



La Manipulación

Cómo romper las cadenas del control

1

Capítulo 4

Soluciones Prácticas para Salir de la Manipulación

Cómo librarse de la manipulación

1. Usted debe tomar la _____ de no _____ del manipulador.
 - Decida que dependerá del Señor para que él _____ sus necesidades más profundas de amor, significado y seguridad.
2. Complete el versículo Salmos 73:25 (NTV)
“¿A quién tengo en el cielo sino a _____? Te _____ más que cualquier cosa en la tierra”.
3. Sepa que el manipulador _____ su furia.
 - No _____ que el manipulador entienda su necesidades, porque el solo se ocupa de sí mismo.
 - No espere que el manipulador esté ansioso por _____ su pecado.
4. Prepárese a _____ cierto sufrimiento
 - Acepte el hecho de que el _____ es difícil. Sin embargo, a su tiempo usted tendrá paz.
 - Acepte el hecho de que si _____ no cambia, tendrá que seguir sufriendo.
5. Examine las _____ del manipulador
 - Pregúntese: “¿Cómo estoy siendo _____?” Escriba sus tácticas para el cambio.
 - Pídale a un amigo de _____ que le ayude a ver sus puntos ciegos.
6. Complete el versículo Proverbios 22:3 (NTV)
“El prudente se _____ al peligro y toma precauciones. El simplón avanza a ciegas y sufre las consecuencias”.



La Manipulación

Cómo romper las cadenas del control

7. Comunique al manipulador la _____ de hacer cambios.

- Reconozca delante de él la parte de su _____ y exprese sinceramente su compromiso: dígame algo como:

“Comprendo que he _____ en mi forma de _____ contigo. No había dicho nada porque tenía miedo, pero esto no es _____ ni saludable para nosotros...

Me comprometo a hacer los _____ que sean necesarios. Creo que a fin de cuentas, es posible que tengamos una relación más saludable”.

8. No se defienda

Aunque el manipulador le _____ de no amarlo y ser inhumano:

- Puede permanecer _____, pero sin usar el silencio como un _____.
- Puede declarar la siguiente verdad:

“Siento mucho que te sientas así. Lo que has dicho no refleja verdaderamente lo que hay en mi corazón”. (Eclesiastés 3: 1 y 7)

9. Sea consciente: el manipulador puede _____ nuevas estrategias.

- El manipulador puede utilizar otros _____ para seguir controlando.
- El necesita entender que éstos no _____ éxito.

(Proverbios 14:24)

10. Descarte: su necesidad de querer _____ todas las exigencias del manipulador.

- Entienda que Dios no diseñó a _____ para satisfacer todas las necesidades de otra persona.
- Comprenda que si usted satisface todas las necesidades del manipulador, el manipulador no _____ al Señor.



La Manipulación

Cómo romper las cadenas del control

3

11. Complete el versículo Salmo 37:4-5 (NTV)

“ _____ en el Señor, y él te concederá los _____ de tu corazón. Entrega al Señor todo lo que haces; confía en él, y él te _____ ”.

12. Memorice el versículo de Gálatas 1:10 (NTV)

- Aprópiese de él y repítalo al menos tres veces al día.

“Queda claro que no es mi intención _____ el favor de la gente, sino el de Dios. Si mi objetivo fuera _____ a la gente, no sería un _____ de Cristo”.

13. Reconozca que usted puede ser transformado por medio de la _____ de su mente.

Romanos 12:2 (NTV)

“No _____ las conductas ni las costumbres de este mundo, más bien _____ que Dios los _____ en personas nuevas al cambiarles la manera de pensar. Entonces aprenderán a conocer la voluntad de Dios para ustedes, la cual es buena, agradable y perfecta”.

14. Ríndase a la _____ de Dios y busque agradecerle a él primero.

- Comprenda que Jesús no _____ la “paz a cualquier costo”. (Mateo 10:34)
Así es que usted debe comprender que si quiere _____ como Jesús, tampoco debe _____ la “paz a cualquier costo”.

“Queda claro que no es mi intención
ganarme el favor de la gente,
sino el de Dios.
Si mi objetivo fuera agradar a la gente,
no sería un siervo de Cristo”.

Gálatas 1:10 (NTV)