

REVISTA

Familia

ESPERANZA #2025



DIOS NO TIENE
FAMILIAS DE
SEGUNDA
CATEGORÍA



LOS DESAFÍOS DE LAS FAMILIAS CONTEMPORÁNEAS

Imágenes: Midjourney

LA FAMILIA ACTUAL
Y SUS DESAFÍOS

HIJOS DEL
DIVORCIO

ABUELOS Y
PADRES A LA VEZ:
REDEFINIENDO ROLES

FAMILIAS
MONOPARENTALES

MANUAL DE INSTRUCCIONES



Pr. Stanley Arco, presidente de la Iglesia Adventista del Séptimo Día en ocho países de Sudamérica

a familia se caracterizó, a lo largo del tiempo, por presentar diversas variantes. En la actualidad, podemos observar familias que se presentan como reconstituidas, compuestas, monoparentales, homoafectivas, interculturales y, también, nucleares, entre otras.

Frente a esta situación, se ha hecho cada vez más difícil educar a los hijos según el modelo bíblico. Dios ofrece orientaciones específicas para construir una familia feliz.

En Génesis 1:27-28 vemos que fuimos creados con las siguientes características:

1. **A imagen de Dios**, con la capacidad de interactuar con él y de representarlo como agentes morales racionales y libres.
2. **Hombre y mujer**. Esta realidad nos habla de la naturaleza complementaria de los dos diferentes sexos.
3. **Bendecidos por Dios** para transformar al ser humano en representante del Creador, en el papel de mayordomo.
4. **Para propagar y perpetuar la especie**. El plan de Dios fue crear un pueblo a partir de una familia.

En el día a día. La familia enfrenta desafíos que exigen respeto mutuo, amor, comprensión, diálogo y oración. Por esta razón, quiero compartir contigo algunas recomendaciones:

1. **Respetar las diferencias**. Normalmente, buscamos personas que nos completen. Nuestros hijos son increíblemente diferentes entre sí. Tratarlos a todos de la misma manera generará conflictos. Es importante invertir en afecto y atención.
2. **Enseña el respeto mutuo**. Nacemos dependientes, pero también individualistas. Es necesario educar a nuestros hijos para que piensen en los demás y mantengan lazos familiares. El respeto que se demuestra en la relación entre padres e hijos es imprescindible.
3. **Aborda asuntos difíciles**. Temas como sexualidad, abuso, acoso escolar y autoestima deben tratarse con informaciones correctas y cristianas, y deben dialogarse de manera respetuosa.

4. **Usa internet y las redes sociales apropiadamente**. Es necesario establecer límites dentro y fuera de la casa. Asimismo, para los cónyuges, es crucial ser transparentes con los hijos. Además, es necesario el equilibrio para que los hijos tengan tiempo para los estudios, la recreación, los deportes y la interacción indispensables, y para fortalecer la familia.
5. **Enseña sobre el uso inteligente del dinero**. Es indispensable planificar, ahorrar e invertir conscientemente. Los hijos deben involucrarse en pequeñas acciones para recibir una paga y aprender a administrar el dinero. En primer lugar, deben aprender la importancia de devolver el diezmo a Dios y de establecer un porcentaje de ofrenda proporcional a las bendiciones recibidas.
6. **Pasen tiempo de calidad juntos**. Los cónyuges necesitan tiempo para dialogar, salir y disfrutar de la compañía del otro y de la familia. Los hijos, a menudo, pasan poco tiempo con los padres y sienten intensamente la soledad.
7. **Fortalece la vida espiritual**. El culto familiar diario, las oraciones, el estudio de la Biblia, la lección de la Escuela Sabática, la participación en la iglesia y en grupos pequeños, e involucrarse en estudios bíblicos, son actividades esenciales para mantener los valores espirituales.

Solo el plan del Creador generará felicidad hoy, mañana y por la eternidad. Por eso, mi recomendación es seguir el consejo de Dios: "Ahora, pues, reverencien al Señor. Sírvanlo con integridad y en verdad. [...] **Yo y mi casa serviremos al Señor**" (Jos. 24:14, 15).

Que él te bendiga a ti y a tu familia. ¡Nos dirigimos hacia el Cielo para pasar la eternidad con nuestro Creador! ■



Iglesia Adventista
del Séptimo Día

Yo voy con mi familia

FAMILIA ESPERANZA
REVISTA DEL MINISTERIO DE LA FAMILIA DE LA IGLESIA ADVENTISTA
DEL SÉPTIMO DÍA

COORDINACIÓN GENERAL: ALACY BARBOSA
EDITOR: FELIPE LEMOS
EDITOR ASOCIADO: JEFERSON PARADELLO
SECRETARIA: CRISTINA BARBOSA

COLABORADORES:
MARCELO CARVALHO - UCB
LEVINO SANTOS - UCOB
CLAUDINEY SANTOS - USEB
FABIANA RATAMERO - UNB
LUCIANO SALVIANO - UNEB
ELIESER VARGAS - USB
JOSÉ WILSON BARBOSA - UIB
ABDOBAL SILVA - UNOB

FOTO DE TAPA: MIDJOURNEY
FOTOS DEL INTERIOR: MIDJOURNEY, ADOBE STOCK, FREEPIK,
SHUTTERSTOCK
DISEÑO: MARIANE BARONI C. IAUCCI, GIANNINA OSORIO
DIRECTOR ED. EN ESPAÑOL: GERMÁN CORREA

LIBRO DE EDICIÓN ARGENTINA
IMPRESO EN LA ARGENTINA - PRINTED IN ARGENTINA

PRIMERA EDICIÓN
MMXXIV - 7,942M

© 2024 DIVISIÓN SUDAMERICANA. © 2024 ASOCIACIÓN CASA
EDITORIA SUDAMERICANA.
QUEDA HECHO EL DEPÓSITO QUE MARCA LA LEY 11.723.

ISBN 978-631-305-141-0

BARBOSA, ALACY
FAMILIA ESPERANZA: LOS DESAFÍOS DE LAS FAMILIAS CON-
TEMPORÁNEAS / ALACY BARBOSA / COORDINACIÓN GENERAL
DE ALACY BARBOSA / DIRECTOR GERMÁN CORREA. - 1ª ED. -
FLORIDA: ASOCIACIÓN CASA EDITORA SUDAMERICANA, 2024.
28 P. ; 27 X 20 CM.

ISBN 978-631-305-141-0

1. VIDA CRISTIANA. I. BARBOSA, ALACY, COORD. II. CORREA,
GERMÁN, DIR. III. TÍTULO.
CDD 230

SE TERMINÓ DE IMPRIMIR EL 20 DE DICIEMBRE DE 2024 EN
TALLERES PROPIOS (GRAL. JOSÉ DE SAN MARTÍN 4555, B1604CDG
FLORIDA OESTE, BUENOS AIRES).

PROHIBIDA LA REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL DE ESTA
PUBLICACIÓN (TEXTO, IMÁGENES Y DISEÑO), SU MANIPULACIÓN IN-
FORMÁTICA Y TRANSMISIÓN YA SEA ELECTRÓNICA, MECÁNICA, POR
FOTOCOPIA U OTROS MEDIOS, SIN PERMISO PREVIO DEL EDITOR.

-115519-

ÍNDICE

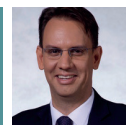
AÑO 14, N° 13
#2025

- 05 DESAFÍOS DE LA FAMILIA CONTEMPORÁNEA
- 06 ¿QUÉ DEBO SABER ANTES DE FORMAR UNA FAMILIA RECONSTITUÍDA?
- 09 VOLVER A EMPEZAR DESPUÉS DEL DIVORCIO
- 12 FAMILIA VERSUS TRABAJO: EQUILIBRIO NECESARIO
- 16 CÓMO EL DIVORCIO IMPACTA LA VIDA DE LOS HIJOS A LARGO PLAZO
- 19 ¿Y SI NO SOMOS FELICES PARA SIEMPRE?
- 22 ¿QUÉ HACER CUANDO ME CONVIERTO EN PADRE O MADRE DE MIS NIETOS?
- 24 LA FAMILIA EN EL PLAN DIVINO
- 26 DIOS NO TIENE FAMILIAS DE SEGUNDA CATEGORÍA

 Siguenos en X
@MinistFamilia

www.adventistas.org/familia

TIEMPO DE RESTAURACIÓN



Felipe Lemos es asesor de Comunicación de la Iglesia Adventista del Séptimo Día en ocho países de Sudamérica y editor de la Revista *Familia Esperanza*, edición de la CPB.

El salmista registró algo extremadamente sencillo de entender, pero profundo en su significado. Él dijo: “Dios, ¡restáuranos! ¡Haz resplandecer tu rostro y seremos salvos!” (Sal. 80:3).

