

Vivir creativamente es hacer frente al conflicto con amor

El Reto

“Cuando mi empuje como persona -mis esperanzas y mis sueños, demandas, necesidades, e impulsos – está en oposición con el empuje de usted, hay conflicto. Sacrificar mi empuje es negar los impulsos de Dios dentro de mí. Querer que usted anule su empuje sería rehusar ser reverente ante la presencia de Dios y su obra dentro de usted”

“La vida eficaz consiste en amar, enfrentar e integrar las necesidades y demandas de usted con las mías en nuestro esfuerzo conjunto para crear una comunidad cristiana.”

La meta ante el reto de resolver los conflictos

El impacto de nuestro encuentro puede ser creativo, fortalecedor y puede producir crecimiento. Debemos preocuparnos por buscar una solución totalmente equilibrada de integridad personal y de sensibilidad hacia las personas, enfrentando las diferencias con amor.

1. Enfrentando con Amor – El camino creativo a través del conflicto

Punto de partida

Yo le amo a usted.
Si le amo debo decirle la verdad.

Quiero su amor.

Quiero su verdad.

Ameme lo suficiente como para decirme la verdad.

Una palabra de advertencia: Hay tiempo de amar y hay tiempo de enfrentar. Cada uno en su propio tiempo.

Una guía para enfrentar las diferencias con amor

- Enfrentar con amor es ofrecer un amor genuino que invita al otro a crecer. (Amar es recibir con agrado, invitar y apoyar el crecimiento en otros.)
- Enfrentar con amor es ofrecer un enfrentamiento real que suscita un nuevo discernimiento y comprensión. (Enfrentar eficazmente es

ofrecer el máximo de información útil con el mínimo de amenaza y tensión.)

- Enfrentar con amor unifica la preocupación por la relación con la preocupación con las metas. De modo que uno pueda tener algo para defender (metas) tanto como alguien con que hacerlo (relación) sin sacrificar el uno por el otro, o desplomar uno sobre el otro. De esta manera uno puede amar fuertemente y ser fuertemente amable. No hay contradicción, solo se complementan.

Algo para pensar: Cuando una persona le hiere, ¿Qué hace usted?. Se retira para lamer la herida y alimentar el coraje. O usted se enciende en cólera y reacciona con otra piedra.

En lugar de reaccionar, responda como se siente usted. Diga que se siente herida, rechazada, que le duele. Comunique sus sentimientos en primera persona de una manera amorosa.

Los conflictos son naturales, normales y hasta a veces neutrales. Pueden llevar a finales desastrosos y dolorosos, pero no necesariamente. El conflicto no es ni bueno ni malo, ni correcto ni equivocado.

El modo en que vemos, confrontamos y resolvemos nuestras diferencias determina, en gran parte, nuestro modelo total de vida. Existen múltiples perspectivas.

1. Puedo ver el conflicto como algo **dado**, como **una cosa fija del destino** y explicarlo diciendo, "Simplemente, no podemos llevarnos bien. Somos incompatibles. Nunca nos entenderemos. Eso es todo." Entonces mi modelo de vida será el evitar la amenaza y marchar por mi propio camino, salvo, seguro y bien defendido.
2. Puedo ver el conflicto como **aplastante**. "Si chocamos, seré juzgado, seré rechazado y nuestra amistad terminará." Y entonces mi modelo de vida será desempeñar el papel de bueno, que cede rápidamente para que las cosas sigan bien.
3. Puedo ver el conflicto como un **asunto inevitable de verdad y error**. "Defender mi verdad y mostrar el error suyo se lo debo a usted, lo debo a mí, a otros, a Dios." Y entonces mi vida será rígida, tal vez perfeccionista y criticadora.
4. Puedo ver el conflicto como **una diferencia mutua** que debe resolverse encontrándonos a mitad del camino. "Yo haré una parte del camino, usted también. Cooperemos, avengámonos o pensemos juntos de alguna manera." Entonces mi modelo de vida será un estilo de mediación, de encontrarnos en el centro, de una cooperación mutua.

5. Puedo llegar a ver el conflicto ***como natural y normal, neutral***. Podré, entonces, ser capaz de ver las dificultades que experimentamos como tensiones en las relaciones y diferencias honestas en la perspectiva, que pueden resolverse amándonos mutuamente y enfrentando cada uno al otro con la verdad expresada en amor.

