

SERIE: RESTAURACIÓN FAMILIAR

PRÉDICA #2

"SANANDO LO QUE SE ROMPIÓ

Texto base: Salmo 147:3

Reina Valera Actualizada 2015

Sana a los quebrantados de
corazón y venda sus heridas.

Traducción en lenguaje actual

Dios sanó las heridas de los
que habían perdido toda
esperanza.

Colosenses 3:12-14

Traducción en lenguaje actual

12 Dios los ama mucho a
ustedes, y los ha elegido
para que formen parte de su
pueblo. Por eso, vivan como
se espera de ustedes: amen a
los demás, sean buenos,
humildes, amables y

pacientes.13 Sean tolerantes los unos con los otros, y si alguien tiene alguna queja contra otro, perdónense, así como el Señor los ha perdonado a ustedes. 14 Y sobre todo, ámense unos a otros, porque el amor es el mejor lazo de unión.

INTRODUCCIÓN

El domingo el pastor nos hablo de volver a poner a Dios como Rey en casa.

Pero hay una verdad que debemos reconocer: no se puede restaurar lo que no se sana.

Muchos hogares no están
destruidos. Están heridos.

No hay gritos constantes.
Pero hay distancia.

No hay abandono físico.
Pero hay abandono emocional.

No hay odio declarado.
Pero hay resentimiento
acumulado.

Y el peligro de las heridas
familiares es que no siempre
se ven... pero siempre se
sienten.

La Biblia dice: "Él sana a los
quebrantados de corazón, y
venda sus heridas." Salmo 147:3

Alabanza por el favor de Dios hacia Jerusalén

Si Dios sana corazones,
entonces la restauración
familiar no es solo
estructural... es profundamente
emocional y espiritual.

I. HERIDAS SILENCIOSAS EN EL HOGAR

Las heridas familiares no
siempre comienzan con grandes
traiciones.

Muchas veces comienzan con
pequeñas acumulaciones.

- Palabras dichas en momentos
de enojo.
-
- Comparaciones constantes.
-

- Desprecio disfrazado de broma o sarcasmos.
- Falta de reconocimiento.
-
- Promesas no cumplidas o mentiras.
-
- Tiempo que nunca llegó.

El enemigo no siempre destruye con explosiones.

Muchas veces destruye con desgaste nos va agotando.

No siempre llega con un ataque grande, visible y escandaloso.

Muchas veces su estrategia es más silenciosa, más lenta, más sutil.

No destruye en un día...
desgasta con el paso del tiempo.

Desgasta el ánimo.

Desgasta la fe.

Desgasta el matrimonio.

Desgasta la pasión por Dios.

Es el cansancio constante.

Las pequeñas frustraciones.

Las luchas repetidas.

Cuando el corazón no sana,
las heridas comienzan a
influir en cómo hablamos,

cómo reaccionamos y cómo
tratamos a los demás.

Una esposa herida reacciona
con frialdad.

Un esposo herido reacciona
con silencio.

Un hijo herido reacciona con
rebeldía.

Pero detrás de la conducta
hay dolor.

Si no tratamos el dolor, solo
tratamos síntomas.

Las heridas silenciosas
pueden afectar profundamente
la dinámica familiar.

Identificarlas a tiempo es

esencial para fomentar un ambiente de amor y sanación, evitando que los conflictos se intensifiquen.

Pero hay una verdad que debemos reconocer: no se puede restaurar lo que no se sana.

Muchas personas quieren ver restauración en su vida, en su familia o en su corazón, pero intentan construir algo nuevo sobre heridas que todavía están abiertas.

Quiieren volver a amar, pero no han sanado del dolor.

Quiieren restaurar relaciones,
pero no han tratado las
ofensas que aún viven en su
interior.

La restauración no comienza
cuando todo parece estar bien
por fuera.

La restauración comienza
cuando Dios sana lo que está
roto por dentro.

Una herida que no se sana
tarde o temprano vuelve a
doler.

Un corazón que no es tratado
por Dios termina reaccionando
desde el dolor, desde la
desconfianza o desde el
temor.

Por eso Dios, antes de restaurar, primero sana. Antes de levantar, primero limpia.

Antes de reconstruir, primero trata el corazón.

Dios no solo quiere reparar lo visible; Él quiere sanar lo profundo.

