

# Comunicación Efesios 4:14-32

Dios es un Dios de Comunion y  
Comunicacion

1 Juan 1:4, 7 (Genesis 3)



Hombres leen periódicos - no mentes.

## 5 Niveles de comunicación:

1. Saludos
2. Actividades
3. Opiniones
4. Pensamientos y planes
5. Sentimientos y emociones



# 5 elementos de comunicación



- **Escuchar**
- **observar (gestos)**
- **Comprender**
- **Hablar**
- **simpatizar.**

# Comunicación Mundana

## Ef. 4:14, 17-20 (5:30-31)



- **Gritos (Ef. 4:14- “como niños”)**
- **Silencio**
- **Engañoso (mentiras)**
- **Maldicencia, blasfemias**
- **Negativismo (ataques, sarcasmo, quejas)**
- **Superficial -miedo de “herir” al otro o ser herido, miedo de que la conversacion vaya a escalar a griteria.**

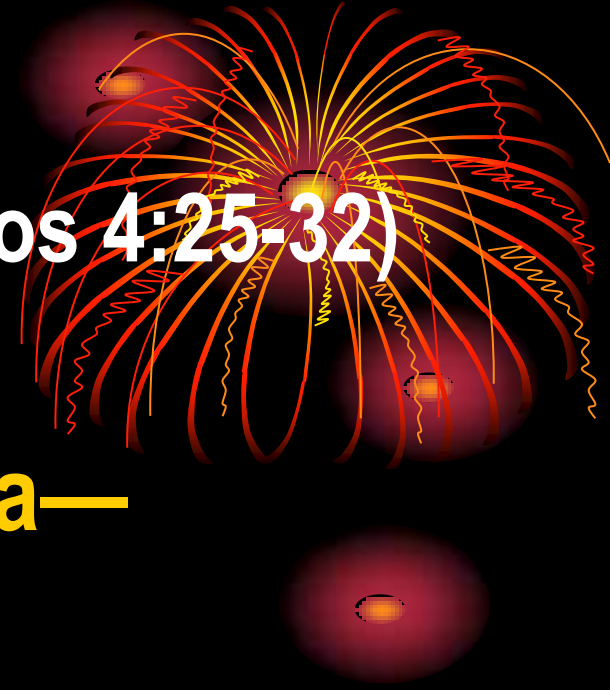
# Como cambiar - Ef. 4:21-24



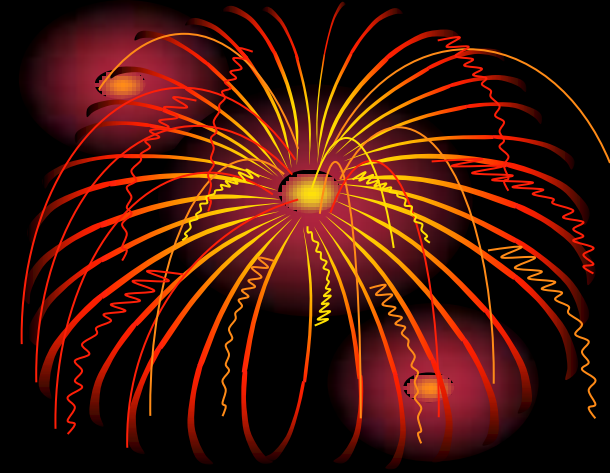
- **Despojaos**
  - **confesar pecado y error**
- **Renovaos**
  - **en palabras y espíritu o actitud**
- **Vestíos** (“Poner” a Cristo)

# ***Palabras de Gracia*** (Efesios 4:25-32)

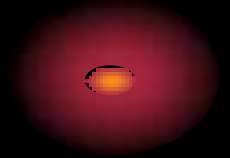
- **Cómo tener una buena pelea—  
biblicamente**
- **?Cómo puede un volcán hablar con  
una piedra?**
- **Como Bella puede hablar con la Bestia  
-y cambiarle en el Príncipe original**



1. Habla (Ef. 4:15, 25)



*Habla*



*con* AMOR, RESPETO y  
CONFIANZA

# NO PUEDO HABLAR



- 1. Temo ser burlando**
- 2. No es muy “macho” hablar**
- 3. Otros no quieren escucharme a mi.**
- 4. (Encubren una mala relacion con el mero hablar superficial)**
- 5. Se siente amargura-pero no quiere decir lo que le molesta**



# EL REMEDIO CRISTIANO:

Recuerda a Moises en Exodo 3

“No puedo hablar” Dios dice... “Yo soy”

- (Ex. 3- Yo Soy estaré con su boca)
- **Primero: SER HONESTO CON DIOS acerca de tus sentimientos**
  - *pide ayuda para amar y respetar al esposo*
  - Ora para buscar Su sabiduría, santificación, perdón y poder para hablar bien



# Ayuda en Cristo



- Practicar la **comuni3n con Dios primero**- El te ayudar3 a hablar con otros. (Hechos 1:8)
- Recordar la necesidad de **comuni3n “desnuda”** (Gen. 2; 1 Juan 1:4,7) para ser feliz

**Aprende a hablar de la manera  
que el otro le entiende.**

Como entender y hablar la lengua  
del otro sexo.

