

## LA HERIDA Y LA AMARGURA

### *Parte 3*

<<Perdónanos nuestras deudas, como también nosotros perdonamos a nuestros deudores. Y no nos metas en tentación, mas líbranos del mal; porque tuyo es el reino, y el poder, y la gloria, por todos los siglos. Amén>> (Mateo 6: 12, 13)

#### **Introducción**

En este último capítulo, veremos también como salir definitivamente de esa trampa diabólica que es la amargura, y llegar a tener de nuevo gozo y paz en el alma. Veremos que unos pasos prácticos que estudiaremos nos podrán facilitar el perdonar y llegar a disfrutar de la paz y del gozo de la salvación que el Espíritu Santo quiere darnos. Veremos que podemos tener victoria en medio de las peores situaciones, sabiendo que Dios no permitirá mayor prueba que la que podamos soportar. Leemos al respecto en I Corintios 10: 13;

<<No os ha sobrevenido ninguna tentación que no sea humana; pero fiel es Dios, que no os dejará ser tentados más de lo que podéis resistir, sino que dará también juntamente con la tentación la salida, para que podáis soportar>>.

#### **1. Ni el tiempo ni el olvido:**

Ni el tiempo ni el olvido detienen la amargura. Esta siempre tiende a crecer si no se hace algo al respecto.

Puede empezar como una pequeña semilla, pero crece y se multiplica. Además, detiene la gracia de Dios sobre la vida del amargado. Lo leemos de nuevo en Hebreos 12: 12-15;

<<Por lo cual, levantad las manos caídas y las rodillas paralizadas; y haced sendas derechas para vuestros pies, para que lo cojo no se salga del camino, sino que sea sanado. Seguid la paz con todos, y la santidad, sin la cual nadie verá al Señor. **Mirad bien, no sea que alguno deje de alcanzar la gracia de Dios; que brotando alguna raíz de amargura, os estorbe, y por ella muchos sean contaminados**>>

**No sólo afecta la amargura al individuo, sino a los que le rodean.**

#### **2. Señales externas de la herida infectada, y su confirmación bíblica:**

Estas son algunas señales de una persona con amargura y su confirmación en la Biblia:

##### **1) Se encierra en sí misma. Falta de comunicación:**

<<El ánimo del hombre soportará su enfermedad; mas ¿quién soportará al ánimo angustiado?>> (Proverbios 18: 14).

##### **2) Tiene una actitud de ingratitud:**

<<También debes saber esto: que en los postreros días vendrán tiempos peligrosos. Porque habrá hombres **amadores de sí mismos...**>> (II Timoteo 3: 1, 2)

Es imposible tener gratitud cuando uno está continuamente enfocándose en sí mismo.

### 3) Tiene una actitud de rebeldía y terquedad:

<<Porque como pecado de adivinación es la rebelión, y como ídolos e idolatría la obstinación>> (I Samuel 15: 23).

La Biblia compara a la rebeldía con la adivinación (o brujería), y a la obstinación con la idolatría. Escribe Matthew Henry al respecto:

<<Ninguna cosa provoca a Dios tanto como la desobediencia, al poner nuestra voluntad en oposición a la suya. Por eso se la llama aquí rebelión y obstinación, y es tenida, respectivamente, por tan mala como la brujería y la idolatría. Vivir en desobediencia al verdadero Dios es equivalente a servir a otros dioses>>.

El rebelde cree saber donde va (adivinación). El obstinado sólo hace lo que quiere hacer, esto es, es un idólatra, siendo su ídolo él mismo.

### 4) Intuitivamente busca a otros rebeldes para sentirse bien:

Vemos la historia de la rebelión de Coré:

<<Coré hijo de Izhar, hijo de Coat, hijo de Leví, y Datán y Abiram hijos de Eliab, y On hijo de Pelet, de los hijos de Rubén, **tomaron gente**, y se levantaron contra **Moisés con doscientos cincuenta varones de los hijos de Israel, príncipes de la congregación, de los del consejo, varones de renombre.** Y se juntaron contra Moisés y Aarón...>> (Números 16: 1-3)

El rebelde llama al rebelde. En el mundo cristiano, el rebelde siempre disfraza su rebeldía de falsa “espiritualidad”.

