

¿CÓMO PODEMOS SER LIBRES DE CARGAS EMOCIONALES MEDIANTE LA ORACIÓN?

Leer [Mateo 6:9-13](#)

Es tortura (de [Mateo 18:21:35](#))

Un artículo en la revista de 2004 *Readers Digest*, “El poder de perdonar”, habla de un estudio del Hope College en Michigan. En 2001, el psicólogo **Charlotte vanOyen Witvliet, Ph.D.**, conectó 71 hombres y mujeres universitarios a sensores que medirían su pulso, presión arterial, cantidad de sudor y tensión muscular mientras reviviendo un pasado doloroso — “mentiras, insultos o traiciones por miembros de la familia, amigos o amantes”. Se les pidió para simular un rencor, pensando en cómo quienes los habían ofendido les deben sufrir. Como los participantes se centraron en sus heridas pasadas, su presión arterial aumentaba, el ritmo cardíaco se aceleraba, los músculos apretados y la actividad del sistema nervioso aceleraba. En otras palabras, guardando rencor fue duro para su salud.

Cuando se enfrentan a una situación de crisis, el cuerpo humano libera las hormonas del estrés. Su propósito es estimular una respuesta que nos salve de una situación peligrosa. Levantan el ritmo cardíaco, envía azúcar a los músculos y acelerar nuestra respiración y pensamientos.

La crisis puede ser de cualquier tipo: un casi accidente en la autopista, pidiendo ayuda de un niño, una alarma de incendio — o una disputa hirviendo en nuestra mente. Las hormonas no distinguen entre las crisis. Solo van a trabajar.

Cuando la crisis es temporal, las hormonas de estrés hacen su trabajo y luego se van — no hay problema. Pero cuando la crisis continúa — como cuando seguimos reviviendo un daño en nuestra mente — las hormonas de estrés comienzan a hacernos daño. Demasiada cantidad de la hormona cortisol de estrés, por ejemplo, conduce a la presión arterial alta y elevada de azúcar en la sangre, endurecimiento de las arterias y enfermedades del corazón, según **Bruce McEwen, Ph.D.**, director del laboratorio de Neuroendocrinología de la Universidad Rockefeller. Se desgasta el cerebro y conduce a la pérdida de memoria y atrofia de la célula.

Nos estamos dañando a nosotros mismos cuando fallamos de perdonar.

Jesús dijo que este sería el caso. Dijo una parábola acerca de un rey que decidió cobrar sus deudas. Llamó a un hombre que le debía “*10 mil talentos*” ([Mateo 18:24](#)), que hoy sería el equivalente de millones de dólares. El hombre no podía pagar, así que el rey “**Pero no teniendo él con qué pagar, su señor ordenó que lo vendieran, junto con su mujer e hijos y todo cuanto poseía, y que se le pagara la deuda**” ([Mateo 18:25](#)).

En tiempos bíblicos había tres formas se abordaron los deudores morosos — todos ellos áspero. El deudor o su familia podrían ser obligados a trabajar para el prestamista hasta que la deuda fue pagada. El deudor o su familia podrían ser encarcelados — con la esperanza de que parientes pagara la deuda para liberarlos. O el deudor y su familia podrían ser vendidos como esclavos — para dar el prestamista una oportunidad de recuperar al menos algunas de sus pérdidas. Como he dicho, todas las formas de los deudores morosos fueron tratados en tiempos bíblicos eran duras. No había ningún capítulo 11 de bancarrota en esos días, sin declararse en bancarrota.

El rey en la parábola de Jesús escogió la tercera manera de tratar con el hombre que le debía **“10 mil talentos”**. Ordenó que el hombre y su familia ser vendidos como esclavos.

Cuando el hombre oyó esto, se cayó de rodillas y pidió misericordia:

Mateo 18:26 (LBLA)

²⁶ **“Entonces el siervo cayó postrado ante él, diciendo: “Ten paciencia conmigo y todo te lo pagaré”.**

Entonces el rey hizo algo extraordinario:

Mateo 18:27 (LBLA)

²⁷ **“Y el señor de aquel siervo tuvo compasión, y lo soltó y le perdonó la deuda”.**

¡Qué tal increíble — el rey canceló la deuda! El hombre había pedido tiempo para pagarla, pero el rey siguió adelante y lo cancela. Él perdonó el equivalente de millones de dólares de deuda.

