



Dios perdona
¿Puedo perdonar yo?

Todos los derechos reservados.

Las citas Bíblicas son de la Versión Popular(Dios habla Hoy), usada con el permiso correspondiente @ Sociedades Bíblicas Unidas, 1983

Partners in Evangelism (Compañeros en Evangelización) es el ministerio de prisiones de *The Word Among Us* y *La palabra entre Nosotros*. Este ministerio se inició en 1989 como una respuesta a la creciente necesidad de ayudar en su fe a los presos Católicos. El ministerio de *Compañeros* reúne fondos para regalar material espiritual a los presos, incluyendo las revistas *The Word Among Us* y *La Palabra entre Nosotros*. Basadas en las lecturas diarias de la Misa, las revistas ayudan a los presos a crecer en su relación personal con Dios, amor por la oración, la Eucaristía y las Sagradas Escrituras. El total de las donaciones recibidas por *Compañeros en Evangelización* son empleadas en los programas de servicios a los presos.

La presente versión de “Dios Perdona, ¿puedo perdonar yo?” es una traducción hecha por José Antonio Soto, del Departamento de Circulación de *La Palabra entre Nosotros*, del original en Inglés “God Forgives Can I?”

Querido amigo(a):

- ¿Alguna vez has sentido la necesidad de ser perdonado?
- ¿Alguna vez has tenido que luchar contra una rabia, o contra una profunda herida?
- ¿Es para ti difícil decir, “Yo te perdono” ó “Por favor, perdóneme?”
- ¿Quieres sentirte con más gozo y libertad?

Si has contestado “sí” a alguna de estas preguntas, deberías escuchar qué dice Dios acerca del perdón.

Para todos, algunas veces, es difícil perdonar o pedir perdón. Pero cuando se está detrás de las rejas, en la cárcel, es mucho más fácil sentir odio, rabia o tener sentimientos de culpa. Sentir lástima de sí mismo, la vergüenza y los deseos de venganza son sentimientos que pueden clavarse tan profundamente dentro de uno, que resulta casi imposible pensar en algo como compasión, misericordia, perdonar, y menos aún, el pensar en recibirlos. A menos que te enfrentes a esas realidades dentro de tu corazón, de lo contrario te encontrarás atrapado en una falta de perdón que terminará destruyéndote.

¡La buena noticia es que no tienes que pelear esa batalla solo! Jesús está de tu lado, listo a ayudarte, para que puedas sentir y experimentar el perdón de Dios en tu corazón. Mientras el amor y la misericordia de Dios suavizan tu corazón, recibirás el poder para perdonar inclusive a aquellos que más te han fallado y herido.

Este librito te ayudará a entender y a abrirte para recibir la promesa de Jesucristo. Aquí encontrarás catorce pequeñas reflexiones, cada una seguida de los pasos y la forma en que las puedes poner en práctica, así como una oración que te facilitará ponerte en comunicación con Dios. Puedes enfocarte en una misma reflexión cada día durante dos semanas, o avanzar a tu propio gusto.

¡Cada reflexión te presentará unos cuantos puntos, pero no leas de carrera! Sacarás el mayor provecho de este librito si te regalas a ti mismo el tiempo suficiente para escuchar ese mensaje especial que Dios tiene *para ti*.

¡Dios tiene muchas cosas reservadas para ti! Pídele a Él que te ayude a recibirlas a medida que tú lees este librito y reflexionas en las verdades espirituales que vas a encontrar. Nosotros estaremos orando por ti.

Ángela M. Burrin

Compañeros en Evangelización (Partners in Evangelism)

Directora



“Yo te perdono”

¡Tan sólo tres pequeñas palabras, pero cómo tienen de poder! Expresan generosidad hacia quienes nos han herido, y también un deseo de ver sanada la relación que ha sido dañada. El perdón y el arrepentimiento abren nuestros corazones y dan cabida para que el amor de Dios circule libremente dentro de nosotros.

El perdón es un gran regalo que Miguel, prisionero en el pabellón de la muerte, pudo ver:

Me he visto obligado a enfrentar mi propia muerte. He sido bendecido con el tiempo suficiente para enderezar mi vida y hacer las paces con Dios. He podido pedir y buscar perdón a quienes he herido. También he tenido tiempo para ser sanado de mis propias heridas y para perdonar a todos los que siento que me han defraudado.