La palabra clave de este texto es **restauración**. Restaurar implica rehacer o recrear, de alguna manera, aquello que alguna vez fue ideal, aceptable o esperado. Restaurar algo lleva consigo la idea de que puede existir un problema, una dificultad, una frustración, pero, al mismo tiempo, existe esperanza y solución.

Los artículos incluidos en esta edición presentan diferentes tipos de familias que necesitan ser restauradas por el poder de Dios. Al hablar de las familias, debemos recordar que el modelo de padre, madre e hijos no refleja la realidad de todas las personas. Existen hijos sin padres, padres sin hijos, abuelos que cuidan de sus nietos, en fin, diversas formas de organización familiar que merecen una restauración espiritual divina.

No es el momento de comparar si una familia es más estructurada que otra, o si algunas personas se encuentran en un nivel espiritual superior o inferior a otras por la familia que poseen. Este tipo de actitud solo causa más daño y no contribuye a la restauración plena de hombres y mujeres para que sean pilares de familias que honran el nombre del Señor.

Orientación segura

Hemos tomado el tiempo necesario para pensar en el contenido de esta revista, para que pueda proporcionar una orientación segura sobre los diferentes perfiles de familias. Como resultado, diversos especialistas produjeron reflexiones y orientaciones que pueden ayudar a divorciados, familias monoparentales y abuelos que necesitan criar a sus nietos como si fueran hijos, entre otras situaciones que se viven en la sociedad actual.

Como siempre, el material que llega hasta ti es producto del respeto por los preceptos científicos y de un sólido fundamento bíblico. No tendremos éxito como familias si nos alejamos de los principios establecidos por Dios en la Sagrada Biblia. La lucha contra las adversidades será muy diferente si acudimos a Dios como el gran Restaurador, incluso cuando la realidad sea extremadamente dura.

Los adultos, los ancianos, los niños, los adolescentes y los jóvenes necesitan entender que la familia es fundamental, aún más en una época de tanta relativización y distorsión de los valores espirituales, incluso dentro de las iglesias. Las ideas que se comparten en las siguientes páginas son una invitación a adoptar una actitud seria respecto a este tema.

¡Que las palabras de cada texto lleguen a tu mente como mensajes de Dios para restaurar relaciones y familias! ■





Freepik

DESAFÍOS DE LA FAMILIA CONTEMPORÁNEA

Alacy Barbosa

Todos somos testigos de los innumerables desafíos que presenta la vida contemporánea. Si estos no se gestionan adecuadamente, pueden afectar la armonía y la salud de la familia. A continuación, descubrirás cinco de estos factores y cómo pueden impactar negativamente la vida familiar si no se supervisan con cuidado.

1. Tecnología y medios de comunicación

La tecnología es un arma de doble filo. Aunque favorece la comunicación y ofrece entretenimiento, su uso excesivo puede crear barreras dentro de la familia. El tiempo dedicado al uso de dispositivos electrónicos a menudo sustituye momentos de interacción familiar significativa, como los cultos familiares y las conversaciones personales.

2. Presión por los resultados

La presión por alcanzar el éxito profesional o académico puede conducir a muchas horas de trabajo y poco tiempo para la familia. En un contexto adventista, en el que el sábado se guarda como día de descanso y adoración, es crucial que los padres aprendan a equilibrar sus responsabilidades profesionales con sus obligaciones familiares y espirituales para proporcionar momentos valiosos en el desarrollo y la educación espiritual de sus hijos.

3. Materialismo y consumismo

El materialismo puede crear un ambiente en el que se valoren más las posesiones que las personas, lo que conducirá a conflictos y tensiones en el hogar. Es vital cultivar una perspectiva que valore más las relaciones humanas y el crecimiento espiritual, y que promueva la simplicidad y la satisfacción.

4. Relativismo moral

El relativismo moral, que propone que no existen verdades absolutas y que cada uno puede determinar lo que es verdad o error, está cada vez más presente en la sociedad. Este concepto puede socavar los valores cristianos/adventistas, que se basan en verdades absolutas de la Biblia. Para confirmar la verdad absoluta de la Biblia en el corazón, la mente y el carácter, especialmente en el de los hijos, es esencial enseñar y vivir de forma coherente.

5. Influencias seculares


La sociedad contemporánea está repleta de influencias que pueden contradecir los valores cristianos/adventistas. Los medios de comunicación populares, las ideologías y los estilos de vida que no se alinean con las enseñanzas bíblicas pueden penetrar en el hogar y desviar a sus miembros de los principios basados en la Biblia. Es crucial que las familias filtren cuidadosamente las influencias externas y se esfuercen por crear un ambiente doméstico que refleje los valores bíblicos.

Conclusión

Mantener una familia saludable en la sociedad actual requiere intencionalidad y compromiso con Dios. Por eso, las familias adventistas deben buscar la orientación divina para aplicar los principios bíblicos en su día a día. Como nos enseña la Biblia en Josué 24:15, “Elijan hoy a quien servir [...]; yo y mi casa serviremos al Señor”. ■



Alacy Mendes Barbosa es pastor, educador y director del Ministerio de la Familia y del Ministerio Adventista de las Posibilidades de la Iglesia Adventista del Séptimo Día en ocho países de Sudamérica.



¿QUÉ DEBO SABER ANTES DE FORMAR UNA FAMILIA RECONSTITUIDA?

Arnulfo Chico Robles

En la consulta, Susana y Rodrigo estaban claramente insatisfechos e irritados el uno con el otro. Habían acudido a mí como el último recurso para salvar su matrimonio. El esposo se quejaba de que ella era una mujer mala, con un corazón de piedra, y que estaba en contra de que los hijos del primer matrimonio de él vinieran a vivir con ellos, ya que la exesposa residía en Japón.

Este es el tipo de familia que se conoce como “reconstituida”. En ella, uno o ambos padres provienen de una relación previa, con hijos de esa relación, y forman una nueva unidad familiar. Es posible que en el nuevo matrimonio tengan otros hijos y, en ese caso, se refieran a ellos como “los míos, los tuyos y los nuestros”. Cristo también fue parte de una familia reconstituida. Su madre, María, se casó con José, quien ya tenía hijos de su matrimonio anterior. El niño experimentó las complicaciones de convivir con sus medio hermanos.

CONSEJOS PARA TENER EN CUENTA ANTES DE FORMAR UNA FAMILIA RECONSTITUIDA

A partir de mi experiencia profesional como terapeuta familiar, principalmente en el trabajo con matrimonios reconstituidos con graves problemas, quisiera compartir contigo cinco consejos:

1 Busca asesoramiento prematrimonial

Cuando hablamos de matrimonios fracasados, en realidad deberíamos hablar de noviazgos fracasados. Las parejas que buscan formar una familia reconstituida rara vez buscan asesoramiento prematrimonial. Hay estudios que indican que el 50 % de las personas que se casan se arrepienten durante el primer año de matrimonio. Ya es complicado tratar con parejas que no han tenido una relación anterior. Imagina la complejidad de un matrimonio en el que una o ambas partes tienen hijos. Esta es la paradoja de la vida: quienes más necesitan de asesoramiento prematrimonial, o sea, quienes van a formar una familia reconstituida, no consideran esa opción y confían en que su experiencia será su guía y consejera fiel. Por otro lado, estas familias suelen recurrir a la orientación solo cuando ya están enfrentando problemas complejos.

2 Tengan un noviazgo de tres y no solamente de dos

Ruth venía de un compromiso anterior y tenía un hijo pequeño como resultado de esa relación. Su expareja le fue infiel y, al final, se comprometió con otra persona. Tres años después, Ruth conoció a Eduardo, con quien comenzó a involucrarse románticamente. En sus paseos, cenas

románticas y encuentros para conversar, eran solamente ellos dos, sin el hijo de Ruth. Cuando el noviazgo alcanzó cierta madurez y consideraron la posibilidad de casarse, ambos pensaron en salir no solo de a dos, sino de a tres, es decir, incluir al hijo de ella. Esa fue la propuesta de Ruth y Eduardo la aceptó. Es importante no solo comunicar a los niños sobre este nuevo proyecto de vida, sino también buscar ocasiones para que ellos tengan la oportunidad de conocer a la nueva pareja. Recuerda que los niños tienen una especie de radar para estudiar al nuevo compañero. Es inevitable preguntarles: “¿Qué opinas de Eduardo?” El niño puede responder: “Creo que es una buena persona, me agrada”. Sin embargo, también podría decir: “No me gusta, es muy arrogante”. Si la respuesta del niño se parece más a esta última, mi consejo es quitar el pie del acelerador y disminuir un poco la velocidad.

