

Tu lengua tiene superpoderes: levanta o entierra

Proverbios 15 y 18 · Palabras y relaciones · Lección 1

«La muerte y la vida están en poder de la lengua.»

Proverbios 18:21 · versículo de la sesión

OBJETIVO

Que cada joven descubra que sus palabras —habladas, tuiteadas o dejadas en visto— tienen poder real de vida y de muerte (Pr 18:21), que la respuesta suave es un superpoder que apaga incendios (Pr 15:1), y que la lengua es el termómetro del corazón: por eso la solución final no es "hablar bonito", sino acercarse a Cristo, cuyas palabras dan vida.

PARA

Jóvenes 14–20 años

DURACIÓN

45–60 min · grupo juvenil o célula

MATERIALES

Biblias o app, papelógrafo o cartulina, plumones, post-its, un tubo de pasta de dientes (para la dinámica 1)

La historia (cuéntala con tus palabras)

Proverbios dice algo que suena exagerado hasta que lo piensas dos segundos: **«la muerte y la vida están en poder de la lengua»** (18:21). No dice "la lengua puede molestar un poco". Dice muerte y vida. Y tú lo has visto: hay una frase que alguien te dijo hace años —buena o mala— que todavía te acuerdas tal cual, con tono y todo. Las palabras no se las lleva el viento: se quedan a vivir adentro de las personas. Unas construyen y otras entierran.

Y ojo: hoy la lengua no vive solo en la boca. También tuitea, comenta, manda audios, deja en visto y comparte pantallazos. El chisme de antes ahora se llama funa, y viaja en segundos a cientos de personas que ni conocen al afectado. Proverbios ya lo tenía claro: «las palabras del chismoso son como bocados suaves, y penetran hasta las entrañas» (18:8) — el pelambre es rico de comer, pero envenena por dentro. Cada comentario que escribes, cada historia que repites, está dando vida o repartiendo muerte. No hay palabras neutras.

Pero el mismo libro entrega el superpoder: **«la blanda respuesta quita la ira; mas la palabra áspera hace subir el furor»** (15:1). Cuando alguien te tira una palabra áspera —en persona o en los comentarios— tienes dos botones: devolver el golpe y echarle bencina al fuego, o responder suave y apagar el incendio. El que responde suave no es el débil: es el que tiene el control. Y hay más: «la palabra a su tiempo, ¡cuán buena es!» (15:23) — una frase de ánimo dicha en el momento justo puede sostener a alguien que estaba a punto de soltarse.

Ahora, la verdad incómoda: el problema no es la lengua, es lo que hay detrás. Jesús lo dijo sin anestesia: **«de la abundancia del corazón habla la boca»** (Lucas 6:45). La lengua es el termómetro: si sale veneno, es porque hay veneno en el estanque. Por eso esta lección no termina en "modera tus palabras" —eso sería puro esfuerzo tuyo— sino en Cristo. Él es la Palabra de Dios hecha persona, y de su boca solo salió gracia y verdad: palabras que levantaron paralíticos, perdonaron a la que todos querían apedrear y llamaron por su nombre a los que nadie pescaba. Cuando Él llena tu corazón, tu boca empieza a parecerse a la suya. No porque te esfuerces en sonar santo: porque el estanque cambió.

El punto: tus palabras tienen poder de vida y muerte, y la lengua es el termómetro del corazón. La meta no es "hablar bonito" a puro esfuerzo: es dejar que Cristo llene el estanque, para que de ahí broten palabras que dan vida. Tu valor no depende de qué tan bien hablas: Dios ya te lo dio; por eso puedes usar tu lengua para regalar vida, no para ganarte un lugar.

Dinámicas (elige 1–2)

La pasta de dientes

8 min

Para ver con los ojos que las palabras no se pueden "des-decir".

Pasa el tubo de pasta de dientes y pide a un voluntario que apriete y vacíe un buen pedazo sobre un plato o cartón. Fácil, ¿cierto? Ahora el desafío: "Devuélvela al tubo. Tienes 2 minutos". Deja que lo intente (puede usar palitos, lo que quiera — no va a poder). Luego conecta: así funcionan las palabras. Salen fácil —un comentario pesado, un pantallazo compartido, una talla que humilla— pero no hay cómo meterlas de vuelta. Pregunta al grupo: "¿Alguna vez dijiste o publicaste algo que 2 minutos después quisiste devolver al tubo?"

Bencina o agua

10 min

Para entrenar la blanda respuesta de Proverbios 15:1 con casos reales.

Divide el grupo en parejas. Tú lanzas una "chispa" (una frase áspera típica) y cada pareja escribe DOS respuestas: una de bencina (la que sube el furor) y una de agua (la blanda respuesta que quita la ira). Chispas sugeridas: "**¿Por qué llegaste tan tarde? Siempre lo mismo contigo**" (un papá o mamá) · "**Jajaja viste lo que subió? qué vergüenza ajena**" (un grupo de WhatsApp invitando al pelambre) · "**Eres malísimo pa esto, mejor sal del equipo**" (un compañero). Luego comparten: las de bencina van a salir solas y van a dar risa; las de agua cuestan más. Remata: la blanda respuesta no es dejarse pasar a llevar — es elegir no incendiar. Ese es el superpoder.

El muro de las palabras

10 min

Más introspectiva; ideal si el grupo tiene confianza.