Quiero decirte: No cuentes con un mañana. Aprecia ahora cuánto vale cada día para ti y vívelo como si fuera tu último día. Vive la vida que Dios te ha dado lo mejor que puedas, y aprovecha cada día que Dios te ha dado por Su gloria. No olvides la enseñanza de Jesús acerca de los dos principales mandamientos: “Amarás al Señor tu Dios con todo tu corazón, con toda tu alma y con toda tu mente. Amarás a tu prójimo como a ti mismo” (Mateo 22, 37, 39). La próxima vez que te encuentres con tu prójimo puede ser la última. Busca el perdón y perdona a quienes te han herido. ¡No lo dejes para mañana, hazlo hoy! Busca al Señor y arrepíentete de todos tus pecados, y vive cada día buscando darle mayor gloria.

¡Actúa ahora!

¿Cuándo escuchas la palabra “perdón,” que pensamientos vienen a tu mente? ¿Piensas que el perdón es una bendición de Dios? ¿Crees que el perdón está fuera de tu alcance? ¿Alguien nunca te ha perdonado? ¿Hay alguien se haya negado a perdonarte? ¿Cómo reaccionaste cuando eso te pasó? Empieza un diario y utilízalo para escribir tus pensamientos acerca del perdón.

¡Oración!

Oh Dios, te pido que estés conmigo cuando lea las Escrituras

y piense y ore acerca del perdón. Ayúdame, Señor, a estar abierto a Tu voluntad para mi vida.



Dos que perdonaron

Tal vez estés familiarizado con la historia de José en el Antiguo Testamento. (La puedes encontrar en el libro del Génesis 37-45.) Sus hermanos tenían tantos celos de José que lo arrojaron en un pozo para que allí muriera. Pero Dios tenía otros planes.

José fue rescatado y llegó a ser la mano derecha del faraón en Egipto. Cuando una gran hambre llegó a Egipto, José era el jefe de suministro de alimentos del país.

¿Qué hizo él cuando sus hermanos llegaron con hambre a pedirle provisiones para comer? ¡José les ofreció no sólo alimento, sino también el regalo del perdón! Él no guardó ningún resentimiento en su corazón.

Pero naturalmente que Jesús es el mejor modelo y profesor del perdón. ¡Aunque Él sólo predicó en unas cuantas poblaciones y ciudades, Su llamado a arrepentirnos de nuestras culpas y Su mensaje del amor de Su Padre cambió a todo el mundo!

Jesús nos dice que debemos perdonar completamente—hasta setenta veces siete, si así es necesario (Mateo 6, 14-15; 18, 21-35; Juan 8, 3-11). Él nos enseñó que no debemos vengarnos contra quienes nos han herido o nos han perseguido, sino que debemos amarlos (Mateo 5, 44). También nos dijo que no debemos condenar, denunciar o guardar rencor a nadie sino que debemos reemplazar ese resentimiento y rencor con el amor. En pocas palabras, Jesús nos llama a amar a los demás como Él nos ha amado a nosotros (Juan 15, 12).

Jesús estuvo tan lleno del amor de Su Padre que Él pudo dar perdón y salvación a todos con quienes se encontraba. Una mujer estuvo tan emocionada por Su misericordia que interrumpió una fiesta a la que asistía Jesús. Allí ella besó los pies del Señor y los lavó con un perfume costoso para mostrarle su agradecimiento (Lucas 7, 36-50). Un cobrador de impuestos llamado Zaqueo devolvió todo el dinero que había robado—y mucho más de lo que había quitado—porque él experimentó la compasión de Jesús (Lucas 19, 1-10).

En el Calvario Jesús nos dio el más precioso ejemplo de perdón. Uno de los dos ladrones que habían sido crucificados con Él reconoció la inocencia de Jesús y admitió su propia

culpabilidad. El ladrón le dijo al Señor: “Jesús, acuérdate de mí cuando llegues a Tu reino.” Jesús le contestó: “Te aseguro que hoy estarás conmigo en el paraíso” (Lucas 23, 42-43). ¡Qué maravillosa forma de recordarnos que todo lo que tenemos que hacer es reconocer nuestros pecados y pedirle a Jesús que nos perdone!

¡Actúa ahora!

Abre tu Biblia y lee los siguientes pasajes de la Escritura que nos hablan de personas que vieron y recibieron el perdón: Génesis 37-45; Juan 8, 3-11; Lucas 7, 36-50; Lucas 19, 1-10 y Lucas 23, 42-43. En tu diario escribe tus respuestas a las preguntas que encuentras a continuación. Si tienes oportunidad, comparte tus pensamientos y respuestas con alguien más.