3 Sana emocionalmente antes de casarte

He observado con mucha preocupación la formación de nuevos matrimonios sin que se espere un tiempo razonable, ya sea luego de enviudar o luego de un divorcio. La pérdida de un cónyuge, sea por la razón que sea, es devastadora y dolorosa. Cuando alguien que pasó por esa experiencia busca rápidamente un nuevo par, las personas dicen cosas como “Parece que él no puede vivir sin una mujer” o “Parece que ella no puede vivir sin un hombre”. Detrás de estas duras frases, lo que se quiere decir es que

Adelhe Stock - 214959036



estas personas están buscando un compañero para resolver el problema del apetito sexual. Tal vez esto sea verdad, y esa es la impresión que dan. El matrimonio no se trata solo sobre sexo. Es mucho más que eso. Luego de la muerte de un cónyuge o después de un divorcio es necesario pasar por el proceso del duelo hasta llegar a la etapa de aceptación. Esto no puede superarse en tres o seis meses; se necesita más tiempo. No se trata de llenar un vacío, curar una herida o superar el dolor con una nueva relación. Alguien me dijo una vez: “Necesito un compañero para ser feliz”. Entrar en un nuevo matrimonio con ese pensamiento es destinarlo al fracaso. La regla es “Debo ser feliz para casarme y no casarme para ser feliz”.

4 **Entiende que formarás una familia reconstituida y no una familia nuclear**

Si ambas partes de una pareja o una de ellas viene de una relación anterior, y los hijos vivirán con la expareja, no se constituirá un matrimonio o una familia nuclear. Al pensar o creer que esto sucederá, se correrá el riesgo de sufrir una gran decepción. Entrar al matrimonio pensando de esta forma será un gran error. Este fue el problema de Susana. Cuando ella conoció a Rodrigo, los hijos de él vivían con la madre de ellos, y Susana pensó que siempre sería así y que formarían un nuevo matrimonio solos. Su decepción y frustración aparecieron cuando los hijos de Rodrigo llegaron a vivir con ellos. Ella no estaba preparada para este nuevo escenario. Como alguien dijo una vez, “ella no nació para este tipo de matrimonio”. Los hijos de Rodrigo sintieron el rechazo de la nueva compañera y esto generó discusiones permanentes. Rodrigo estaba en el medio de la situación y, cuando defendía a sus hijos, empeoraba la relación con Susana. Al formar un matrimonio reconstituido no se pertenece a una única familia, sino que se forma parte de dos o tres familias que están unidas por los hijos, ya que no existe divorcio de la relación parental.

5 **Busca la dirección de Dios**

Deben considerar a Dios en sus planes, especialmente en la elección de un cónyuge. En la Biblia, Isaac es un ejemplo de cómo buscar la ayuda de Dios al escoger una pareja romántica (Gén. 24:63). Los tiempos pueden haber cambiado, pero el principio de buscar la dirección de Dios es el mismo ayer y hoy. La escritora Elena de White hace la siguiente recomendación: “Si los hombres y las mujeres tienen el hábito de orar dos veces al día antes de pensar en el matrimonio, deberían orar cuatro veces diarias cuando tienen en vista semejante paso” (*Mensajes para los jóvenes*, p. 453). Seguir la voluntad de Dios es la única salvaguarda para el éxito en la vida sentimental. ■



Freeptk



Arnulfo Chico Robles es teólogo, psicólogo clínico y director de la Unidad de Psicología de la Escuela de Posgrado de la Universidad Peruana Unión y miembro de la *International Family Therapy Association (IFTA)*, en Estados Unidos.

VOLVER A EMPEZAR DESPUÉS DEL DIVORCIO

Carol Silva

Pensar en un final no era parte del comienzo. Él era un romántico, le daba flores y sus declaraciones de amor superaban en calidad y cantidad a las canciones de los artistas del momento. Llegaron el compromiso, el matrimonio y, con ellos, los celos, la humillación y la violencia. Fue difícil, pero Rebeca logró separarse.

Cristina, por otro lado, descubrió a los cuarenta años que su esposo se había involucrado con una joven. ¡Su mundo se derrumbó! ¿Cómo podía ser que su compañero de vida, padre de sus hijos y un hombre tan reservado hiciera algo así? Luego vino el perdón, un intento de empezar de nuevo, otra ruptura de confianza y, finalmente, el divorcio.

En el caso de Pedro, hacía años que no había intimidad física ni emocional. Después de casi tres décadas de matri-

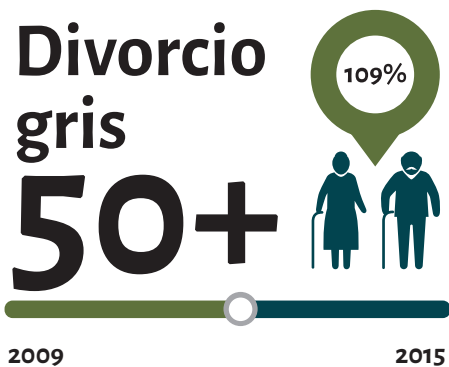
monio y de muchas invitaciones para restaurar la relación, ella lo abandonó, derrumbando un castillo de sueños juveniles y una incógnita sobre el futuro.

¿Qué tienen en común estas historias? Mucho sufrimiento, culpa, miedo, vergüenza y duelo. Por desgracia, estas situaciones son más habituales de lo que quisiéramos.

DESAFÍOS MUNDIALES

Las estadísticas indican que en muchos países el número de divorcios sigue aumentando, pero a un ritmo menos acelerado. Se cree que muchos optan por vivir juntos en vez de casarse. De esta manera, el registro de la unión y la separación no se contabiliza. Otra hipótesis es que las personas se están casando más tarde, cuando son más maduras y, por lo tanto, son más capaces de manejar los desafíos de las relaciones.

Al hacer foco entre las personas mayores, un estudio identificó un aumento del 109 % en los casos de divorcio entre 2009 y 2015. Los números continúan aumentando entre quienes tienen más de 50 años y han dado lugar al término “divorcio gris”. Ya sea que aumenten o disminuyan en diferentes etapas de la vida, las tasas de divorcio son altas y presentan desafíos para todos los involucrados.



El impacto en la salud física y mental tiende a ser peor para los hombres que para las mujeres, aunque estas suelen sufrir más pérdidas económicas.

En cuanto a los hijos, la literatura indica que la mayoría de los niños pequeños tiende a fantasear por mucho tiempo con la ruptura de las nuevas relaciones y la reconciliación de sus padres.

En los nuevos matrimonios, los adultos, que a menudo esperan una adaptación rápida y armoniosa, pueden no darse cuenta de esta situación y “pasar por encima” de las necesidades emocionales de los niños.

En este sentido, es importante darles tiempo a los hijos para que asimilen la nueva realidad antes de introducir un nuevo miembro en la familia. Cerca de la mitad de los nuevos matrimonios termina en divorcio durante los primeros tres o cuatro años. Las parejas que no saltan etapas en la formación de una nueva familia tienen más probabilidades de establecer una alianza sólida para tratar con sus hijos y construir una nueva unidad con identidad propia.



AdobeStock_293883293

ALTERACIONES SIGNIFICATIVAS

Cuando hay un divorcio, se producen pérdidas. Cuando termina una relación, no solo se pierde la presencia de alguien, también se pierde un padre que lleva a su hijo a la escuela, un cuerpo cálido para calentar los pies en invierno, un compañero sexual, un amigo, entre muchas otras cosas. La primera Navidad, el primer cumpleaños o el primer viaje sin el otro es un desafío. Varios duelos ocurren simultáneamente al iniciar una nueva vida. El duelo es un proceso que incluye confrontación y reestructuración del pensamiento, la experiencia de la pérdida y un mundo modificado. Cuando no se procesa adecuadamente, aumenta la probabilidad de que las nuevas relaciones también terminen. Entonces, ¿cómo saber si alguien está atravesando el duelo de manera saludable?

En el pasado, se solía hablar de las etapas del duelo: negación, negociación, ira, depresión y aceptación. La psicóloga Elizabeth Kubler-Ross hizo una gran contribución a la humanidad al impulsar estudios sobre el tema. Hoy en día, los investigadores describen un proceso dual de duelo: se alterna entre la vida que se deja atrás y la nueva vida que lentamente se va estableciendo. En algunos momentos, la persona se enfoca en el dolor de la pérdida, mientras que en otros está más centrada en tomar medidas para retomar sus proyectos de vida. El psicólogo William Worden propone cuatro tareas en situaciones de pérdida: aceptar la realidad de la pérdida (lo contrario sería la negación), procesar el dolor del duelo (en lugar de evitarlo o huir de él), adaptarse a un nuevo mundo sin la persona y seguir hacia adelante.