Imagínese si el Presidente de Visa le llama y dice, “¿sabes que debes en tu tarjeta de crédito \$3.500? Olvídale. ¡Se cancela!” O imagínese si el Banco llama y dice: “¿Sabes que debes \$185.000 en tu casa, que está programado para hacer los pagos mensuales en los próximos 20 años? Olvídale. ¡Se cancela!” Esos escenarios tomara un esfuerzo para imaginarlo, ¿no? Pero eso es lo que hizo este rey — se anuló completamente a la deuda.

¿A quién está representando el rey en esta historia? ¿A quién representa el siervo con la deuda imposible?

El rey representa:

El siervo con la deuda imposible representa:

El rey piadoso representa a Dios, y el siervo con la deuda imposible nos representa. Dios perdono nuestra deuda de pecado, una deuda nunca seríamos capaces de pagar nosotros mismos — aparte que con la separación eterna de Él. Nos perdonó porque le preguntamos. Nos perdonó libremente, sin preguntarnos a salir a luchar para pagarle de alguna forma.

Pero eso no es el fin de la historia de Jesús. Dijo que fue el hombre que había sido perdonado su deuda y...

Mateo 18:28 (LBLA)

²⁸ **“Pero al salir aquel siervo, encontró a uno de sus conserenos que le debía cien denarios, y echándole mano, lo ahogaba, diciendo: “Paga lo que debes.”**

Un denario era una pequeña cantidad de dinero en comparación con un talento. (Costó 6.000 denarios para equivaler un talento. El primer hombre le debía al rey 10.000 talentos, el equivalente de 60 millones de denari. Los 100 denari que le debía su conserivo eran microscópicos en comparación). Pero el hombre agarró su conserivo alrededor de la garganta y exigió su dinero.

Mateo 18:29-30 (LBLA)

²⁹ “Entonces su conserivo, cayendo *a sus pies*, le suplicaba, diciendo: “Ten paciencia conmigo y te pagaré.”

³⁰ Sin embargo, él no quiso, sino que fue y lo echó en la cárcel hasta que pagara lo que debía.

El conserivo hizo la misma declaración que había hecho al rey, pero no le hizo caso. Hecho al hombre en la cárcel.

Mateo 18:31-35 (LBLA)

³¹ Así que cuando vieron sus conserivos lo que había pasado, se entristecieron mucho, y fueron y contaron a su señor todo lo que había sucedido.

³² Entonces, llamándolo su señor, le dijo: “Siervo malvado, te perdoné toda aquella deuda porque me suplicaste.

³³ “¿No deberías tú también haberte compadecido de tu conserivo, así como yo me compadecí de ti?”

³⁴ Y enfurecido su señor, lo entregó a los verdugos hasta que pagara todo lo que le debía.

³⁵ Así también mi Padre celestial hará con vosotros, si no perdonáis de corazón cada uno a su hermano.

El hombre a quien el rey había perdonado una gran cantidad no perdonaría su conserivo una cantidad relativamente pequeña. El rey estaba furioso cuando se enteró. El hombre fue arrestado y arrojado a la cárcel “*para ser torturado*”. Jesús dijo que el Padre Celestial hará lo mismo para nosotros si no perdonamos.

Aprendimos anteriormente en este capítulo que cuando Dios dice que no nos perdona si no perdonamos a otros, no se refiere al perdón en un sentido eterno. Él ha prometido que seríamos eternamente salvos si ponemos nuestra fe en Jesús, y Él no se contradice (Juan 5:24, Hechos 16:31, Romanos 10:9–10, Efesios 2:8–9). Se refiere al perdón en un sentido experiencial. No experimentamos las bendiciones que son nuestros por su perdón de nosotros si no somos capaces de perdonar a los demás. De hecho, estaremos “*torturados*” (v.34).

Como hemos visto, la investigación moderna ha revelado lo que la tortura se compone de: acelera la frecuencia cardíaca, hipertensión arterial, cardiopatía, atrofia del cerebro de la célula, pérdida de memoria y así sucesivamente. Infligimos estrés físico, mental y emocional en nosotros mismos cuando nos negamos a perdonar. Somos nuestros propios verdugos.