- De cada una de estas lecturas de la Biblia, escoge una persona que hubiera sentido la necesidad de ser perdonado ¿Cuáles crees que fueron las razones por las que esas personas decidieron cambiar sus vidas?
- ¿Con cuál de esas personas te identificas más, y por qué?
- ¿Por qué crees que José fue capaz de perdonar a sus hermanos en vez de guardarles rencor y deseos de venganza?
- ¿Por qué crees que Jesús perdonó al ladrón que se arrepintió en la cruz? Colócate en el lugar de ese ladrón y pregúntate a ti mismo: ¿Que te hubiera dicho Jesús a ti?

¡Oración!

Oh Jesús mío, Tú eres tan amoroso. Quiero amarte como Tú lo haces, pero sé que mi corazón se siente herido y sin perdón. Por favor, suaviza mi corazón con Tu amor.



El perdón y la “lógica del amor”

La lógica es un maravilloso regalo del Señor que nos ayuda a escoger las cosas correctas. Pero en algunas ocasiones la razón por sí sola no es suficiente, como en el caso de perdonar a los otros en nuestro corazón. Entonces necesitamos de la “lógica del amor.” La Madre Teresa entendió esta lógica y cómo ella funciona. “Una vez que tú has herido a alguien, debes ser el primero en decir ‘lo lamento,’ ” dice ella. La Madre Teresa luego explica qué es lo que hace que se pueda decir eso: “No podemos perdonar a menos que nosotros mismos sepamos que necesitamos perdón y que ese perdón es el comienzo del amor.”

Para vivir la “lógica del amor,” debemos primero conocer a Dios porque Dios es amor. Esto es muy importante porque la posibilidad y capacidad de amar y perdonar es algo que Dios hace en nosotros mismos primero. Dios es amor (1ª de Juan 4, 16), y en la medida que nosotros nos abramos a Él y le digamos que “sí,” así mismo recibiremos Su amor y entonces seremos capaces de compartir ese amor con los demás. ¡Dios es tan maravilloso que Él hace posible aún aquellas cosas que nosotros pensamos que son *imposibles* (Lucas 1, 37)! Si nosotros vivimos en Dios, podremos perdonar a los demás tan completamente como Dios nos ha perdonado.

Nuestra relación con Dios crece con la ayuda y el poder del Espíritu Santo, que es Quien nos da la capacidad de compartir la naturaleza divina de Dios. El Bautismo es el primer paso en nuestro proceso de transformación. Después de ese primer paso, con cada día que pasemos siguiendo a Jesús, empezamos a crecer en el conocimiento y entendimiento del poder que el amor salvador que Dios tiene para cada uno de nosotros. Poco a poco, como lo dice el Papa Juan Pablo II, “el perdón de Dios llega a convertirse en nuestros corazones como una inagotable fuente de perdón en nuestra relación con los demás.”

¿Qué piensas tú acerca de Dios? ¿Piensas que Él es como un “policía en los cielos,” o lo conoces como un Dios amoroso que cuida de ti y que está comprometido a renovar tu vida con Su amor (Jeremías 31, 3; Juan 10, 10)?

¿Sabes que Dios tiene un maravilloso plan de amor para ti y que te ama tanto que no quiere dejarte en el estado en que estás ahora (Jeremías 29, 14)?

¡Actúa ahora!

Ahora, lentamente, lee cada uno de los pasajes de la Biblia mencionados para este día. A medida que leas, algunas de las palabras podrían “resaltar” sobre las demás. Este es el trabajo del Espíritu Santo, traer tu atención y tus ojos a esas palabras especiales. Escribe esas frases y versículos en tu diario. Háblale a Dios lo que piensas acerca de esas palabras. Después siéntate silenciosamente y espera a escuchar la tranquila y suave voz de Dios que te habla a tu corazón y que te dice como Él quiere que tú te comportes y camines con Él en este día.

Hay una cosa más para hacer hoy. Si hay alguien a quien necesitas pedir perdón, piensa en hacerle una llamada o escribirle una carta.

¡Oración!

Padre, te doy gracias por haberme creado para conocerte y amarte. Aunque no siempre he sentido Tu amor por mí, sé que

nunca has dejado de amarme. ¡Nada puede separarme de Tu amor a pesar de todo lo que haya hecho o vaya a hacer con mi vida, siempre me amarás!