El rebelde “espiritual”, se opone frontalmente a la sujeción a la autoridad de Dios, y al sometimiento de los unos hacia los otros, contrariamente a lo expresado en Efesios 5: 21, donde dice: <<Someteos unos a otros en el temor de Dios>>.

### 5) Defiende o justifica sus malas acciones:

Cuando Dios por boca de Samuel manda a Saúl que destruya del todo a los amalecitas, Saúl no lo hace y, lejos de arrepentirse, se justifica ante Samuel con sus palabras:

<<Jehová te envió en misión y dijo: *Ve, destruye a los pecadores de Amalec, y hazles guerra hasta que los acabes. ¿Por qué, pues, no has oído la voz de Jehová, sino que vuelto al botón has hecho lo malo ante los ojos de Jehová? Y Saúl respondió a Samuel: Antes bien he obedecido la voz de Jehová, y fui a la misión que Jehová me envió, y he traído a Agag rey de Amalec, y he destruido a los amalecitas*>> (I Samuel 15: 18-20)

Saúl era un experto en barrer la justicia hacia sí mismo.

### 6) Juzga y condena a los demás:

Ineludiblemente, la persona amargada juzga, y lo hace mal. Se cree en el derecho de juzgar por el daño que ha recibido (o ha creído recibir).

Muchas veces juzga basándose, no en pruebas concretas y hechos, sino sólo en suposiciones, en lo que “discierne” o “siente” del Señor, pero sin poder probar fehacientemente lo que asegura.

No obstante, la palabra de Dios es muy clara:

*<<No juzguéis, (\*) para que no seáis juzgados. Porque con el juicio con que juzgáis, seréis juzgados, y con la medida con que medís, os será medido. ¿Y por qué miras la paja que está en el ojo de tu hermano, y no echas de ver la viga que está en tu propio ojo? ¿O cómo dirás a tu hermano: Déjame sacar la paja de tu ojo, y he aquí la viga en el ojo tuyo? ¡Hipócrita! saca primero la viga de tu propio ojo, y entonces verás bien para sacar la paja del ojo de tu hermano>> (Mateo 7: 1-5)*

(\*) El verbo griego es “kríno” y puede traducirse como “juzgar condenando”.

► SOLO PODEMOS JUZGAR HECHOS (Mt. 7: 20), NUNCA LAS MOTIVACIONES DEL CORAZÓN DE TERCEROS. EL CORAZÓN SÓLO LO PUEDE VER DIOS.

Leemos en Romanos 2: 1, 2;

*<<Por lo cual eres inexcusable, oh hombre, **quienquiera que seas tú que juzgas; pues en lo que juzgas a otro, te condenas a ti mismo; porque tú que juzgas haces lo mismo. Mas sabemos que el juicio de Dios contra los que practican tales cosas es según verdad>>***

Normalmente, la persona que mal juzga a otra, lo hace por las mismas cosas que ella misma comete. Se ve reflejada en esa persona, como si se estuviera mirando en un espejo.

Sin embargo, la Biblia nos exhorta a “juzgar con justo juicio”. El Señor así lo dijo: *<<No juzguéis según las apariencias, sino juzgad con justo juicio>>* (Juan 7: 24)

### **3. El archivo de tu mente:**

Escribe Winkie Pratney de <<Teen Challenge>>:

*<<Cuando hay amargura, te concentras en lo que esa “persona horrible” te ha hecho; creas un archivo, y lo titulas: <<Cosas malas que esta persona me ha hecho>>. Este archivo es bastante grande, y cada vez que esa persona hace algo que te molesta o que no te agrada, lo archivas con el resto de las heridas>>.*

Este es un archivo que cada vez se va haciendo más grande, y muchas veces hay personas que tienen muchos archivos.