Dibuja en el papelógrafo dos columnas: "**Palabras que me levantaron**" y "**Palabras que me enterraron**". Cada joven escribe en post-its una frase real que alguien le dijo (sin poner nombres de quién la dijo) y la pega en la columna que corresponde. Ejemplos para soltar la mano: "tú puedes, yo creo en ti", "contigo no se puede", "qué bueno que viniste", "eres igual de inútil que...". Después miren el muro en silencio un momento y pregunta: "Si las palabras de otros te marcaron así... ¿qué estarán haciendo las tuyas en otras personas?" Cierra leyendo Proverbios 18:21 frente al muro.

Para conversar (no hay respuestas "correctas")

- 1 Lean Proverbios 18:21 y 15:1. El texto pone en la lengua nada menos que "la muerte y la vida", y contrasta dos respuestas: la blanda y la áspera. Piensa en la última discusión que viste (en tu casa, en el curso, en los comentarios de una publicación): ¿quién tiró bencina y quién tiró agua? ¿Cómo habría terminado distinto con una blanda respuesta?
- 2 Proverbios 18:8 dice que las palabras del chismoso son "bocados suaves" que "penetran hasta las entrañas". O sea: el pelambre es rico — por eso engancha. ¿Por qué crees que compartir un chisme o sumarse a una funa se siente bien en el momento? ¿Y qué le hace por dentro al que lo recibe... y al que lo reparte?
- 3 Lean Lucas 6:45: "de la abundancia del corazón habla la boca". Jesús dice que la lengua es termómetro, no el problema de fondo. Haz el examen honesto: cuando estás cansado, estresado o herido, ¿qué sale de tu boca (o de tus dedos al teclear)? ¿Qué dice eso del estanque? Ojo: no es para condenarte — es para saber qué llevarle a Cristo.
- 4 Proverbios 15:23 celebra "la palabra a su tiempo". Jesús la usó siempre: a la mujer que iban a apedrear le dijo "ni yo te condeno"; a Pedro, después de fallar, "¿me amas?... apacienta mis ovejas". Piensa en alguien de tu entorno que está pasándolo mal o que todos dejan de lado: ¿cuál sería LA palabra a tiempo que podrías decirle esta semana, y por qué canal (cara a cara, mensaje, audio)?

El reto de la semana

Operación "palabras que dan vida"

Tres movidas concretas, una por frente:

- **Una palabra a tiempo:** elige a UNA persona (la de la pregunta 4 u otra) y dile esta semana una frase específica de ánimo, gratitud o perdón — no un "ánimo" genérico, sino algo con nombre: "gracias por acompañarme cuando...", "admiro cómo tú...". Cara a cara o por mensaje, pero que llegue.
- **Una blanda respuesta:** cuando venga la primera palabra áspera de la semana (y va a venir), respira y elige agua en vez de bencina. Anota en tu teléfono qué pasó para contarlo la próxima sesión.
- **Un chisme cortado:** la primera vez que llegue un pelambre o una funa a tus manos (grupo de WhatsApp, recreo, comentario), no lo pases. Ahí muere. Si puedes, defiende al ausente con una frase simple: "oye, ¿y si mejor le preguntamos a él?"

Cómo correr la sesión

1. **Llegada y pregunta de entrada (10 min):** "Recuerda una palabra —buena o mala— que alguien te dijo y que nunca olvidaste. ¿Qué efecto tuvo en ti?" Deja que respondan con ejemplos reales; tú parte contando la tuya.
2. **Dinámica (8-12 min):** elige 1–2 según tu grupo. "La pasta de dientes" es ideal para abrir porque instala la idea sin sermón.
3. **La Palabra (8 min):** lean en voz alta Proverbios 18:21, 15:1 y 15:23, y sumen Santiago 3:5-10 (la lengua como fuego y timón). Pide que noten el contraste vida/muerte y suave/áspera.
4. **La historia (8 min):** cuéntala con tus palabras. No te saltes el final: el remate es Lucas 6:45 y Cristo, no "pórtate bien".
5. **Para conversar (15-20 min):** las 4 preguntas. Prioriza la 3 y la 4 si falta tiempo.
6. **Reto y oración (7 min):** presenta el reto, y cierren orando unos por otros: que cada uno nombre a la persona de su "palabra a tiempo" (o solo la inicial) y el grupo ore por eso.

Tip: cuida el acento: esta sesión NO es de buenos modales ni de "no digas garabatos". El tema de fondo es el corazón, y la salida es Cristo. Hay doble peso que sostener: bálsamo (la lengua que hirió también puede sanar; nadie quedó definido por lo que le dijeron — su valor lo dio Dios, no las etiquetas) y fuego (no hay coartada para el chisme, la funa ni la aspereza "porque me provocaron"). Si el grupo se ríe nombrando sus respuestas de bencina, perfecto: la risa abre la puerta para la verdad.

♥ **Si surge algo pesado** (autolesión, abuso, crisis): no lo resuelvas solo. Acoge con calma, no expongas a la persona frente al grupo y acompáñala aparte. En Chile: **Salud Responde 600 360 7777** y El Consejero en elvadelante.com/consejero.html. Avisa a un adulto responsable.

Oración de cierre

Señor, hoy entendimos que nuestras palabras no son neutras: dan vida o dan muerte, en la mesa, en el curso y en el teléfono. Perdónanos por las veces que repartimos bencina, pelambre o silencio que hiere. Pon guarda a nuestra boca y limpia el estanque: llena nuestro corazón de ti, para que de su abundancia hable la boca. Enséñanos la blanda respuesta y la palabra a su tiempo, como Jesús, que con sus palabras levantó, perdonó y dio vida. Que esta semana alguien reciba vida por lo que digamos. En Cristo. Amén.

Puedes **reproducir esta guía libremente en tu iglesia o grupo**, sin costo. Solo te pedimos mantener el mensaje centrado en Cristo y no venderla. ✦
Para su gloria (Jn 15:8).