Quiere tocar esas áreas donde hubo rechazo, traición, abandono o decepción.

Porque cuando el corazón es sanado por Dios, entonces sí puede comenzar una verdadera restauración.

La restauración verdadera no es simplemente volver a lo que había antes.

Es permitir que Dios sane lo que estaba roto y luego construir algo mejor, más fuerte y más saludable.

Por eso hoy debemos preguntarnos:

¿Estoy buscando restauración... o estoy permitiendo que Dios sane mis heridas y mi corazón primero?

Porque cuando Dios sana, entonces sí puede restaurar.

II. EL PELIGRO DEL ORGULLO EN EL PROCESO DE SANIDAD

Una de las mayores barreras para la restauración es el orgullo.

El orgullo dice:

“Yo no fui el que empezó.” Yo tengo la razón.

“Si cambia él, yo cambio.”

Que venga el primero, que lo haga el primero.

“No tengo nada de qué arrepentirme.” No voy a perdonar.

Pero el orgullo mantiene abiertas las heridas. Muchas veces las heridas no permanecen abiertas porque el

dolor sea demasiado grande,
sino porque el orgullo no
permite que llegue la
sanidad.

El orgullo nos hace
justificar lo que sentimos.
Nos hace repetir la ofensa en
nuestra mente.

Nos hace defender nuestra
posición en lugar de buscar
la restauración.

Cuando el orgullo gobierna el
corazón, las heridas se
convierten en raíces de
amargura.

Pero cuando llega la humildad, Dios puede comenzar el proceso de restauración.

La palabra de Dios nos llama a vestirnos de:

“Misericordia, benignidad, humildad, mansedumbre, paciencia; soportándoos unos a otros, y perdonándoos unos a otros...”

Colosenses 3:12-13

12 Dios los ama mucho a ustedes, y los ha elegido para que formen parte de su pueblo. Por eso, vivan como se espera de ustedes: amen a los demás, sean buenos, humildes, amables y

pacientes. 13 Sean tolerantes los unos con los otros, y si alguien tiene alguna queja contra otro, **perdónense**, así como el Señor los ha perdonado a ustedes.

Note que **no** dice "si el otro lo merece".

Dice "**perdonense**".

La sanidad comienza cuando alguien decide romper el ciclo.

En muchas familias, en muchas relaciones y aún en muchas generaciones, los problemas no continúan porque nadie quiera paz... continúan porque nadie rompe el patrón.la

falta de perdón pasa de una generación a otra.

Alguien hiere.

El otro responde con otra herida.

Uno ofende.

El otro devuelve la ofensa.

Y así el ciclo continúa:

dolor que produce más dolor.

Pero la sanidad comienza

cuando alguien toma una

decisión diferente.

Cuando alguien decide que el

dolor no se va a multiplicar

más a través de él.

Cuando alguien dice:

“Esto termina conmigo aquí y ahora.”

“No voy a seguir respondiendo de la misma manera.”

“No voy a devolver mal por mal.”

Romanos 12:21 NTV dice:

**No dejen que el mal los venza, más bien venzan el mal haciendo el bien*.*

Romper el ciclo no significa que lo que pasó no dolió.

No significa ignorar la injusticia.

Significa decidir que el

dolor no va a gobernar tus
decisiones.

Alguien tiene que ser el
primero en perdonar.

Alguien tiene que ser el
primero en humillarse.

Alguien tiene que ser el
primero en buscar paz.

Y muchas veces Dios está
buscando a esa persona... y esa
persona puedes ser tú.

Porque cuando alguien rompe
el ciclo, algo poderoso
sucede:lo

que parecía una cadena interminable se detiene, y donde antes había heridas repetidas, comienza la sanidad.

No cuando el otro cambia.
Sino cuando yo permito que Dios cambie mi corazón.

III. EL PERDÓN NO EXCUSA, LIBERA

Perdonar no es decir que lo que pasó estuvo bien.

Perdonar es decidir que no voy a vivir encadenado a eso.

En muchos hogares, el pasado sigue presente.

Errores de hace diez años.

Fracasos financieros.

Momentos de debilidad.

Decisiones equivocadas.

Y cada discusión revive lo que ya debería estar enterrado.

Una casa donde el pasado siempre es arma, nunca será refugio.