Ahora bien, ¿qué significa seguir hacia adelante? Aldwin realizó una investigación con personas divorciadas y descubrió que, aunque el estrés no desaparece con el divorcio, atravesar esta etapa puede llevar al crecimiento personal. La vida no tiene por qué terminar con el divorcio. Con más de veinte años de experiencia profesional, he observado diversos desenlaces: la exesposa y madre que decidió hacer una carrera universitaria y luego un posgrado; el ama de casa que regresó al mercado laboral y desarrolló habilidades que no conocía; el esposo abandonado que logró criar y orientar a sus hijos; la joven que se mudó a otra ciudad y se enorgullece de manejar su nuevo hogar por sí sola; y el hombre mayor que encontró un nuevo propósito al dedicar su tiempo a enseñar sobre la Biblia.

Por lo tanto, seguir hacia adelante tiene un significado distinto para cada persona que está comenzando de nuevo. Para dar pasos más firmes, aquí tienes algunas recomendaciones:

- 1 Respetar y vivir tu tiempo de duelo, pero no te estanques en él.
- 2 Relaciónate. Los amigos y la familia actúan como antidepresivos y te proporcionan apoyo mientras atraviesas tus batallas.
- 3 Déjate ayudar. No siempre tienes que ser fuerte.
- 4 Retoma las actividades que te daban placer antes de la relación y crea recuerdos.

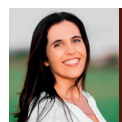
Para algunas personas, tener una nueva relación es una de las señales de que la vida ha seguido su curso. El ensayista Samuel Johnson dijo una vez: "Casarse por segunda vez es el triunfo de la esperanza sobre la experiencia".

En el caso de Cristina y Pedro, el amor no se extinguió, solo cambió de dirección. Ambos hicieron terapia, vivieron el duelo por las pérdidas, recuperaron sus identidades, se encontraron de manera inesperada y ahora planean casarse. Rebeca aprendió que el amor debe hacerla sonreír y ya no hace depender de otros su felicidad: estudió, consiguió una beca para la universidad, un trabajo que no es perfecto y otro que realiza como voluntaria y que la hace sentirse realizada. Entendió que, al cuidar de los demás, Dios también cuida de ella. Su vida adquirió un nuevo sentido. Con o sin una nueva relación, estas tres historias demuestran que es posible volver a empezar, ahora con mayor madurez.

Por último, confía en lo que dijo Salomón: "Todo [...] tiene su tiempo" (Ecl. 3:1). Y mientras la vida sigue, la joven Marcela Taís recomienda: "Mantén la calma. Todo saldrá bien. Recuerda a quién tienes contigo". ■



AdobeStock_571937431



Carolina Silva es magíster en Psicología Clínica, profesora universitaria y conferencista.



Adobe Stock_6609737210

FAMILIA VERSUS TRABAJO: EQUILIBRIO NECESARIO

Waleska Blu Aguirre y Christian Muñoz

El significado de *familia* puede diferir según la percepción de cada persona. Esta percepción dependerá de factores como el crecimiento, la cultura, la historia familiar y la educación, entre otros.

Dado que este concepto puede ser subjetivo, ya que algunos pueden considerar que su familia está formada por su abuela, tía u otro pariente que los acogió, lo importante es entender qué es una familia. Según la Organización de las Naciones Unidas (ONU): “La familia es el elemento natural y fundamental de la sociedad” (Declaración Universal de los Derechos Humanos, art. 16).

En el libro *Sociología de la familia*, de José Luis del Amo, se define a la familia como “un grupo social caracterizado por la convivencia, la cooperación y la solidaridad entre sus miembros, quienes se relacionan entre sí por lazos de parentesco, matrimonio o adoración”.

Al analizar estas citas, podemos encontrar los siguientes conceptos:

- 1 Elemento fundamental – núcleo básico.
- 2 El objetivo es que sea un lugar de bienestar, donde haya una buena convivencia, cooperación y solidaridad.

Por sobre estas definiciones, la Biblia aclara qué es una familia:

1

Unidad y compromiso

La familia se forma por el matrimonio entre un hombre y una mujer.

(Génesis 2:24, Mateo 19:4-6)

2

Parentesco y descendencia

La familia incluye padres, hijos y descendientes.

(Génesis 12:3, Deuteronomio 28:11)

3

Amor y respeto

La familia se caracteriza por el amor, el respeto y la sumisión mutua.

(Efesios 5:22-33, Colosenses 3:18-21)

4

Cuidado y protección

Los padres tienen la responsabilidad de cuidar, proteger y educar a sus hijos.

(Proverbios 22:6, Efesios 6:4)

5

Unidad espiritual

La familia se une en la fe y adora a Dios en comunión.

(Josué 24:15, Hechos 10:2)



AdobeStock_285213159

EQUILIBRIO ENTRE LA FAMILIA Y EL TRABAJO

Es importante tener en cuenta las definiciones y la importancia de la familia, así como el hecho de que a menudo se la descuida debido a la falta de tiempo y a aspectos emocionales, como los altos niveles de ansiedad o depresión. Si estos problemas no son debidamente atendidos, pueden afectar la convivencia saludable en el hogar.

Si al factor emocional le sumamos la dependencia laboral, obtendremos una bomba de tiempo que tarde o temprano explotará. En este caso, la dependencia desempeña un importante papel para no disminuir la carga laboral.

Veamos un ejemplo. Luis ha estado discutiendo con su esposa porque no tienen un día libre en familia. Luis le dice: “¿Qué van a pensar de mí? Necesito trabajar para mantener la familia”. Entonces, decide que pasarán la tarde en un parque. De repente, su teléfono suena: es un cliente que necesita su ayuda urgente para cerrar un negocio. Mientras habla, mira de reojo a su esposa y ella entiende que no tendrán la tarde en el parque. Luis besa a su esposa y a sus hijos, toma las llaves del coche y dice: “Dejemos esto para otro día”.

Luis ama a su familia, pero tiene prioridades familiares distorsionadas. No es una mala persona, solo que no sabe cómo deshacerse de su dependencia laboral. Este es solo un ejemplo ficticio, pero que no está lejos de la realidad de muchas personas.

¿Te has puesto a pensar en lo que sucedería si dejaras el celular a un lado durante una tarde o si tomaras la iniciativa de planificar un paseo en familia? Hay vivencias que los niños llevarán consigo para siempre, y una de las más significativas es el tiempo que comparten con sus padres. Pueden olvidarse de los regalos que se les dieron en los primeros años de vida o de la última novedad tecnológica, pero los recuerdos de los momentos en la casa con la familia serán siempre los más preciosos.

Todavía hay tiempo para decidir por nuestra familia. Que el ritmo frenético de este mundo no nos quite lo más valioso que tenemos.

CONEXIONES ESENCIALES

El hogar cristiano se caracteriza por ser una familia que respeta y practica los estándares y principios que enseña la Biblia. Los padres y las madres recibieron de Cristo la responsabilidad de conducir a sus hijos en el temor de Dios, a fin de que estos se conviertan en hombres y mujeres útiles, honestos, leales y preparados para la vida eterna.

Más que nunca, padres e hijos anhelan intensamente encontrar respuestas claras y precisas a todos los problemas que los preocupan. Nunca los hogares han estado en tanto peligro como lo están ahora.

Cuando reflexionamos y meditamos sobre el estado de nuestra familia, tal vez una de las preocupaciones que venga a nuestra mente sea la falta de tiempo diario con nuestros seres queridos. La realidad de este siglo es que la sociedad consume nuestros días de manera desenfrenada.

CONSEJOS

1

Reserva un tiempo con Dios todos los días

Cuando se busca a Dios, es posible enfrentar el día de una forma más equilibrada.

2

Planifica

No es necesario hacer una planificación enorme, sino por lo menos saber lo que puede suceder durante la semana. Recuerda que toda planificación es flexible.

3

Descansa al menos un día por semana

Todos necesitan descansar. El cuerpo y la mente lo piden.

4

Sal de vacaciones en familia

Esto es muy importante. Planifica con todos los miembros de la familia y sueña con las vacaciones. Esto es muy positivo para los niños y también para los adultos.

5

Consulta con un profesional

Si te sientes sobrecargado por una situación específica, no dudes en contactarte con un profesional de la salud mental (preferiblemente, cristiano) para que te ayude con la dependencia laboral u otros problemas personales.

Recuerda las palabras del sabio Salomón:
"Todo lo que se quiere debajo del cielo tiene su tiempo, y todo tiene su hora"

(Eclesiastés 3:1).

Finalmente, dejo estas bellas declaraciones de la escritora norteamericana Elena de White:

"Lo que causa división y discordia en las familias y en la iglesia es la separación de Cristo. Acercarse a Cristo es acercarse unos a otros. El secreto de la verdadera unidad en la iglesia y en la familia no estriba en la diplomacia ni en la administración, ni en un esfuerzo sobrehumano para vencer las dificultades—aunque habrá que hacer mucho de esto—sino en la unión con Cristo"

(El hogar cristiano, p. 147).