Veamos las cinco alternativas de ver el conflicto con ciertas frases:

1. Lo pescaré – Es la posición de yo gano usted pierde; porque yo estoy en lo correcto, usted está equivocado. Se invierte mucha fuerza y poco amor. Se da mayor importancia al propósito que a la relación.
2. Saldré de la sociedad – Es la posición “me siento incómodo, de modo que me retiraré”, asumida ante el conflicto. Los conflictos son irremediables no se pueden cambiar a las personas, o las pasamos por alto, o nos retiramos. En esta posición de perder-perder todos pierden. No se arriesga fuerza, no hay amor que confía. Hay que salir de cualquier modo porque no hay otra salida.
3. Cederé – Es la posición “cederé para portarme bien, porque necesito su amistad”. Se ven las diferencias como desastrosas. Si salen a la luz alguna cosa mala puede suceder. Es mucho mejor portarse bien, someterse, aceptar las exigencias del otro, y seguir siendo amigos. Venimos a ser tensos y rígidos por dentro y más generosos y sumisos por fuera.
4. Le encontraré a mitad de camino – Es la posición “yo tengo solo la mitad de la verdad y necesito su mitad”. Estar dispuesto a ceder un poco conducirá a logro de una solución que será satisfactoria para todos. Sacrificar parcialmente nuestros puntos de vista puede no resultar. Existe el riesgo de la mitad de mi verdad y la mitad de la suya no nos dé toda la verdad y nada más que la verdad. Podremos tener dos semiverdades. O la combinación puede resultar en una total falsedad. Debemos amar lo suficiente como para forcejear con la verdad, podemos probar, volver a probar, refinar y , tal vez, hallar más de ella al trabajar seriamente en el asunto.
5. Amo lo suficiente como para enfrentar – Es la posición “quiero la relación pero también quiero integridad, honestidad”. Se ve el conflicto como neutral (ni bueno ni malo) y natural (que no debe ser evitado ni puesto en cortocircuito). Es de lo más útil resolver las diferencias dando mensajes claros de “amo” y “quiero”, que a la vez amen y enfrenten. Esto es comunicación interpersonal en su mejor expresión. Amando – quiero permanecer en una relación respetuosa con usted – y enfrentando – quiero que usted sepa cuál es mi posición y qué estoy sintiendo, necesitando, valorando y queriendo.

Amando y Enfrentando

Amando	Enfrentando
Me importa nuestra relación	Tengo sentimientos profundos sobre el asunto que está en juego
Quiero escuchar su punto de vista	Quiero expresar el mío claramente
Quiero respetar sus percepciones	Quiero respeto para las mías
Confío en que usted es capaz de vérselas con mis sentimientos honestos	Quiero que usted me confíe los suyos
Prometo continuar con la discusión hasta que hayamos llegado a un entendimiento	Quiero que siga trabajando conmigo hasta que hayamos logrado un nuevo entendimiento
No engañaré, presionaré, manipularé ni distorsionaré las diferencias	Quiero su opinión sin presión, clara, honesta, respecto a nuestras diferencias
Concedo a usted mi respeto honesto, amoroso	Quiero su respuesta de amor y enfrentamiento

Es evidente que ante unas diferencias debemos tratar con el medio más eficaz que es:

1. Amar y enfrentar. Si esto no es eficaz para suscitar un esfuerzo conjunto para alcanzar una solución satisfactoria, entonces;
2. Es aconsejable moverse hacia una posición de cooperación – avenimiento. Se espera que esta sea una solución temporal que abrirá la oportunidad de avanzar hacia un amor y un candor acrecentados. Si esto falla;
3. Es sabio moverse hacia una posición de ceder para mantener la relación. No como una condición final, sino como una dedicación temporal a crear relación de modo que pueda continuarse con conversaciones y negociaciones más eficaces. Solo si esto es rechazado es prudente moverse a;
4. Una posición de ganar-perder de afirmar metas aun al precio de sacrificar relaciones. Aun al tomar esta posición dogmática debe haber la esperanza de poder aclarar la situación lo suficiente como para retornar a una relación igualmente afirmativa y dogmática. Si todo esto resulta ineficaz, la última alternativa;
5. Es un movimiento abandono- y – pierdo de retirada. Lamentablemente una respeta el derecho del otro a rehusar, rechazar o retirarse para un período de crecimiento y descubrimiento separados. Se espera que con esto el conflicto se alivie. Pero la historia no ha llegado a su fin.

La habilidad para responder de variadas maneras, y la flexibilidad para dar la respuesta que corresponda a la forma que esté tomando el conflicto son habilidades cruciales que vamos aprendiendo con el paso de los años.

Un análisis de la forma de enfrentamiento de Jesús de Nazaret.

Veremos con sorpresa que Jesús utilizó relaciones enfrentadoras, amorosas y creativas para sus metas de compasión redentora.

Cuando los poco amistosos paisanos de su ciudad natal en Nazaret rechazaron su mensaje de enfrentamiento en amor, él escogió retirarse (no era el tiempo – Lucas 4:14-30).