Es costoso guardar rencor. Peter Johnson, en la revista *USA Today*, escribió sobre la legendaria enemistad entre los Hatfield y los McCoy. Nadie está seguro de cómo comenzó, tal vez durante la Guerra Civil (los McCoy simpatizaba con la Unión, los Hatfield con el Sur), o tal vez sobre una acusación que estaban robando los marranos de los Hatfield. Cualquiera sea la causa, las dos familias lucharon durante años por la frontera de Kentucky. Duró hasta el mes de Mayo de 1976 cuando Jim McCoy y Willis Hatfield — los últimos supervivientes de las familias originales — se dieron la mano en una ceremonia pública para dedicar un monumento a las víctimas de la contienda. Cuando McCoy se murió en 1984 (a la edad de 99), su entierro fue manejado por la funeraria de Hatfield en Toler, KY.

Por fin la paz, pero paz demasiado tarde: más de 100 hombres, mujeres y niños murieron en los combates. Es costoso guardar rencor.

Por otro lado, el perdón nos hace libre, como lo demuestra la historia de **Corrie ten Boom** de Holanda. **Corrie** fue arrestada junto con su familia por esconder judíos de los Nazis durante la segunda guerra mundial. Ella fue enviada con su hermana a un campo de concentración donde experimentaron numerosos horrores, y donde murió su hermana. Después de la guerra, **Corrie** tenía un ministerio hablando, hablando de las formas milagrosas que Dios había hecho a través del sufrimiento. ¡Una noche, en un servicio, vio a uno de los guardias del campo de concentración!

En su libro *El Lugar Escondido* recuerda lo que pasó:

“Fue en un servicio religioso en Múnich que lo vi, ex S.S. quien había sido guardia en la puerta del cuarto de ducha en el centro de procesamiento en Ravensbruck. Fue el primero de nuestros carceleros reales que había visto desde entonces. Y de repente todo estaba allí — el cuarto lleno de hombres burlona, los montones de ropa, la cara de dolor-blanqueado de Betsie.

Llegó a mí mientras que la iglesia se estaba vaciando, emocionado e inclinándose. Él dijo, “Cuán agradecido estoy por su mensaje, Fraulein.” “Para pensar que, como tú dices, ¡Él lavó mis pecados!”

Extendió su mano para dármele. Y yo, quien había predicado tan a menudo a la gente de Bloemendaal la necesidad de perdonar, mantuve mi mano a mi lado.

Aun cuando los pensamientos furiosos y vengativos estaban hirviendo a través de mí, vi el pecado de ellos. Jesús Cristo había muerto para este hombre; ¿Te iba a pedir más? Señor Jesús, oré, perdóname y ayúdame a perdonarlo.

Traté de sonreír, luché para levantar la mano. No podía. No sentí nada, no la más mínima chispa de calor o de la caridad. Y así otra vez respiraba una oración en silencio. Jesús, no puedo perdonarlo. Dame tu perdón.

Cuando tomé su mano algo increíble sucedió. De mi hombro a lo largo de mi brazo y mi mano una corriente parecía pasar de mí a él, mientras que en mi corazón surgió un amor por este extraño que casi me abrumó.

Y así descubrí que no está en nuestro perdón alguno ni siquiera más en nuestra bondad que da vuelta la sanidad del mundo, sino en ÉL. Cuando ÉL nos dice que amemos a nuestros enemigos, le da, junto con el mandato, el amor de sí mismo”.

Cuando **Corrie** decidió perdonar, el amor de Dios entró en la escena y le dio el poder para hacerlo. Ella fue liberada de la amargura que sentía por la ex guardia. El perdón la libero.

¿Hay alguien que necesitas perdonar? ¿Un padre que abusó de ti? ¿Un hijo o hija que rechazó su amor? ¿Un delincuente que te hirió? Un pastor o iglesia que traicionó su confianza.

“Pero no se lo merecen”. Tienes razón. Pero no nos merecíamos el perdón que Dios nos dio. “Pero no puede escaparse con ella”. Tienes razón. Pero recuerde, es la obra de Dios para traer las consecuencias ([Romanos 12:19](#)). “No sé si puedo. Me duele demasiado”. Puedes — como un acto de su voluntad. Cuando elegimos a obedecer como **Corrie**, nos liberaremos.