"Nuestro tiempo pertenece a Dios. Cada momento es suyo, y nos hallamos bajo la más solemne obligación de aprovecharlo para su gloria. De ningún otro talento que él nos haya dado requerirá más estricta cuenta que de nuestro tiempo.

"El valor del tiempo sobrepuja todo cómputo. Cristo consideraba precioso todo momento, y así debemos considerarlo nosotros. La vida es demasiado corta para desperdiciarla. No tenemos sino unos pocos días de gracia en los cuales prepararnos para la eternidad. No tenemos tiempo que perder, ni tiempo para dedicarlo a los placeres egoístas, ni tiempo para entregarnos al pecado. Es ahora cuando debemos formar caracteres para la vida futura e inmortal. Es ahora cuando debemos prepararnos para el juicio investigador"

(Palabras de vida del gran Maestro, p. 277).

Que Cristo sea siempre el centro de nuestros hogares y que, bajo su guía segura y protectora, mantengamos el equilibrio que nuestras familias necesitan hasta el regreso de Jesús. ■



Waleska Blu Aguirre es asistente social y directora del Ministerio de la Familia en la Unión Chilena de la Iglesia Adventista del Séptimo Día. Christian Muñoz es Pastor.



¡La diversión se multiplica cuando juegas con los que más quieres!

Jugar y reírse siempre es mejor cuando estás acompañado. Entonces, ¿ya pensaste en ellos?
¡Listo! Los juegos de mesa te están esperando.



JB cartas: Dibújalo - 1ª ed.
11396



JB cartas: Menos cuatro - 2ª ed.
12623



JB cartas: Ellas - 2ª ed.
12624



JB cartas: Palabras poderosas - 2ª ed.
12625



JB cartas: Tengo siete - 2ª ed.
12626



Pasó en Belén - 2ª ed.
12631




JB cartas: Un poco de todo - 2ª ed.
12628



JB cartas: Menos es más - 2ª ed.
12627



JB cartas: Parejas - 3ª ed.
12630



CÓMO EL DIVORCIO IMPACTA LA VIDA DE LOS HIJOS A LARGO PLAZO

Ana Karina Braga

Como el número de divorcios crece en todo el mundo, necesitamos examinar detenidamente cómo puede afectar el desarrollo de niños y adolescentes, considerando los aspectos relacionales de apego vividos en la infancia, así como su impacto en la vida adulta.

El divorcio es un fenómeno de gran complejidad y múltiples dimensiones. Los estudios sobre este tema no se limitan a una simple relación de causa y efecto. Este artículo busca examinar cómo transcurre este fenómeno desde la perspectiva de los hijos.

Cuando están inmersos en este contexto, los niños se muestran asustados e inseguros, y a menudo se los etiqueta como hijos de padres separados o hijos del divorcio. “La infancia es un suelo que pisamos toda la vida”, escribió Lia Luft. Ahora bien, si la infancia es el suelo sobre el que caminaremos a lo largo de nuestra vida, ¿cómo estamos construyendo ese fundamento en la vida de nuestros hijos? ¿Están siendo cimentados en terreno rocoso o arenoso?

En el libro *El hogar cristiano*,¹ la escritora Elena de White detalla que la forma en que se educa a los hijos y se forma su carácter durante la infancia determinará cómo influirán en la sociedad. La atmósfera que rodea la relación entre los padres repercute en la vida de los hijos.

LA FAMILIA COMO BASE

De acuerdo con Cezar-Ferreira y Macedo,² la separación es una crisis imprevisible en el ciclo vital de la familia, que debilita su estructura, afecta el equilibrio emocional de sus miembros, intensifica sus impulsos y provoca que las personas, que quedan vulnerables, tiendan a una regresión emocional. Las implicaciones de este proceso afectan la personalidad del niño y su capacidad para confiar en sí mismo y en los demás, generan sentimientos de culpa y comprometen las expectativas en las relaciones y la habilidad para manejar los cambios.

A su vez, Arcón y Sánchez³ destacan que la relación positiva entre los

padres y sus hijos es uno de los factores más importantes para la protección y la seguridad psicoafectiva de los niños. De esta manera, los primeros vínculos y la representación que ellos formen de la familia en la primera o segunda infancia serán la base para las relaciones que construyan en la fase adulta, sea en sus esferas sociales, parentales o incluso conyugales.

En comparación con las familias estables, como explican Amato y Keith, los niños que pasaron por el proceso de separación de sus padres presentan un menor rendimiento académico y problemas de adaptación psicológica y autoestima. También presentan una relación disfuncional con sus padres y en su vida social.

Por otro lado, crecer en una familia estable disminuye las probabilidades de desarrollar problemas cognitivos, emocionales y sociales, no solo durante la infancia, sino también en la adultez.

Los lazos que los padres desarrollan adecuadamente en cada etapa de la infancia son fundamentales para establecer una vinculación y una base seguras. Cuanto más temprana es la edad, mayor es la necesidad. Los estándares, el sentido de familia, las creencias y los valores adquiridos en esta fase serán la base sobre la cual se estructurará la vida.

LOS HIJOS COMO PROVEEDORES

Después del divorcio, un factor relevante de los cambios familiares que puede tener un impacto a largo plazo es que los hijos, incluso en su corta edad y limitada experiencia de vida, se conviertan en los proveedores de cuidados de sus padres. Los roles se invierten. Hay, por parte de los padres, una disminución gradual en el cuidado que brindan a los niños y adolescentes.

Los que necesitan amparo, protección y seguridad se convierten en los protectores y en el amparo de padres desambientados, decepcionados y desestructurados emocionalmente. Este estado, en ocasiones, lleva a algunos a volcar sus lamentos y desórdenes en sus hijos. Cuando existe un equilibrio emocional entre la pareja y una toma de conciencia de su responsabilidad hacia el interés superior de sus hijos, los efectos dañinos pueden ser minimizados. Sin embargo, no hay divorcio sin secuelas, ya que un eslabón roto deja tras de sí un rastro de perjuicios.

Desde una perspectiva bíblica, los hijos son herencia del Señor, y es deber y responsabilidad de los padres cuidar de esta preciosa posesión. Al igual que una brújula sirve como instrumento de localización y orientación en el espacio geográfico, los

EL DIVORCIO ES UN FENÓMENO DE GRAN COMPLEJIDAD Y MÚLTIPLES DIMENSIONES. EL DIVORCIO NO ES UNA RELACIÓN DE CAUSA-EFECTO



Midjourney

padres deben ser una guía en la vida de sus hijos. Deben indicarles el rumbo y guiarlos para que puedan trazar sus caminos con mayor precisión y seguridad. Ahora bien, cuando la separación es inevitable, ¿cómo es posible construir cimientos sólidos y seguros para la formación del carácter de los hijos?

El proceso de formación del carácter es una tarea que dura toda la vida y a la que contribuyen muchos factores. Ahora bien, a través de las interacciones y el desarrollo de buenos hábitos, los padres, en su amor y cuidado por los niños y adolescentes, establecen una conexión verdadera, genuina y duradera.

Cristo es la Roca, la Piedra Angular sobre la cual debemos cimentar nuestras relaciones. En él debemos basar la educación y la crianza de nuestros hijos, pues son herencia del Señor. La formación del carácter es una obra que resuena durante toda la vida, y su resultado es para la eternidad. Que los ecos que resuenen en la vida de nuestros hijos sean ecos de bendición. Que sean llamados hijos, no del divorcio, sino del Señor. ■



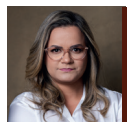
Melbourne

Referencias:

¹ Elena de White, *El hogar cristiano* (Florida, Buenos Aires: ACES, 2013), pp. 10, 11.

² Verônica A. da Motta Cezar-Ferreira, Rosa Maria Stefanini de Macedo, *Guarda Compartilhada: Uma visão Psicojurídica* (Porto Alegre, RS: Artmed Editora, 2016), p. 60.

³ Viana Ángela Bustos Arcón y Ana Rita Russo de Sánchez, "Saúde mental como efeito do desenvolvimento psicoafetivo na infância", *Psicogente* 39, nº 21 (2018), pp. 183-202. doi:10.17081/psico.21.39.2830.



Ana Karina Braga es psicóloga.



**¿Y SI NO SOMOS FELICES
PARA SIEMPRE?**

Cesar Vasconcellos

Entre las tres principales causas de estrés en adultos, una es la muerte del cónyuge y, otra, el divorcio. El dolor por el divorcio puede ser muy difícil de soportar, pues implica una pérdida grave que causa un duelo psicológico y produce una tristeza que puede derivar en depresión, ansiedad, miedo, culpa, vergüenza, desesperación, apatía y rabia. Algunas personas experimentan estas emociones durante un período corto de tiempo, mientras que otras, durante mucho tiempo. Pueden surgir algunos pensamientos, como “Mi sueño se acabó, mi vida no tiene más sentido”, “Tengo miedo de relacionarme de nuevo y que salga mal”, “No voy a poder confiar otra vez”, “¿Cómo encaro esta dura realidad sin huir ni desesperarme?”