El cortó la conversación y el debate con los fariseos cuando llegó al punto de un claro rechazamiento (Juan 11:45-57).

Jesús tuvo la libertad también para actuar de un modo “yo gano – usted – pierde” cuando este era el camino para un más claro entendimiento.

El enfrentó a los vendedores ambulantes y buscavidas en el templo en términos de ganar-perder (Marcos 11:11-19).

Es interesante leer las declaraciones a los dirigentes judíos en Mateo 23, pronunciadas después que ellos habían determinado y hecho arreglos para su muerte.

En su prendimiento, durante su interrogatorio, a través de su juicio, en su injusto castigo, y aun durante su ejecución Jesús eligió someterse a la ira de otros, absorberla y responder con la palabra de perdón, gracia y aceptación.

Pero nadie ha amado – y enfrentado – con mayor eficacia o más sencilla claridad que Jesús. A los que querían ejecutar a una adúltera acusada, Jesús les escuchó, esperando oír su persistente interrogatorio para registrar en la arena todas sus acusaciones. *Amando*. Entonces dijo: “Aquel de ustedes que no tenga pecado, que le tire la primera piedra.” *Enfrentamiento*.

A la mujer le dijo: “Mujer, ¿dónde están? ¿Ninguno te ha condenado? *Amor cálido, comprensivo*. “Vete, y no vuelvas a pecar.” *Enfrentamiento claro, inequívoco*. (Juan 8:7, 10, 11).

Al rico, vanidoso y consentido joven gobernante, Jesús le enfrentó: “Anda, vende todo lo que tienes y dáselo a los pobres..y luego ven y sígueme.” Suficientemente claro (Marcos 10:21).

A Nicodemo (Juan 3), a la proscrita mujer de una minoría junto a un pozo de agua (Juan 4), al Gobernante de Capernaum cuyo hijo estaba a punto de morir (Juan 4) Jesús les amó y les enfrentó. Él habló la verdad en amor. Él era verdad, Él era amor.

En su carta a los creyentes en Efeso, Pablo describió la naturaleza de la madurez cristiana como ejemplificada en la propia integración de verdad y amor en Jesús:

“Hasta que todos lleguemos a estar unidos en la fe y el conocimiento del Hijo de Dios. De ese modo alcanzaremos la madurez y el desarrollo que corresponden a la estatura perfecta de Cristo...Hablando la verdad en un espíritu de amor, debemos crecer en todo hacia Cristo (Efesios 4:13-15)

Juan sintetizó la presencia de Dios entre nosotros en Jesús con las siguientes palabras:

“Aquel que es la Palabra se hizo hombre y vivió entre nosotros, lleno de amor y verdad. Y hemos visto su gloria” (Juan 1:14).

La verdad con amor trae sanidad.

La verdad dicha en amor nos hace capaces de crecer.

La verdad en amor produce un cambio.

Verdad y amor son los dos ingredientes necesarios para cualquier relación íntegra. Amor – porque todas las relaciones positivas comienzan con amistad, aprecio, respeto. Y verdad – porque ninguna relación de confianza puede crecer y perdurar de la deshonestidad, el engaño, la traición; solo surge del elemento sólido de la integridad.

“Enfrentamiento más amor trae crecimiento así como juicio más gracia trae salvación”, dice Howard Clinebell, un conocido consejero pastoral.

Estos son los dos brazos de una relación genuina: Enfrentamiento con verdad; afirmación con amor.

Yo crezco más rápidamente cuando estoy sostenido por el brazo del respeto amoroso, luego enfrentado por el brazo de clara honestidad. El enfrentamiento y el amor estimulan el crecimiento.

Es así como Dios se relaciona con nosotros. Cuando hablamos de la relación de Dios con el ser humano hemos usado históricamente otras palabras.

El juicio y la gracia conducen a la salvación.

El juicio de Dios – honestidad radical acerca de la verdad – nos enfrenta con las demandas de una madurez disciplinada.

La gracia de Dios – amor inmerecido- se extiende para aceptarnos y afirmarnos cuando nosotros mismos sabemos que somos inaceptables.

El juicio corta, aun mata. Si Dios nos tratara solo en juicio, ¿quién podría permanecer en pie? Si Dios nos alcanzara solamente en amor, sería una gracia barata, sin integridad. Mera permisividad divina. "Todo es aceptable" para el cielo. ¡ De ninguna manera ¡

Juicio mezclado con gracia.

Enfrentamiento combinado con amor.

Verdad hablada en amor.

Honestidad, verdad, confianza y amor. Todas estas se entrelazan y entretajan en las declaraciones bíblicas sobre relaciones.

Amense sinceramente unos a otros..Vivan en armonía unos con otros (Romanos 12:9, 16).

