

Límites

Para muchos creyentes, decir “no” no parece cristiano. Después de todo Cristo dijo, *“Al que te pida, dale; y al que quiera tomar de ti prestado, no se lo rehúses.”* (Mateo 5:42) Sin embargo, muchos cristianos han aplicado mal este versículo y han habilitado la dependencia, abusado de la bondad de otros, tomado responsabilidades que no pueden cumplir, y sentido amargura hacia el ministerio.

La ley del amor es un entendimiento mayor que acuna la importante instrucción de Cristo - el amor verdadero es voluntario. Esto es, que amamos mejor cuando amamos desde nuestros límites. Considera a Jesús: Su expresión de amor en la cruz fue hecha realidad porque dio de Sí mismo. No fue coaccionado *“Nadie me la quita, sino que yo de mí mismo la pongo. Tengo poder para ponerla, y tengo poder para volverla a tomar.”* (Juan 10:18) Cuando podemos decir “no,” pero voluntariamente decimos “sí” porque queremos decir que “sí”, exhibimos el amor en el sentido más verdadero.

Dios nos creó con límites. Nuestros cuerpos físicos separan lo que somos y lo que no somos. Este es un límite. De manera similar, es importante tener un entendimiento apropiado de nuestros límites emocionales, espirituales y mentales. Es nuestro deber ser buenos administradores de nuestros límites. No amamos bien con límites rígidos. Los límites que son impenetrables excluyen a otros y por lo tanto, dificultan el amar a otros. Los límites que son fáciles de penetrar permiten que otros se aprovechen de nosotros. Continuamente se toma de nosotros sin darnos la oportunidad de dar voluntariamente. Nos podemos convertir en *“los que quieren agradar a los hombres”* (Colosenses 3:22) al encontrar nuestro valor en lo que le ofrecemos a alguien más en vez de encontrar nuestro valor en la plenitud encontrada en Cristo (Colosenses 2:10).

El primer paso para establecer límites sanos es CONOCERSE A SÍ MISMO. Los límites se confunden cuando nuestra perspectiva de nosotros mismo está sujeta al flujo de nuestras opiniones y las de los demás. Debemos estar establecidos en la perspectiva completa que Dios tiene de nosotros para poder mantener límites saludables.

El segundo paso para vivir con límites sanos es tener RESPETO. Así como los límites de propiedad deben ser respetados, necesitamos respetar nuestros propios límites y los de otros. Es valioso reconocer lo que podemos y no podemos controlar; enfocarse en lo que cada uno tiene la habilidad de controlar. Cuando respetamos los límites de otros, recibimos un “no” de ellos mucho más fácilmente.

El cuarto paso para los límites sanos es usar DISCERNIMIENTO. El discernimiento apropiado nos ayuda a decir “no.” Entendemos la diferencia entre decepcionar y lastimar a otra persona. Vemos que nuestra decisión afectará a otros, pero no podemos apropiarnos o hacernos responsables de sus reacciones. Puede que a veces nuestro “no” decepcione o enoje a otros, pero no debe dañar a nadie.

Finalmente, es importante ser PROACTIVOS con los límites saludables. Una persona proactiva no es floja. Uno no piensa que es la “víctima.” Cada vez que le decimos que “sí” a algo, le decimos “no” a algo más. Ser proactivo en aquello a lo que le decimos “no.” Cada “no” nos da otra oportunidad para un “sí.” Es en este “sí” que amamos y amamos en el sentido verdadero- voluntariamente.

SI

ENTONCES

Te conoces a ti mismo...



- Encontrarás tu valor en la perspectiva que Dios tiene de ti.
- Entenderás la perspectiva que Dios tiene de otros.
- La opinión que otros tienen de ti no te afectará.
- Tu perspectiva de ti mismo será definida por la perspectiva que Dios tiene de ti.

Te responsabilizas...



- Cosecharás lo que siembres.
- No cosecharás lo que alguien más sembró.
- Las consecuencias serán un maestro.
- Serás responsable hacia otros, pero no por otros.

Tienes respeto...



- Entenderás que no puedes controlar a otros.
- Controlarás lo que está dentro de tus límites.
- No te ofenderás fácilmente cuando te digan “no.”
- Protegerás los límites de otros.
- Amarás mejor a otros, desde tus límites.

Usas tu discernimiento...



- Detectarás cuando violas los límites cuando respondas desde tu temor, culpabilidad, deseo de aprobación, o venganza.
- Verás que es probable que tus límites causen “dolor” a otros pero no dañarán.
- No te sentirás responsable por las acciones de otros.
- Entenderás que el “no” no es

Eres proactivo...



- No serás flojo
- No te victimizarás
- Establecerás límites proactivos.
- Tus límites intervendrán por ti.
- Tu “no” permitirá un mejor “sí”

APLICACIÓN:

SI _____ ocurre, entonces yo _____

Yo _____, para que _____ tome lugar.