El perdón no elimina consecuencias automáticamente, pero sí

elimina la amargura que destruye lentamente.

Cuando no perdonamos:

- perdemos paz
- perdemos cercanía
- perdemos sensibilidad espiritual

El perdón libera.

Cuando perdonamos:

- recuperamos libertad

Liberamos el corazón del peso del resentimiento.

Liberamos la mente de pensamientos que nos atan al pasado.

Liberamos la relación de cadenas que la estaban destruyendo.

Y muchas veces, también **nos**

liberamos a nosotros mismos.

Porque

- restauramos conexión
- abrimos espacio para que Dios reconstruya

Porque el perdón no significa que lo que pasó estuvo bien. Significa que decidimos no vivir más gobernados por esa herida.

Perdonar es decir:

“No voy a permitir que este dolor controle mi vida.”

Y cuando el perdón entra al corazón,

la sanidad comienza y el futuro vuelve a abrirse.

IV. SANANDO A TRAVÉS DE UNA NUEVA FORMA DE COMUNICAR

Muchas familias no tienen problemas de amor.

Tienen problemas de comunicación.

La comunicación efectiva es esencial para la restauración familiar.

Colosenses 3:12-14 nos recuerda la importancia de la empatía, el respeto y la asertividad en nuestras interacciones, promoviendo relaciones sanas y constructivas.

Se habla mucho, pero se escucha poco.

Se responde rápido, pero no se comprende profundo.

Se corrige sin empatía.

Se señala sin restaurar.

La sanidad familiar requiere nuevas prácticas:

Escuchar sin interrumpir.

Validar emociones sin necesariamente aprobar acciones.

Confrontar el error sin atacar la identidad.

Hablar con verdad pero con amor y cuidado.

Corregir la conducta sin herir el valor de la persona.

Pedir perdón sin justificar errores.

Muchas veces el problema en una conversación no es la verdad que se dice, **sino la forma en que se dice.**

Cuando atacamos la identidad de una persona, levantamos muros.

Pero cuando hablamos de la situación con respeto, abrimos puertas para la solución.

Por ejemplo:

En vez de decir:

“Siempre haces lo mismo.”

que suena como acusación,
podemos decir:

“Cuando pasa esto, me siento así.”

Eso cambia la conversación de
ataque a comunicación.

En vez de atacar el carácter
diciendo:

“Eres irresponsable.”

Es mejor hablar de la
conducta:

**“Necesitamos mejorar esto
juntos.”**

La diferencia es grande.

Uno acusa.

El otro invita a resolver.

Uno hiere.

El otro construye.

Efesios 4:15 nos enseña un principio poderoso:

“Siguiendo la verdad en amor.”

15 Al contrario, el amor debe hacernos decir siempre la verdad, para que en todo lo que hagamos nos parezcamos cada vez más a Cristo, que es quien gobierna la iglesia.

Decir la verdad es importante.

Pero decirla con amor es lo que trae restauración.

Porque el propósito de la verdad no es destruir a la persona,
es ayudar a restaurar la relación.

La comunicación sana no busca ganar discusiones.
Busca preservar relaciones.

V. DIOS NO SOLO RESTAURA ESTRUCTURAS, RESTAURA CORAZONES

Hay matrimonios que siguen juntos, pero emocionalmente están lejos.

Hay hijos que viven en casa, pero están desconectados.

Hay padres presentes físicamente, pero ausentes emocionalmente.

La restauración no es solo que la familia permanezca unida.

Es que vuelva a estar conectada.

Y esa conexión no se logra con reglas solamente.

Se logra con presencia, empatía y humildad.

Dios no solo quiere que la familia funcione.

Quiere que florezca.

Y eso comienza cuando permitimos que Él sane primero nuestro interior.

Porque una persona sana ama diferente. Habla diferente. Reacciona diferente. Corrige diferente.

Una persona sana no busca herir... busca restaurar.

No responde desde el orgullo... responde desde la gracia.

No multiplica el conflicto... construye paz.

Cuando Dios sana el corazón, las palabras cambian,

las actitudes cambian,
y la atmósfera del hogar
comienza a cambiar.

Porque la restauración de una
familia **comienza en el
corazón.**

VI. PASOS PRÁCTICOS PARA INICIAR SANIDAD EN CASA

La restauración y sanidad en
la familia requiere pasos
intencionales.