John Gottman, especialista en terapia matrimonial y familiar, propone una lista de seis cosas que pueden favorecer o tienen que ver con el divorcio:

- 1 Ser siempre sarcástico o hacer críticas en las discusiones.
- 2 Demostrar desprecio y ser distante.
- 3 Nutrir una actitud muy negativa que critica y desprecia de forma abrumadora y repentina.
- 4 Aceleración del ritmo cardíaco y aumento de la presión arterial debido a la tensión con el cónyuge.
- 5 Experimentar repetidos fracasos en el intento de reducir la tensión en las discusiones.
- 6 Tener más recuerdos de los momentos malos del matrimonio que de los buenos.

HIJOS AFECTADOS

El divorcio afecta a los hijos, que pueden sentirse ansiosos y confundidos al tener que elegir si se quedan con el padre o con la madre. Muchos perciben que pueden convertirse en objeto de una lucha por la custodia y se sienten culpables por la separación de sus padres. Algunos jóvenes, incluso, se sienten resentidos con Dios por esta situación.

Si el padre se va de la casa, los niños pueden tener una sensación de inseguridad y desprotección. Si la madre deja el hogar, los niños pueden sentir la pérdida de afecto, de orientación y de apoyo. Además, puede surgir la depresión, la ansiedad excesiva o crisis de rabia, entre otros problemas.

Si un hijo mayor queda con sus hermanos y su madre, es posible que se establezca la idea de que su obligación es ser el “hombre de la casa”. Esto puede transformarse en una fuente de estrés para él, especialmente si todos lo comentan.

Durante la separación, cuando el padre o la madre se prepara para irse, el niño puede sentir pánico y creer que nunca más verá a sus padres, o puede sentirse rechazado. Por eso, antes del divorcio, el padre y la madre deben explicarles a los hijos lo que sucede y dejar que ellos expresen sus sentimientos.

EFFECTOS RELIGIOSOS

Quien decide salir del matrimonio puede tener sentimientos de culpa al sentir que está infringiendo las orientaciones bíblicas. Algunas personas se alejan de su comunidad religiosa e incluso de Dios. Sin embargo, lo mejor en ese momento es hacer lo contrario, es decir, acercarse a sus amigos y a Dios a través de la oración y la reflexión en las Escrituras. Algunos versículos pueden ser de gran ayuda: “[El Señor] sana a los quebrantados de corazón y venda sus heridas” (Sal. 147:3); “Este es mi consuelo en medio del dolor: que tu promesa me da vida” (Sal. 119:50, NVI).



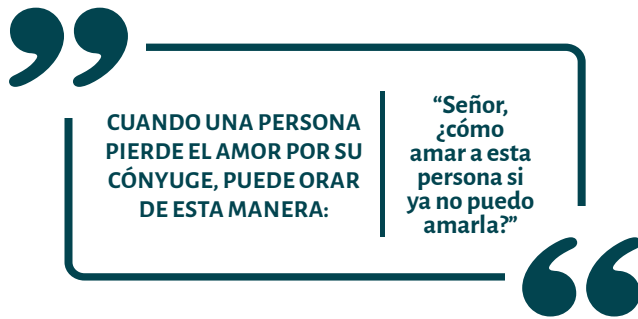
Mantén tu fe en que Dios no abandona al que se divorcia, sino que hace todo lo posible para corregirlo, ampararlo y acompañarlo. Dios ayudará a quien se divorcia a encontrar un nuevo significado para su vida. Hay estudios que muestran que, en el caso de las personas que se separan por primera vez y no realizan un análisis personal para encontrar sus fallas en el matrimonio anterior, un 50 % se separa por segunda vez. Si desean casarse poco después, sin comprender los defectos de carácter que contribuyeron al final de la relación, el 75 % se separa por tercera vez.

En los casos de divorcios que producen mucho sufrimiento emocional, como por ejemplo depresión moderada a grave o algún trastorno de ansiedad significativo, es bueno buscar ayuda y asesoramiento cristiano. El tiempo de recu-

peración emocional dependerá de varios factores, como la causa de la ruptura del matrimonio, el tiempo y el tipo de desgaste, la sensibilidad personal, el significado del vínculo afectivo, el apoyo social, el grado de dependencia o independencia afectiva, la calidad de la fe y el nivel de confianza.

A lo largo de los años de convivencia, pueden aparecer tensiones entre los cónyuges debido a los vacíos del pasado que se traen al matrimonio y a los problemas del presente. Esto puede llevar a pensamientos sobre la separación, la infidelidad o discusiones constantes en las que se culpa al otro por el dolor que se siente, además de experimentar celos enfermizos. Si no se manejan adecuadamente estas heridas, la idea del divorcio puede comenzar a tomar forma.

CONSEJO BÍBLICO



Cuando Dios comienza a responder, se empieza a experimentar un amor genuino por el otro. Este amor proviene completamente de Dios.

Si tú eres un esposo que siente que perdió el amor por su esposa y le dices a ella que Dios está respondiendo y dándote amor por ella de nuevo, tu esposa podría responder: “¿Pero no tienes amor por mí que venga de ti mismo?” Esta frase puede surgir porque la persona tiende a pensar que el amor que tiene por el otro proviene de ella misma, pero tal vez aún no haya entendido ni aceptado que “todos pecaron, y carecen de la gloria de Dios” (Rom. 3:23).

La gloria de Dios es el amor. De Dios proviene el amor maduro. Nosotros recibimos para dar. Muchos hombres y mujeres no logran aceptar esto porque creen que su sen-

timiento de amor es generado por ellos mismos. El amor humano no subsiste y no satisface plenamente. Sin Jesús, el matrimonio es solo una satisfacción de necesidades superficiales. Sin Jesús, aunque busquemos satisfacer las necesidades de la otra persona, nos sentiremos decepcionados e insatisfechos, lo que puede llevar al divorcio.

En un matrimonio fracasado y sin salida, solo queda aceptar la pérdida. Esto implica aceptar los errores personales e intentar sobrevivir con dignidad, perdonarse a uno mismo, perdonar a la otra persona y aprender de los errores para no repetirlos en el futuro. También es importante darse cuenta y aceptar que las dificultades matrimoniales, que pueden acabar o no en fracaso, es posible que vengan tanto del marido como de la mujer.

Ante los problemas de tu matrimonio, tienes la opción de huir de ellos, querer divorciarte, buscar a alguien por fuera de la relación en actitud infiel, discutir todo el tiempo o buscar soluciones constructivas. Habiéndose casado con el compromiso de vivir bien el uno con el otro, formar una pareja de amigos y seguir las instrucciones bíblicas, lo mejor es hacer todo lo posible para buscar una solución a los problemas conyugales. El precio del divorcio es muy alto, se tengan hijos o no, y, si se tienen, el precio es aún mayor, al igual que el dolor. ■



Cesar Vasconcellos es médico psiquiatra, escritor, conferencista, especialista en psiquiatría por la Asociación Brasileña de Psiquiatría, conductor de los programas *Equilibrio* y *Claramente*, de la Red Novo Tempo de Comunicación y participante del programa *Vida e Saúde*, de la misma emisora. Puedes conocer más en doutorcesar.com.

¿QUÉ HACER CUANDO ME CONVIERTO EN PADRE O MADRE DE MIS NIETOS?

Jorge Mário de Oliveira

Tener nietos es ser padre o madre por segunda vez, con la diferencia de que la educación y la disciplina son responsabilidades exclusivas de los padres.

Generalmente, los nietos sienten un gran afecto por sus abuelos. Reciben su atención, cariño, protección y un amor diferente que solo puede entender quien convivió con sus abuelos. Y hay más: los abuelos hacen concesiones en cosas que los padres prohíben: chicles, helados y dulces fuera de hora, o quedarse despierto hasta más tarde. ¡Ay, cuánto extraño esos pedacitos de pan francés empapados en salsa que mi abuela materna solía darme a escondidas de mi madre! No era la hora de comer, pero ella siempre encontraba la manera de hacerlo. Por eso, dicen que los abuelos tienen el don de “malcriar” a sus nietos. No lo hacen por despecho. Simplemente son abuelos.

Cambio de rumbo

Ahora bien, pueden surgir situaciones imprevisibles e inesperadas que, sin control, son capaces de alterar drásticamente el papel de los abuelos y convertirlos en padres de sus nietos.