Tener amor es saber soportar, es ser bondadoso; es no tener envidia, ni ser presumido, ni orgulloso, ni grosero, ni egoísta; es no enojarse ni guardar rencor; es no alegrarse de las injusticias, sino de la verdad. Tener amor es sufrirlo todo, creerlo todo, esperarlo todo, soportarlo todo (1 Corintios 13:4-7)

Toda la ley se resume en este solo mandato: "Ama a tu prójimo como a ti mismo." Tengan cuidado, porque si ustedes se muerden y se comen unos a otros, llegarán a destruirse entre ustedes mismos" (Gálatas 5:14-15).

"Más bien, hablando la verdad en un espíritu de amor, debemos crecer en todo hacia Cristo..Y por Cristo el cuerpo entero se ajusta y se liga bien mediante la unión entre sí de todas sus partes; y cuando cada parte funciona bien, todo va creciendo y desarrollándose en amor (Efesios 4:15-16).

Piense en un conflicto que haya tenido o que tiene con una persona. Piense que tiene esa persona de frente. Por favor, mientras extiende su mano izquierda sobre su hombro, ensaye decirle lo siguiente: "Lo amo, quiero respetarle, quiero su respeto." Alterne extendiendo su mano derecha para decir: "Pero quiero que sepa lo que siento. Quiero decirle donde estoy. Tengo esta meta para nuestra relación." Piense cual de las dos manos es más difícil. En cual de las dos manos tiene menos práctica. Persista hasta que sentimientos de amor y declaraciones de metas lleguen a ser claros.

Lea y reflexione en las siguientes palabras relacionadas a saber escuchar y a comunicarnos con claridad:

Quiero escucharle, ver lo que usted ve, sentir lo que usted siente.

Quiero que usted me escuche. Oígame como yo le oigo a usted. Escúcheme como le estoy escuchando.

De modo que hablaré con sencillez, con palabras claras que serán ventanas que le dejarán ver bien adentro, donde yo vivo, río y lloro.

Lea y reflexione en las siguientes palabras relacionadas con el reconocimiento de nuestro enojo y las dos caras que mostramos:

¡No estoy enojado!
(Solo estoy preocupado)

¿Ve? ¡Usted me hizo enojari
(Toda la culpa es suya)

¡Yo no me enojoi
(Solo me siento herido)

¿Ve? ¡Usted me enfurecei
(Es usted quien está equivocado)

Los mensajes en primera persona son honestos, claros y confesionales

Mensajes en primera persona	Mensajes en segunda persona
Yo estoy enojado	Usted me hace enojar
Yo me siento rechazado	Usted me está juzgando y rechazando
No me gusta la pared que nos separa	Está levantando una pared entre nosotros
No me gusta culpar o ser culpado	Me está echando toda la culpa
Yo quiero ser libre para decir sí o no	Está tratando de controlar mi vida
Yo quiero nuevamente una amistad respetuosa con usted	Tiene que respetarme o no es mi amigo

Lea y reflexione en las siguiente palabras relacionadas al enfrentamiento que invita a un cambio

Difiero de usted.
(Diferir no es rechazar)

Estoy en desacuerdo con usted.
(Estar en desacuerdo no es atacar)

Le enfrentaré a usted.
(Enfrentar es complementar)

Invitaré al cambio.
(Cambiar es crecer)

Lea y reflexione en las siguientes palabras relacionadas a otorgar confianza, en una aventura de fe

Para que confien en usted, confie.

Si espera hasta que la confianza sea merecida, espera para siempre.

Confíe ahora.

Alguien está esperando para retribuir la confianza.

Lea las dos columnas de Confianza y desconfianza

Desconfianza	Confianza
Continuamente evaluando a otros	Evitando todos los juicios sobre valores de personas y personalidades
Dirigiendo Declaraciones criticadoras a personas y personalidades	Objetando Conductas específicas, no a los autores
Intentando Controlar las acciones, palabras, expresiones de sentimientos del otro	Respetando La libertad de pensar, sentir, elegir
Utilizando Estrategias para obtener los resultados deseados, manipulaciones o amenazas	Haciendo Declaraciones sencillas, honestas y pedidos claros y específicos
Actuando Neutral cuando los sentimientos se ponen tensos	Estando Dispuesto a dar de sí mismo cuando hay riesgo
Actuando Distante o superior cuando otro se siente débil o herido	Estando Vulnerable como igual entre iguales
Demandando De otros promesas absolutas y férreas ganancias	Permitiendo Lugar para elecciones, respuestas y acciones espontáneas
Aseverando Dogmáticamente sus opiniones y puntos de vista como correctos y siempre correctos	Dando Declaraciones tentativas, abiertas a los sentimientos de otros