Día 4



“Padre, perdónalos”

Jesús entregó Su vida porque Él “nos ama, y nos ha librado de nuestros pecados derramando Su sangre, y ha hecho de nosotros un reino; nos ha hecho sacerdotes al servicio de Su Dios y Padre” (Apocalipsis 1, 5-6).

¡Lo asombroso es que este amor nos llega no sólo de un buen hombre; este buen hombre también es el Hijo de Dios! Cuando Jesús fue bautizado por Juan el Bautista en el río Jordán, el Espíritu Santo descendió sobre Él, y se escuchó la voz de Dios que decía: “Este es mi Hijo amado, a quien he elegido”(Mateo 3, 13-17; Marcos 1, 9-11; Lucas 3, 21-22). Después de escuchar a Su Padre y lleno del Espíritu Santo, Jesús empezó a predicar el reino de Dios y a sanar a todos los que venían a Él.

¿Qué agradecimiento recibió Jesús por Sus buenas obras y la buena noticia del reino de Dios? Después de tres años, fue falsamente acusado, azotado, coronado con espinas y forzado a cargar con Su cruz por las calles de Jerusalén, hasta llevarla al Calvario. Allí fue colgado y clavado de pies y manos a la cruz mientras escuchaba a la gente burlarse de Él y a los líderes religiosos insultarlo para que mostrara Su poder.

Jesús no se merecía nada de todo eso y sin embargo Él oraba diciendo: “Padre, perdónalos porque no saben lo que hacen” (Lucas 23, 34). Él sabía que “todos han pecado y están lejos de la presencia salvadora de Dios” (Romanos 3, 23). Él sabía que nosotros necesitábamos un Salvador.

Por Su muerte en la cruz, Jesús obtuvo para nosotros la gracia del perdón de nuestros pecados y la reconciliación con Dios Padre para poder tener, nuevamente, una relación viva con Él. Pero nuestros pecados merecían un castigo y Jesús con Su muerte pagó ese castigo y nos redimió de nuestras culpas. Él, que no era culpable, pagó la deuda por nosotros que sí somos culpables. “Pero Él fue traspasado a causa de nuestra rebeldía, fue atormentado a causa de nuestras maldades; el castigo que sufrió nos trajo la paz, por Sus heridas alcanzamos la salud” (Isaías 53, 5).

Por nuestros pecados Jesús tuvo que morir en la cruz.

Nosotros somos responsables por la muerte del Hijo de Dios. ¿Qué otro crimen podría ser peor que éste?

Pero, maravillosamente, Jesús nos ofrece la salvación eterna—el cielo—como un regalo amoroso. Claro está que esta salvación no es nuestra sino hasta que la aceptemos. Para aceptarla, debemos, por la fe, recibir a Jesús en nuestras vidas y proponernos a llevar una nueva vida (Efesios 2, 8-10; Santiago 2, 17).

Para muchos hombres y mujeres, estar tras las rejas no es un inconveniente para llevar una vida santa. Es más, estar en la cárcel puede ser una gran oportunidad para acercarse a Dios, como nos comenta un prisionero llamado William:

Mi amistad con Jesús ha crecido muchísimo durante los dos últimos años. Ahora, aquí en la prisión, he tenido tiempo para hablar con Dios, pedirle Su perdón por todo lo malo que he hecho contra Él, contra mi familia, mis amigos y mis compañeros. Ahora me siento mejor conmigo mismo y pienso que Dios cuida de mis necesidades.

¡Actúa ahora!

Abre tu Biblia y lee el relato del sufrimiento y muerte de Jesús en el Evangelio de San Lucas (Lucas 22, 47- 23, 56) y recuerda que Jesús te tenía en Su mente y en Su corazón mientras estaba colgado en la cruz; Él murió para devolvarte el derecho a relacionarte con tu Padre. Jesús quiere ser parte de tu vida íntima. Si estás listo para invitarlo dentro de tu corazón, puedes, entonces, hacer la siguiente oración:

¡Oración!

Padre, te pido perdón por todas las cosas malas que he hecho. Quiero abandonar y apartarme de todo eso. (Cuéntale a Dios tus pecados.) Jesús, gracias por morir por mí en la cruz y por lavarme de todos mis pecados para que pueda tener la vida eterna. Por favor, ven a mi corazón para que seas mi Salvador y mi Señor. Lléname de Tu Espíritu Santo y cámbiame en la persona que Tú quieres que yo sea. Amén.