**El hombre quiere saber  
lo que “piensa” la mujer;**

**La mujer quiere saber lo que “siente” el  
hombre acerca del tema o de una persona.**

**(Si le amas, aprende y habla su lenguaje)**



# Mantener una **perspectiva** adecuada



- **No considerar algo pequeño como una cosa grande.**
- **Demostraciones de madurez son**
  - (1) El discernimiento de prioridades**
  - (2) el control de las emociones.**

## **2. VERDAD EN AMOR (Ef. 4:15)**



*No decir mentiras con sarcasmo y esperar que el esposo lea tu mente para entender el sarcasmo.*

- *¡El te va a creer! Y luego estarás aun mas irritada.*

# El estilo mundano



- **Con mentiras o sarcasmo**
- **Con engaños – no comunica deseos verdaderos para dejar una impresión de humildad**
- **Con regalos – cree que el regalo expresa lo que sientes**

# La VERDAD para el creyente



- **Efesios 4:21** – Recuerda que **CRISTO** es la VERDAD y si le recibimos nos ayuda a ser honestos.
- Confiesa sus mentiras como **PECADOS** –ser honesto ante Dios
- Respeta y ama al otro en verdad y no le va a decir mentiras.

# 3. Ef 4:25 – Ser miembros del mismo cuerpo=simpatía



Hablar al otro como “miembro” de tu cuerpo con compasión y confianza

- No muerdas tu mano para “vengarte” de ella.
- No escondes una herida de la mano. Habla y escucha su sugerencia-te puede ayudar a aplicar el ungüento.
  - (Puede ser que el esposo lleve la razón alguna vez 😊).
- 1 Ped. 3:7 – Si no puedes hablar con la esposa, no puedes hablar con Dios en oración



## 4. ***Airarte sin pecar*** – v. 26, 29



- No des una expresión total de su **ira—  
hable con DIOS primero** para decírselo;
- No trates de defenderse, sólo dar una explicación breve y dejarlo con Dios.
- Nunca airarse por daños personales, sino sólo por pecados serios (el aborto, abuso, etc)
- Resolver el problema “cuanto antes”

## 5. Ef. 4:27

### ***No des lugar al diablo***

- **Airase con el problema** y atacar eso, no la persona; no “acusar” con palabras dañosas. Ef. 4:27, 29
  - *Deja el diablo ser el “acusador de los hermanos”, no hagas su trabajo, él no necesita ayuda...*



## **6. Ef. 5:28**

# **Trabaje, no hurte**



- **No gastar tiempo con acusaciones; Trabaje para mejorar el matrimonio.**
- **Trabaja para AYUDAR y animar al otro, no para vengarte.**
  - **Hacer bien a los que te dañan: es como poner ascuas de fuego sobre su cabeza.**
  - **Busca un remedio específico y pasos para seguir a una resolución**

# 7. Ef. 4:29 – Palabras de Gracia



- **Determinar (con la ayuda de Dios) a hablar solo “palabras de gracia” y edificación (Pr. 14:1)**
- **Determinar nunca usar palabras “corrompidas” (sarcasmo, mentiras, acusaciones, palabrotas, vulgaridades)**
- **Pregúntate si es amable, necesario, etc.  
– Filipenses 4:8-9**

# Piensa en lo bueno



**Busca algo bueno en la circunstancia** y aprende de sus equivocaciones sin irritarse con los errores del otro. **1 Tes. 5:18**

- Muchas veces atribuimos motivos de maldad a las palabras del otro y luego nos irritamos aun más.

**Piensa en lo positivo del otro.** Fil. 4:8-9; 1 Tes. 5:18

- *piensa como le apreciarías si nunca pudieras verle mas y aprovéchate del momento cuando está presente para demostrar su aprecio ahora.*

# **8. Ef. 4:30-31; 5:18**

## **Llenarse del Espiritu Santo**



- **Recuerda que tus palabras pueden entristecer al Espiritu – el Amigo en cada conversacion, el Huésped en cada mesa...**
- **Luego, no puedes orar o servir “lleno del Espiritu” y “ganar” al esposo (1 Ped. 3:7; Mat. 5:23)**
- **Recuerda que la amargura se empeorea hasta ser enojo, ira... y hasta “ñtoda malicia”.**

# **9. Ef. 4:32 Perdona en Cristo y por amor a EL**



- **Recuerda la benignidad de Cristo para contigo... y pide su ayuda para compartir ese “fruto” del Espíritu con el otro.**
- **Recuerda que TU has hecho cosa tan malas como el otro... y si Cristo te perdona a ti... como no puedes en su poder perdonar al otro 70 x 7 veces cada dia.**

# El secreto de un buen matrimonio es una mala memoria (**Perdona**)



## Busca un remedio específico.

- “Hay un remedio para todo sino la muerte y los impuestos... y Cristo puede arreglar aun ambos de estos.”
- No esperar que todo se va a cambiar rápidamente o que el otro se olvidará de una ofensa de noche a día
  - Aunque el perdonador no “acusa” en el futuro al perdonado de la ofensa perdonada .
- Piensa en pasos para remediar el problema y dar los pasos uno tras otro, poco a poco. **Isaías 28:10**



# 10. Confesar TU parte...y mas – 1 Juan 1:9



Buscar una “verdad” en cada acusación

- ❖ Confesar que fallas en lo que el otro te acusa de hacer (*aunque no todo sea correcto*).

Reconocer que usted probablemente hizo  
ALGO que irritaba la otra persona

- confiésalo y acepta TODA la culpa  
(1 Ped. 2:18-22)

# Efesios 6:10-18



Después de la boda (Efesios 5)  
Viene la batalla (Efesios 6)...  
y la armadura para esa batalla.

Podemos ser **más que vencedores** en Cristo  
que nos ama.

Es posible cambiar y comunicar—pero solo  
en el **PODER DE DIOS**.