#### ***Buscando un equivocado equilibrio***

Sigue diciendo Winkie Pratney:

*<<Una de las mayores causas de la amargura es el hecho de que tratamos de balancear la culpabilidad y la falta. Llegamos a pensar de esta forma: “Yo estoy equivocado, pero ellos lo están más. Yo tengo una buena razón para estar amargado...¡no sabes lo que ellos me hicieron!”. Así es como tratamos de calmar nuestra conciencia>>.*

Esa es una manera muy “religiosa” de proceder. Es algo así como cuando uno dice que comete pecados, pero que por otro lado, hace buenas obras, y así espera “nivelar la balanza”.

Esa balanza es inexistente, sólo está en la imaginación del religioso, ya que la única justicia, es la que viene de los méritos de Cristo, y nunca los nuestros propios.

#### **4. Saliendo de la trampa de la amargura:**

La única manera de salir de la trampa de la amargura es mediante la intervención de Dios mediante Su gracia. No obstante, muchos no reciben esa gracia, porque NO hacen lo que proclaman cuando oran la oración que Jesús nos enseñó que dice:

*<<...Y perdónanos nuestras deudas, como también nosotros perdonamos a nuestros deudores>>* (Mateo 6: 12)

¿CUÁNTOS ORAN EL PADRE NUESTRO Y NO CUMPLEN CON SU PARTE?

¡Si no perdonamos, Dios no puede perdonarnos!

LA RAZÓN POR LA QUE UNA HERIDA SE CONVIERTE EN AMARGURA, ES POR NO RECIBIR LA AYUDA QUE DIOS NOS DA AL MOMENTO DE SER HERIDOS. Por ello:

¡EL PERDONAR AL OFENSOR ES LA CLAVE!

#### ***Hablemos sobre el perdón***

- El perdonar a alguien, no es pretender que no estamos heridos: Tienes que ser honesto contigo mismo y admitir que estás herido, cuando lo estás.
- Perdonar tampoco es pretender llegar a admitir que lo que te han hecho es correcto.
- Perdonar es: A pesar de lo que te han hecho (o que pueden haberte hecho), NO TENERLO EN CUENTA, entregándoselo al Señor.
- Perdonar es: Bendecir DE VERDAD a la persona ofensora (Mateo 5: 44): *<<...yo os digo: Amad a vuestros enemigos, bendecid a los que os maldicen, haced bien a los que os aborrecen, y orad por los que os ultrajan y os persiguen>>*

#### ***Cuando se cree que se ha perdonado...pero no:***

Por experiencia propia, diré que se puede llegar a creer que uno ha perdonado cuando en realidad no lo ha hecho. ¿Cómo saber si se ha perdonado de corazón, o no?:

- Cuando hay paz en el corazón al respecto.
- Cuando se desea de verdad el bien del ofensor.
- Cuando al ver al ofensor o al imaginar que se le ve cuando no está físicamente presente, ya no existe ese resentimiento que había antes.
- Cuando se puede orar con libertad, y hasta con sentimientos positivos por el ofensor.
- Cuando el amor de Dios, por Su gracia, llena tu corazón.

### **¿Perdonar una y otra vez?**

A veces, según proceda, habrá que perdonar de nuevo, y a veces, una y otra vez. Este puede ser el caso cuando la persona ofensora hace otra de las suyas (o a ti te lo parece), o cuando te enteras que hubo más de lo que ya sabías.

<<Entonces se le acercó Pedro y le dijo: Señor, ¿cuántas veces perdonaré a mi hermano que peque contra mí? ¿Hasta siete? **Jesús le dijo: No te digo hasta siete, sino aun hasta setenta veces siete**>> (Mateo 18: 21, 22)

#### **A. Pasos prácticos:**

Para destruir toda amargura y resentimiento en ti, te ayudará el poner en práctica estos cinco pasos:

**1) Haz una lista de la gente que te ha herido.** Esto es muy fácil de hacer. A un lado del nombre escribe todo lo que piensas que te han hecho. Pueden ser cosas como: <<Juan me ha mentado>>; <<Carmen me tiene manía, o me ha hecho una mala pasada>>, etc.