Dios está deseoso de perdonar

El amor de Jesús es tan grande que nosotros escasamente podemos empezar a entenderlo: “Pues Dios amó tanto al mundo, que dio a su Hijo único, para que todo aquel que cree en Él no muera, sino que tenga vida eterna” (Juan 3, 16). Dios es tan misericordioso que cuando nos acercamos a Él ningún resentimiento, amargura o rencor lo detiene para derramar Su amor en nosotros.

La parábola del hijo pródigo (Lucas 15, 11-32) nos muestra cuánto ama Dios y cuánto quiere perdonar. Es la historia de un hijo desagradecido que abandona su hogar y malgasta su herencia. A pesar de eso, su padre espera ansiosamente su regreso todos los días. Cuando finalmente el hijo vuelve a casa, el padre corre a abrazarlo y cubrirlo de besos. “El padre ni siquiera le da tiempo al hijo de disculparse,” dice el Papa Juan Pablo II. “Todo es perdonado. La inmensa alegría del perdón, de darlo y recibirlo, sana heridas que antes parecían incurables y reconstruye relaciones rotas, dándoles firmes raíces en el inagotable amor de Dios” (Del Día de Paz Mundial).

Al igual que ese padre, Dios nuestro Padre está esperando que regresemos a Él. Cuando lo hacemos, Él corre a encontrarse con nosotros, con los brazos bien abiertos y el corazón lleno de Su amor misericordioso. ¡Qué maravilloso saber que Dios está siempre listo a perdonarnos! Pero estas buenas noticias pueden ser difíciles de creer. Así lo vemos en lo que una señorita llamada Patricia escribió recientemente:

En mi casa me criaron como católica, pero en realidad, en mi corazón, yo nunca creí que Dios podría permitir que Su Hijo fuera crucificado para que mis pecados pudieran ser perdonados. Pero un día mientras estaba sentada en mi celda, una vez más pidiéndole a Dios Su ayuda, empecé a pensar acerca de esa persona de “Jesús” y a realmente tratar de entenderlo. En alguna forma mi “despertar” sucedió y empecé a creer en Jesucristo y en Dios como nunca antes.

¿Dudas tú también del perdón de Dios? ¿Es difícil de creer que Dios te haya perdonado todos tus pecados, inclusive aquellos que tu mismo piensas que nadie perdonaría? ¿Has llegado a pensar de ti mismo que “Mis pecados son muchos, muy graves y malos?” Al conocer el amor que te tiene, esto

te ayudará a entender Su perdón. Esto es cierto para todos nosotros. Solamente viviendo y experimentando el amor que Dios tiene por nosotros, solamente así podremos llegar a perdonarnos a nosotros mismos por todo el daño y las heridas que nos hemos hecho a nosotros mismos y a los demás. El amor misericordioso de Dios puede transformarnos inclusive hasta el punto de llegar a aceptarnos y querernos a nosotros mismos.

¡Actúa ahora!

Abre tu Biblia y lee la historia del hijo pródigo en Lucas 15, 11-32. Después cierra tus ojos e imagínate a Tu Padre de los cielos abrazándote y diciéndote: “¡Bienvenido a casa! Yo te perdono todos tus pecados, incluyendo todos aquellos que tú piensas que no puedo, ni podré perdonarte.” Dile en voz alta: “Padre, yo creo y acepto Tu perdón.”

Aprovecha todos los sacramentos que Dios nos ha dado para fortalecer nuestra fe y sostener nuestra vida cristiana. Consigue una cita con un sacerdote para confesar todos tus pecados y recibir la sanación y fortaleza del Sacramento de la Reconciliación.

¡Oración!

Dios mío, me arrepiento, de todo corazón, de mis pecados y de haberte ofendido. Al haber escogido hacer lo malo y dejar de hacer lo bueno, he pecado contra ti en vez de amarte sobre todas las cosas. Yo me propongo firmemente, con Tu ayuda, a hacer penitencia, a no pecar más y a alejarme de todo lo que me lleve a pecar. Jesucristo mi Salvador sufrió y murió por mí. En Su nombre, Dios mío, ten misericordia de mí. Amén. (Esto es un Acto de Contrición).