1. **Reconocer las heridas sin
minimizarlas.**

No decir: *"no fue para
tanto."*

Porque si dolió, fue
importante.

Ignorar el dolor no lo sana; solamente lo esconde.

2. Tomar responsabilidad personal.

No todo es culpa del otro. La restauración comienza cuando cada uno examina su propio corazón y reconoce su parte.

3. Pedir perdón de manera específica.

No decir solamente: "*perdón por todo.*"

Sino decir: "*perdón por haberte hablado así.*"

Cuando el perdón es claro, la sanidad también puede ser clara.

4. Establecer momentos intencionales de conexión.

Conversaciones reales.

Tiempo juntos sin distracciones.

Las relaciones sanas no ocurren por accidente; se construyen con intención.

5. Orar juntos, aunque al principio se sienta incómodo.

Porque la oración tiene un poder que muchas veces no entendemos, la oración es una Vía poderosa que Dios nos entrego para comunicarnos con El.

La oración une donde el orgullo divide.

Cuando una familia aprende a hablar, a perdonar y a orar juntos, Dios comienza a hacer lo que nadie más puede hacer:

**restaurar el corazón y
transformar el hogar.**

**Así que esta noche hnos que
estamos hablando**

SERIE: RESTAURACIÓN FAMILIAR

"SANANDO LO QUE SE ROMPIÓ"

CONCLUSIÓN

No puede haber restauración
sin sanidad.

Y no puede haber sanidad sin
humildad.

Salmo 147:3 nos recuerda que
Dios sana corazones
quebrantados.

Que Dios sana las heridas de todos los que han perdido toda esperanza.

Tal vez tu hogar no necesita más reglas.

Necesita más gracia.

Más perdón.

Más presencia.

Más humildad.

La restauración familiar comienza cuando dejamos de fingir que todo está bien y permitimos que Dios trate lo que está roto.

Hoy es un día para decir:

Señor, sana lo que se rompió.

Sana las partes de mi corazón
que se quebraron en el

camino,

las áreas de mi vida que
quedaron marcadas por el

dolor,

las heridas que aún no sé
cómo expresar.

Sana lo que yo dañé.

Las palabras que dije sin
pensar,

las decisiones que lastimaron
a otros,

los momentos en que mi

orgullo fue más fuerte que mi
amor.

Sana lo que me dañaron.

Las ofensas que todavía pesan
en mi memoria,

las injusticias que dejaron
cicatrices en mi alma,
los recuerdos que aún
intentan robar mi paz.

Sana lo que hemos ignorado.

Las conversaciones que nunca
tuvimos,

las heridas que escondimos
debajo del silencio,

las grietas que dejamos
crecer porque parecía más
fácil no enfrentarlas.

Señor, **enséñame a pedir**

perdón con un corazón

sincero,

sin excusas, sin orgullo, sin
justificar mis errores.

Dame humildad para reconocer
cuando he fallado.

**Y enséñame también a
perdonar,**

no solo con palabras,
sino con un corazón
verdaderamente libre.

Libérame de todo orgullo,

de la necesidad de tener
siempre la razón, de la
dureza que impide la
reconciliación,
de cualquier actitud que
cierre la puerta a Tu obra en
mí.

Arranca de mi corazón toda
raíz de amargura, todo
resentimiento escondido, toda
memoria que aún guarda dolor.
Hoy te entrego mis heridas,
mis errores y mis cargas.

Porque sé que **Tú no solo sanas... también restauras.**

Reconstruye en mí lo que se cayó.

Levanta lo que parecía perdido.

Y forma dentro de mí **un corazón nuevo**, un corazón lleno de amor, de gracia, de humildad y de Tu presencia.

Que mi vida refleje la sanidad que solo Tú puedes dar.

En el nombre de Jesús.

Porque cuando el corazón sana, la familia se fortalece.

Señor, sana lo que se rompió.
Sana lo que yo dañé.
Sana lo que me dañaron.
Sana lo que hemos ignorado.
Ayúdame a pedir perdón y a
perdonar.
Liberame de todo orgullo,
porque quiero estar libre
para que Tu puedas
reconstruir en mi un corazón
lleno de amor y humildad.

Porque cuando el corazón
sana, la familia se
fortalece.