**2) Haz otra lista de las cosas que tú has hecho para herirlos a ellos.** Eso puede ser más difícil porque no recordamos esas cosas tan fácilmente, o no las queremos recordar. Se honesto; haz un esfuerzo de sinceridad, y **NO BUSQUES NI ADMITAS EXCUSAS.**

La razón de hacer esto es porque **es hora de que veas tus errores.** Te ayudará a perdonar cuando tú entiendas cuál ha sido tu nivel de responsabilidad en el conflicto.

Generalmente, tendemos a magnificar las ofensas de los demás, y a reducir las nuestras. Siempre pensamos en lo malo que los otros nos han hecho, y en lo mucho que nos han molestado. Tenemos tendencias egoístas.

Busca a Dios, y te darás cuenta que muchas de las formas en las cuales te han herido, son las mismas con las que tú has herido a los demás alguna vez.

**3) Analiza bien la forma en la que has herido a Dios.** Una vez que termines con tus listas, todavía tienes que hacer lo más importante. Arrodíllate, y **pídele a Dios que te muestre lo que le has hecho a Él.** No pongas excusas...la sangre de Cristo limpia el pecado, no las excusas.

➤ UNA DE LAS COSAS MÁS IMPORTANTES PARA PODER PERDONAR Y DESHACERSE DE LA AMARGURA ES COMPRENDER QUE DIOS SABE LO QUE ES ESTAR PROFUNDAMENTE HERIDO, SIN EMBARGO, ÉL NUNCA HA RESPONDIDO CON AMARGURA O RESENTIMIENTO.

**4) Ora, y pídele perdón a Dios y a los hombres.** Toma las cosas que le has hecho a Dios y a las demás personas, y deja que Dios te quebrante. Pídele perdón a Dios y a los que ofendiste por estas cosas, y cuando termines, rompe la lista. ¡Verás que cambio!

➤ NO TE CENTRES EN LO QUE TE HAN HECHO A TI, SINO EN LO QUE TÚ HAS HECHO A DIOS Y A LOS DEMÁS.

**5) Destruye tus archivos.** ¿Te acuerdas de aquella primera lista que hiciste de las cosas que otras personas te hicieron por las cuales resultaste herido? Abre los compartimentos de tu mente, saca todos esos archivos, y deshazte de ellos. Entrégaselo todo al Señor. Seguidamente destruye esa lista.

➤ PERDONAR ES EN DEFINITIVA ABRIR LOS ARCHIVOS DE LAS CUENTAS PENDIENTES CONTRA LOS DEMÁS, Y ENTREGARSELO AL SEÑOR

Cuando Dios perdona hace eso mismo: Destruye los archivos. Leemos en Miqueas 7: 19;

<<El volverá a tener misericordia de nosotros; **sepultará nuestras iniquidades, y echará en lo profundo del mar todos nuestros pecados**>>

Eso es justamente lo que Dios hace con nuestros pecados cuando nos arrepentimos y le pedimos perdón. Nosotros debemos hacer lo propio con las ofensas de nuestros ofensores.

✚ **Esa es la manera de no caer en la amargura, y si ya caímos, de salir de ella para siempre.**

### **Resumen:**

- Ni el tiempo, ni el olvido ayudan, sino más bien lo contrario, a que desaparezca la amargura.
- Existen una serie de señales y características que denotan amargura en la vida de la persona.
- El amargado tiene dentro de su mente y de su corazón un archivo (a veces múltiple), donde almacena las <<Cosas malas que las personas me han hecho>>.
- El verdadero perdonar es la clave para la destrucción de la amargura.
- Hay que entender bien que es y que no es el perdón.
- Hay veces cuando se piensa que se ha perdonado (porque todo cristiano sabe que debe perdonar...) pero en realidad no ha sido así.
- Hay veces cuando hay que perdonar una y otra vez.
- Tomemos pasos prácticos que nos pueden ayudar mucho a la hora de arreglar cuentas//.

**FIN**

©Miguel Rosell Carrillo, Pastor de Centro Rey, Madrid, España.  
[www.centrorey.org](http://www.centrorey.org)