El peso de la vergüenza y la culpabilidad

Los pecados que hemos cometido se convierten para nosotros en un tremendo peso de culpabilidad. Estamos oprimidos por el peso de los recuerdos del mal que hemos hecho, de las personas que hemos herido con nuestras acciones, las vidas y relaciones que duramente hemos arruinado. Un prisionero ha escrito:

Estoy encarcelado por crímenes que la “buena gente” jamás podría comprender. He sido un abusador sexual de niños. Para muchos, especialmente para otros presos

condenados por crímenes violentos, yo soy visto como el más salvaje de todos, y esto ha hecho que yo me vea “imposible de ser perdonado y redimido.” Lucho para poder aceptar que Dios me perdona. He escuchado que “el punto central del cristianismo es que Dios creyó que valía la pena morir por la humanidad.” El conocer esta verdad me ha ayudado a seguir adelante. Aún cuando nadie me perdona, Dios lo hará. Dios quiere que yo ame a mis enemigos como Él los ama, si yo fallo en mis esfuerzos para amarlos, Jesús todavía intercede por mí. Con Su sacrificio en la cruz Él me sana para poder amar.

Sólo una cosa puede vencer el peso del sentimiento de culpabilidad: ¡saber que Dios es el Amor Mismo y nos ama sin condiciones!

Jesús dijo: “Yo los amo a ustedes como el Padre me ama a mí” (Juan 15, 9). No importa lo que hayamos hecho antes, pues Dios es “tierno y compasivo, paciente y grande en amor y verdad, lento a la ira” (Éxodo 34, 6). Dios ha derramado Su amor en nuestros corazones por medio del Espíritu Santo (Romanos 5, 5). Allí, en lo profundo de nuestro ser, podemos experimentar un divino perdón que hace desaparecer nuestros sentimientos de culpabilidad y vergüenza. En cualquier momento podemos voltearnos hacia Dios y experimentar su amor y perdón. Él quiere derramar sobre nosotros Su misericordia y compasión, y todo lo que nos pide es un corazón arrepentido de lo malo que hayamos hecho.

Cualquiera que se siente impedido emocionalmente como consecuencia de los pecados cometidos, necesita enfrentarse con esos sentimientos de culpabilidad. Si no enfrentas y resuelvas estos sentimientos, esto puede causar confusión y separación en tu vida. El quedarte con ese sentimiento de culpa te vuelve una persona amargada, y te sentirás acusado y a la defensiva, y perderás tu autoestima.

Si te sientes culpable, trata de buscar el origen de ese sentimiento y cuando empezó. ¿Viene de unos pecados que no has confesado todavía? ¿Viene de Satanás? Si ya te has arrepentido de tus pecados y errores, puede suceder que Satanás te quiera robar el gozo y libertad que son la herencia a los que tenemos derecho como hijos de Dios.

Cuando el Espíritu Santo nos deja ver nuestros pecados, Él no nos abandona con nuestros sentimientos de culpa. El Espíritu siempre nos ayuda en forma positiva. En cambio Satanás es siempre negativo. El empeño de Dios es darnos vida. Satanás es el “acusador” y el “ladrón” que “viene solamente

para robar, matar y destruir” (Juan 10, 10). Él siempre trata de ponernos sentimientos de culpabilidad, temor, y desesperación.

¡Actúa ahora!

Cierra tus ojos e imagínate a Jesús muriendo por ti en la cruz. Ahora mira a tu corazón para ver si hay allí pecados por los cuales necesitas pedirle perdón a Dios. ¡Hazlo ahora! Acepta el perdón de Dios y recuerda, cuando le confiesas tus pecados a Dios, el poder de Satanás sobre ellos se rompe.

Si nunca has sido capaz de perdonarte a ti mismo, pídele ayuda a Jesús para que puedas hacerlo ahora mismo. Si no has podido aceptarte y amarte a ti mismo, pídele que derrame Su paz y Su amor transformador en tu corazón. Con el tiempo verás como cambia la forma en que piensas de ti mismo. Recuerda: Dios es siempre fiel, siempre puedes confiar en Él. ¡Cuando sus hijos le piden pan, Él nunca les dará una piedra (Mateo 7, 9)!

¡Oración!

Espíritu Santo, me siento muy culpable y avergonzado por los pecados que he cometido. Ayúdame a estar seguro que en Cristo he sido perdonado. Te doy gracias, Padre, por cubrir mi corazón con Tu amor que me transforma, para que yo pueda perdonarme a mí mismo.



¿Justicia o misericordia?

¿Qué quieres recibir—justicia o misericordia? Una cosa es cierta: ¡todos queremos la misericordia!