Un accidente fatal que provoca la muerte de uno o de los dos padres, violencia doméstica frecuente que termina en un divorcio conflictivo, un adulterio o, incluso, una dependencia química que coloca en riesgo la seguridad de los niños. Solo Dios sabe lo que puede afectar la estabilidad de una familia. Las situaciones adversas e incontrolables generan inseguridad, miedo y ansiedad. En esos momentos trágicos de la vida, los abuelos pueden ser un puerto seguro para sus nietos. Son capaces de proporcionar el cuidado, el amor y la estabilidad que los niños necesitan. Los papeles cambian y exigen alteraciones en los planes individuales.

Los desafíos pueden ser mayores o menores, dependiendo de la estabilidad financiera, de la salud personal o de los propios nietos. Al fin y al cabo, este es el período de la vida en el que las fuerzas ya no son las mismas y se disfruta de la merecida jubilación.

Por esta razón, demandar el cuidado especial de niños con autismo, con síndrome de Down o con deficiencia intelectual, por

Midjourney



ejemplo, es mucho más difícil. La cantidad y la franja etaria de cada uno de los nietos también puede exigir atención diferenciada.

Para facilitar esta labor, quisiera ofrecer algunas recomendaciones para los abuelos que han tomado la responsabilidad de criar a sus nietos.

1. Afronta la realidad. Admite que el momento es desafiante y que no planeaste esto para esta etapa de la vida. Piensa en el desafío como misión. Dios llamó a Moisés para sacar al pueblo de Israel de Egipto cuando tenía ochenta años. No sabemos nada sobre el futuro, pero Dios sí sabe. Él cuidará de ti.

2. No te quejes. No maldigas la vida. Encara la situación desde el punto de vista positivo de la oportunidad de amar, inspirar y apoyar a tus nietos, que son carne de tu carne y hueso de tus huesos.

3. No culpes nunca a los niños ni hables mal de sus padres en el caso de que aún estén vivos. Considera a los niños como víctimas y sobrevivientes de una tragedia.

4. Esfuérzate en buscar fuerzas donde no las hay para enfrentar el problema. Emprende la lucha. Al fin y al cabo, el amor vence todas las barreras.

5. Involúcrate. Tienes mucha experiencia. Asimila la realidad tal como es e intenta cambiar las circunstancias. Transforma el dolor en alegría y el sufrimiento en bienestar.

6. Busca en Dios la fuerza y la sabiduría necesarias. Pasa tiempo con el Señor. Ora por ti y por tus nietos, ahora hijos. Ora para enfrentar las emergencias, pero hazlo también de forma preventiva. Anticípate a los problemas pidiéndole a Dios que no sucedan.

7. Enséñales a los niños a amar a Jesús. Haz el culto familiar con ellos y llévalos a la iglesia.

8. Ofréceles seguridad. Estabilidad emocional, después de una crisis, es todo lo que necesitan. Haz la diferencia.

9. Ámalos de todo corazón. Haz por ellos lo que harías y lo que no harías por tus hijos. Las circunstancias exigen el buen espíritu de la segunda milla.

10. Cuida tu salud física, emocional y espiritual. Nadie puede dar lo que no tiene para ofrecer.

11. Si necesitas ayuda, no dudes en buscarla en parientes, amigos o hermanos de iglesia. Crea soluciones y ten cuidado de no afectar la estabilidad emocional de los niños.

12. Si los niños tienen la edad para participar de los clubes de **aventureros o conquistadores**, inscríbelos, ya que será importante para su desarrollo.

13. Siempre que sea posible, **intenta mantener a los niños activos.** Evita la ociosidad permisiva.

14. Protege a tus nietos de personas que puedan hacerles mal. Vigila. Préstales atención a las amistades que, potencialmente, podrían inducirlos al error. Con facilidad, pueden convertirse en víctimas de personas malintencionadas. La carencia afectiva los vuelve susceptibles.

15. Conversa con ellos. Cuéntales historias del pasado, de las experiencias que has vivido. Muéstrales fotografías. Establece conexiones afectivas.

16. No permitas que se victimicen. Muéstrales el mejor camino. Refuerza la autoestima saludable. Juega al juego de la felicidad. Será un excelente ejercicio de gratitud, que desarrolla en las personas el hábito de ver siempre el lado positivo de las cosas. Muéstrales que algunas cosas podrían ser peores.

Dios ayudará a aquellos que busquen su auxilio para vencer desafíos distintos y específicos. Él lo ve todo. Sus ojos están atentos a todas las necesidades de sus hijos.

Hay una cosa que los abuelos tienen de sobra para dar: AMOR, y este vence todos los obstáculos. “Todo lo sufre, todo lo cree, todo lo espera, todo lo soporta” (1 Cor. 13:7).

Ya sea que te reconozcan o no por lo que haces por tus nietos, debes hacer lo que debe ser hecho. Cuando lleguen a la madurez, ellos entenderán y, ciertamente, dirán: “Mis abuelos hicieron la diferencia en mi vida. Si estoy aquí, y si soy lo que soy, se lo debo a ellos”. ■



Jorge Mário de Oliveira es pastor jubilado.

LA FAMILIA EN EL PLAN DIVINO

Karina Tavares Giroto

Desde la creación del hombre, Dios indicó que no era el ideal que los seres humanos vivieran solos. En Génesis 2:18 declaró: “No es bueno que el hombre esté solo. Le voy a hacer alguien que sea una ayuda adecuada para él” (DHH). En el plan original de la creación del hombre y la mujer, la intención de formar una familia era clara: “Y los bendijo Dios. Les dijo: “Fructifiquen y multiplíquense. Llenen la tierra y gobiérnenla” (Gén. 1:28).

El plan inicial era que el sistema familiar funcionara de forma armoniosa y saludable, y que así cumpliera el propósito divino. En la familia, como una unidad de amor y cooperación, cada miembro desempeñaría su papel con un propósito común: reflejar la gloria de Dios. La relación de Adán y Eva ejemplificaba el compañerismo y la complementariedad esenciales para lograr un ambiente seguro y acogedor para los hijos.

Con la entrada del pecado, la armonía original se corrompió. El egoísmo y la desobediencia comenzaron a afectar la estructura familiar. Satanás, al conocer el poder de la

familia, se esforzó para debilitar esta institución. La falta de armonía y los conflictos se han convertido en algo habitual y esto a menudo conduce a la separación de los cónyuges y a la formación de familias monoparentales.

Los cambios sociales, económicos y culturales a lo largo de la historia también han contribuido a la decadencia del pensamiento humano, lo que ha llevado a considerar la posibilidad de prescindir de uno de los cónyuges y crear familias monoparentales.

¿QUÉ ES UNA FAMILIA MONOPARENTAL?

La familia monoparental es aquella que está formada por un solo progenitor y sus hijos. Esta estructura puede surgir a causa de diversas circunstancias, como el divorcio, el fallecimiento del cónyuge o la decisión de criar un hijo por cuenta propia. La familia es un sistema complejo y en constante transformación, producto de los cambios históricos y sociales.

DESAFÍOS QUE ENFRENTAN LAS FAMILIAS MONOPARENTALES

Cuando se modifica el acuerdo familiar original, surgen retos que requieren afrontamiento y resolución. Veamos algunos de ellos:

1. Carga emocional y física sobre el único cuidador. El padre o la madre solteros asumen todas las responsabilidades emocionales y prácticas del hogar, lo que lleva al estrés y al agotamiento.

2. Impacto en los hijos. Los niños pueden sentir la falta del otro progenitor, lo que influye en su desarrollo emocional y social. La ausencia de una figura paterna o materna puede afectar su identidad y autoestima.

3. Dificultades económicas. Muchas veces, los ingresos de una sola persona no son suficientes para cubrir todas las necesidades de la familia. La inseguridad económica puede generar un ambiente de estrés constante.

4. Menor apoyo social. Sin la compañía de un cónyuge, es más difícil para el padre o la madre solteros mantener redes de apoyo social. La incomodidad puede llevar al aislamiento social.

¿DE QUÉ MANERA SE PUEDE COLABORAR COMO COMUNIDAD CRISTIANA?

Las comunidades cristianas pueden ofrecer un ambiente acogedor y de apoyo, y de esta manera ayudar a construir conexiones significativas y ofrecer asistencia práctica. La iglesia puede crear programas específicos para apoyar a las familias monoparentales, como grupos de apoyo, consejería pastoral y actividades comunitarias.

Iniciativas como programas de mentoría, en los que los miembros de la iglesia ofrecen orientación y apoyo práctico, son extremadamente valiosas. Ayudar con las tareas diarias, proporcionar asistencia económica temporal o simplemente estar disponible para conversar puede hacer una diferencia significativa.

Dios desea que todos los miembros de la familia alcancen su máximo potencial y que manifiesten sus valores y contribuciones colectivas. Nuestro papel, como comunidad cristiana, es ofrecer el apoyo necesario para ayudar a otros a superar desafíos y alcanzar una vida plena y armoniosa, de acuerdo con el plan divino.

