase de respuesta, o en la desconfianza, el enojo, el temor o la inseguridad, lo que merece una respuesta diferente por completo.
- Cuando se le ridiculizó Jesús guardó silencio: Algunos comentarios no merecen respuesta es mejor simplemente ignorarlos. Las críticas a veces se deben contestar, pero las críticas sarcásticas o que nos ponen en ridículo, nunca merecen una respuesta. La biblia nos dice que una respuesta a ese tipo de crítica hará más daño que bien: *el que corrige al burlón se gana que lo insulte; el que reprende al malvado se gana su desprecio. No reprenda al insolente, no sea que acabe por odiarte; reprende al sabio y te amará. Proverbios 9:7 y 8*
- Cuando lo acorralaron Jesús encendió la luz de la verdad en medio de la situación ofreciendo una perspectiva diferente.
- Cuando lo rechazaron, Jesús se fue a otra parte.
- Sea valiente: comunicarse exige valentía. Por medio de las palabras que usted habla, Dios le ha dado más poder para edificar la fe, la esperanza y el amor en la vida de otros del que usted posiblemente pueda imaginarse.

#### Pregunta para considerar:

¿Hay alguien que necesita oírle decir? ¿Quiero empezar a reconstruir la confianza?

¿Te perdono? ¿Ha pasado demasiado tiempo desde la última vez que hablamos?

¿Reconozco que mis palabras revelan mi corazón? ¿Francamente hay algo de lo que quisiera hablarte?