Pero ahora la pregunta es: ¿Qué quieres que reciban los demás? ¿Somos nosotros compasivos con los demás y queremos para ellos compasión y misericordia o pedimos para ellos una estricta justicia? Antes de que contestes, piensa en estas fuertes y retadoras palabras de Jesús: “Dios los juzgará a ustedes de la misma manera que ustedes juzguen a otros; y con la misma medida con que ustedes midan, Dios los medirá a ustedes” (Mateo 7, 2).

La manera en que nosotros tratemos a la gente es la misma forma en que seremos tratados por Dios. Si queremos misericordia y compasión, tenemos que ser misericordiosos y compasivos con los demás. Si nosotros pedimos que los demás reciban una justicia de “ojo por ojo” y que tengan que pagar por los pecados y errores que hayan cometido contra nosotros,

entonces Dios enjuiciará nuestros pecados en la misma medida. Recibiremos exactamente lo que merecemos. ¿Es eso, en realidad, lo que queremos?

Fijémonos en Jesús nuevamente. Más que nadie Él tiene el derecho a buscar retribución de nosotros. Jesús podría haber exigido honor y respeto de todos nosotros, sin ninguna excepción, ni apelación. Pero con Su voluntario sacrificio en la cruz, nos muestra el deseo que Dios tiene de perdonarnos, inclusive a los peores pecadores. San Esteban, el primer mártir, siguió el ejemplo de Jesús, pues cuando estaba muriendo a pedradas, el santo oró así: “Señor, no les tengas en cuenta este pecado” (Hch 7, 60). San Esteban había podido contestar con odio y rencor, pero en cambio, fijó la mirada en Jesús. Se mantuvo firme en su fe en el Dios vivo que le ordenó amar, a pesar de persecuciones, calumnias, desprestigios, y aún frente a una muerte violenta.

¡Actúa ahora!

Reflexiona ahora sobre tu propia vida, pasada y presente. Haz una lista de las personas a las que necesitas perdonar: tus padres, esposa(o), tus hijos, profesores, amigos, jueces, fiscales, acusadores, o cualquiera que haya mentido acerca de ti, que te haya delatado, entregado, que te haya herido o abusado de ti. Ahora reza la siguiente oración:

¡Oración!

Padre, traigo ante Ti todas las personas que me han herido. Para mí ellos son culpables y merecen Tu castigo. Pero yo quiero quererlos como Tú los quieres, Padre, y por eso, libremente escojo darles el regalo de mi perdón, aún para aquellos que creo que no se merecen ser perdonados. (Llame a cada uno individualmente). Señor, estoy arrepentido por todas las deudas que he estado cargando en mi mente. Yo las pongo a los pies de Tu cruz.

Día 8:



Da generosamente lo que has recibido con generosidad

Jesús nos ha enseñado que debemos perdonar no sólo las ofensas grandes, sino también las pequeñas, y si es necesario, debemos estar dispuestos a perdonar frecuente y repetidamente (Mateo 18, 21-22). Debemos perdonar con generosidad porque

hemos recibido de Dios el mayor de los perdones.

Jesús se refirió a este tema cuando contó una parábola acerca de la compasión que un rey tuvo con uno de sus vasallos quien le debía una cantidad de dinero muy grande (Mateo 18, 23-35). Enfrentado con sus deudas, el vasallo le pidió al rey tiempo para pagárselas. El rey hubiera podido ordenar que vendieran al vasallo como esclavo, pero le tuvo compasión y perdonó toda la deuda, escogiendo tener compasión antes que tomar una acción legal.

¿Pero qué hizo el vasallo después de esto? Cuando se encontró con otro vasallo que le debía una cantidad pequeña, lo agarró del cuello, exigiéndole que le pagara inmediatamente y lo hizo meter en la cárcel. El vasallo se olvidó del perdón y la compasión que había recibido del rey. Al saber lo que había sucedido, el rey se enojó y reprendió al vasallo por no haber perdonado y acabó enviándolo a la cárcel (Mateo 18, 32-33).

Así como ese rey, Dios ha cancelado la inmensa deuda de pecado que cada uno de nosotros le debemos a Él. Si hablamos en términos de justicia, Dios podría habernos condenado, pero Nuestro Padre tanto quiere perdonarnos que envió a Su Único Hijo, quien padeció el castigo que nosotros nos merecemos al sufrir y morir en la cruz.