ESTRATEGIAS PRÁCTICAS PARA LA INTERACCIÓN FAMILIAR

Frente a los desafíos que enfrentan las familias monoparentales, es esencial encontrar formas de promover una interacción familiar significativa y enriquecedora. Veamos algunas estrategias prácticas que pueden incorporarse a la rutina:

1. Reservar un tiempo semanal para estar con la familia. Crea un espacio en el que cada miembro contribuya con ideas para el encuentro, ya sea a través de juegos, actividades lúdicas, cocina creativa o una sesión de películas con palomitas de maíz. Estos momentos fortalecen los lazos afectivos.

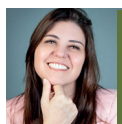
2. Establecer el hábito de realizar un culto familiar y reservar un tiempo para la reflexión bíblica. Organiza un espacio especial en el que cada participante pueda compartir el mejor momento de su día y de esta manera se promueva la expresión de la gratitud. Esto fortalecerá la comunicación entre los miembros de la familia.

3. Incentivar el hábito de escribirse notas breves el uno al otro para expresar la gratitud o el reconocimiento por comportamientos positivos. Esta práctica simple, pero poderosa, fortalece los lazos afectivos y promueve un ambiente de amor y apoyo mutuo dentro de la familia.

LLAMADO A LA ACCIÓN

Mi deseo es que tú, lector, estés atento y listo para auxiliar a las familias monoparentales en tu comunidad y así seas un canal de bendición y apoyo, y reflejes el amor y la gracia de Dios en sus vidas. Si formas parte de una familia monoparental, espero que se haya despertado en ti una nueva perspectiva que facilite la comprensión y amplíe las posibilidades para enfrentar los desafíos.

Que podamos, como iglesia, fortalecer nuestros lazos comunitarios y construir un ambiente en el que todas las familias, independientemente de su composición, encuentren amor, aceptación y apoyo. Así, ayudaremos a curar heridas emocionales y espirituales, además de contribuir para que la sociedad sea más justa y compasiva. De esta forma, reflejaremos el Reino de Dios en la Tierra. ■



Karina Tavares Giroto es psicóloga.



Hélio Carnassale

DIOS NO TIENE FAMILIAS DE SEGUNDA CATEGORÍA

La Biblia relata las historias de varias familias que pasaron por dramas severos. Es muy importante entender por qué Dios preservó esos registros. Es valioso observar, también, cómo él trató a las personas que estaban en estas circunstancias. Además, será un ejercicio precioso extraer lecciones que sirvan de referencia para aquellos que enfrentan desafíos para mantener a sus familias bajo las bendiciones del Señor, a pesar de los tropiezos y las fallas.

David, ¿un ejemplo?

David es considerado el rey más grande del pueblo de Israel. Fue un guerrero valiente e intrépido, un gran conquistador que consolidó la monarquía. Derrotó al gigante filisteo y fue capaz de derrotar y aniquilar a sus enemigos sin piedad. Por otro lado, poseía una sensibilidad profunda y un talento artístico que lo llevaba a componer poesías y canciones. Amaba con intensidad a su amigo Jonatán y respetaba

al ungido del Señor al punto de rehusarse a alzar la mano contra él, Saúl, a pesar de que este lo había amenazado de muerte.

El éxito de David como estadista, rey y general estaba en visible contraste con su (in)capacidad de liderar su familia que, de hecho, era muy complicada. Enfrentó dificultades con su primera esposa, Mical, hija de Saúl (2 Sam. 6:16, 20-22) y fue testigo de peleas, abuso y asesinato entre sus hijos, todos medio hermanos (2 Sam. 13). Intenta imaginar las escenas de celos y disputas entre las mujeres y entre los hijos. Realmente debía haber mucha confusión en aquella familia.

Cuando David cometió su grave pecado con Betsabé y enseguida ordenó la muerte de Urías, el esposo traicionado (2 Sam. 11), las condiciones en su casa empeoraron mucho. Las consecuencias de esas actitudes fueron terribles. David perdió el respeto de sus hijos, mujeres y súbditos. El profeta Natán, al entregarle la reprensión divina, declaró: “Por eso, la espada no se apartará jamás de tu casa [...]. Así dice el Señor: ‘Yo levantaré el mal en tu misma casa’” (2 Sam. 12:10, 11).

No mucho tiempo después, Absalón, el tercer hijo de David, llevó a cabo un golpe de Estado para ocupar el trono. David huyó y fue perseguido por su propio hijo, quien estaba determinado a matar a su propio padre (2 Sam. 15-19). Esta sedición terminó con la muerte de Absalón, lo que entristeció grandemente el corazón del rey. Sin embargo, a pesar de sus errores y decisiones equivocadas, David fue llamado por Dios “hombre según mi corazón” (Hech. 13:22).

Elena de White, escritora y cofundadora de la Iglesia Adventista del Séptimo Día, escribió sobre este episodio:

“La historia de David no suministra aprobación para el pecado. David fue llamado un hombre según el corazón de Dios cuando andaba de acuerdo con el consejo divino. Cuando pecó, dejó de serlo hasta que, por arrepentimiento, hubo vuelto al Señor”
(Patriarcas y profetas, p. 782).

Cómo trata Dios al pecador

Los dos párrafos anteriores nos invitan a hacer algunas reflexiones. Dios no tolera el pecado, pero ama al pecador. Todas las actitudes y decisiones que van en contra de los mandamientos y de los preceptos del Señor son ofensivas para él y traen consecuencias. Por más amplios que sean el amor y el perdón divinos, tendremos que enfrentar las consecuencias naturales de lo que decidimos hacer y de cómo actuamos.

David no recibió el título de “hombre conforme al corazón de Dios” por ser rey, ya que esa afirmación se hizo antes de que el profeta Samuel lo ungiera (1 Sam. 13:14). Tampoco se debió a que Dios lo considerara su hijo predilecto e “hiciera la vista gorda” ante sus faltas, ignorando lo sucedido. Esto se evidencia en la orden divina dada al profeta Natán para que se presentara ante el rey y le revelara la gravedad de su pecado (2 Sam. 12:1-15). El corazón de David, sensible y dispuesto a arrepentirse, y su manera sincera y espontánea de amar, respetar y confiar en Dios, le otorgaron el honor que ningún otro personaje de la Biblia recibió.

Elena de White escribió:

“Dios quiso que la historia de la caída de David sirviera como una advertencia de que aun aquellos a quienes él ha bendecido y favorecido grandemente no han de sentirse seguros ni tampoco descuidar el velar y orar. Así ha resultado para los que con humildad han procurado aprender lo que Dios quiso enseñar con esa lección”
(Patriarcas y profetas, p. 783).

Además de esto, pienso que la caída de David nos muestra que, a pesar de nuestros errores o aciertos, y nuestras decisiones correctas o incorrectas, Dios ama a todos de la misma manera e intensamente. No creo que el amor de Dios se divida en categorías. No existe una graduación del amor divino, como “primera clase”, “clase ejecutiva” o “económica”, como en el caso de las aerolíneas.

Todos somos pasajeros de primera clase, no porque tengamos méritos o puntos suficientes para hacer una reserva en un asiento especial, sino porque “Dios es amor” (1 Juan 4:8) y él “no hace acepción de personas” (Hech. 10:34). Recordemos cuántos problemas marcaron la vida de la familia de David: poligamia, celos, desprecio, incesto, abuso, adulterio, asesinato, sedición, muerte, fuga, persecución, humillación pública. Aun así, cuando David se arrepintió, Dios lo perdonó.

Por lo tanto, necesitamos imitar a David, no en sus errores, sino en sus reacciones. Dios nos invita al arrepentimiento y a buscar sinceramente el perdón. Aunque David cayó, no se quedó así, porque el Señor lo levantó y permitió que experimentara una armonía más plena que la que este rey había sentido antes, tanto con Dios como con su familia. Cuando somos traicionados por el pecado, podemos recordar que David fue aceptado por Dios a pesar de haber sufrido por su transgresión. Solo así podremos encontrar ánimo y esperanza para seguir adelante y permanecer en los caminos del Señor. ¿Confirmamos nuestro lugar en primera clase? ■



Helio Carnassale es pastor jubilado. Fue director de los departamentos de Espíritu de Profecía y Libertad Religiosa de la sede sudamericana de la Iglesia Adventista del Séptimo Día de 2015 a 2021.



¡Aquí encuentras ESPERANZA!



VIDA SALUD
Lunes a viernes



|entre·familia|
Lunes a viernes




**CONSULTORIO
DE FAMILIA**
Martes



Lugar de Paz
Lunes a viernes

¡Tu tiempo de paz está aquí, en la **TV Nuevo Tiempo!**

Sigue nuestra programación
en ntplay.com