Dios espera que nosotros seamos igualmente misericordiosos con los demás. Jesús dijo: “Ustedes han oído que antes se dijo: ‘Ojo por ojo y diente por diente.’ Pero yo les digo: No resistas al que te haga algún mal; al contrario, si alguien te pega en una mejilla, ofrécele también la otra” (Mateo 5, 38-39); (Cfr. Levítico 24,19-20).

¿Será que vamos a tratar a los demás con misericordia, o cómo los vamos a tratar?

Cada uno de nosotros debemos tomar la decisión.

¡Actúa ahora!

Lee cuidadosamente la siguiente pregunta: *¿Hay todavía alguien dentro de ti a quien encuentras imposible de perdonar?* No temas admitir la verdad. Dios quiere darte la gracia –ahora mismo– para perdonar. Pídele a Jesús la gracia de ayudarte a perdonar a esa persona desde tu corazón. Exprésale a Jesús tu deseo, une tus manos enfrente de ti e imagina que esa persona está en medio de tus manos. Ahora, abre tus manos y como quien suelta una paloma, alza tus manos hacia el Señor y entrégale a esa persona.

¡Oración!

Jesús, no quiero seguir guardando dentro de mí sentimientos en contra de aquellos que me “deben” algo. Te los entrego todos

a Ti. Yo escojo la misericordia. Cuida mi corazón, y ayúdame para que yo no te retire la confianza que te he dado.

Día 9:



Los obstáculos al perdón

Es fácil captar lo que es la misericordia, pero es difícil practicarla día a día. Por un lado, es difícil perdonar porque cada vez más la sociedad da importancia a los derechos y deseos del individuo, dejando a un lado las relaciones entre las personas. Pero hay muchas otras razones por las cuales es difícil perdonar. Estas son dos de las más frecuentes:

Estoy esperando que se arrepienta. “¿Fue él quien me hirió y no me ha pedido perdón?” “Yo la perdono pero después de que me pida perdón.” ¿Alguna vez has pensado en esta forma? Si alguien dice o hace algo que te hiera y es cruel -tal vez a propósito- y no da muestra de arrepentirse, parecería imposible o poco prudente perdonar a tal persona. Pero ése no fue el modo de pensar de Jesús. Cuando el Señor se enfrentó con el peor de los odios, oposición y crueldad, siempre respondió con amor y misericordia.

No soy capaz de perdonar. Especialmente cuando hemos sido profundamente heridos, es muy probable que no sintamos ni fuerzas ni deseos de perdonar. Pero la verdad es que en cada situación tenemos el poder de decidir qué vamos a hacer. Debemos creer en el poder que Dios tiene para cambiar nuestros corazones y hacernos capaces de obedecer Su mandamiento de amar a los demás. La única otra opción es dejarnos llevar por los sentimientos de odio, frustración y crueldad, sentimientos que nos hieren aún más profundamente.

No es fácil perdonar, y de hecho, es imposible hacerlo sin la ayuda de Dios. Pero si acudimos al Señor y confiamos en Él, Nuestro Padre Celestial nos irá cambiando. Él nos dará el poder para perdonar libremente y sin condiciones, y para llegar a ser tan compasivos como Él es (Lucas 6, 36).

No te desanimes si no te encuentras inmediatamente perdonando con facilidad. No dejes de orar por un corazón compasivo y misericordioso. Y recuerda: “los que confían en el Señor tendrán siempre nuevas fuerzas y podrán volar como las águilas” (Isaías 40,31).

¡Actúa ahora!

¿Cuáles son los obstáculos en tu vida que te impiden

perdonar? Escribe en tu diario estos pensamientos. Piensa en la posibilidad de hablar con alguien –tal vez con tu capellán– para que puedas empezar a tomar decisiones que te ayuden a superar estas dificultades.

¡Oración!

Jesús, no quiero pensar en palabras de perdón mientras guardo en mi corazón sentimientos de rencor. Por eso me coloco al pie de Tu cruz para reconocer y admitir que “he sido crucificado con Cristo y ya no soy yo quien vive, sino que es Cristo quien vive en mí. Y la vida que ahora vivo en el cuerpo, la vivo por mi fe en el Hijo, que me amó y se entregó a la muerte por mí” (Gálatas 2, 20). Ayúdame a perdonar.



Día 10:

El perdón: regalo de sanación de Dios

Esta es una historia acerca de un entrenador de elefantes que estaba mostrándole el zoológico a un visitante. Éste notó que un gran elefante estaba sujeto sólo con una corta cadena de delgados eslabones, la cual estaba atada a su tobillo y enterrada en el piso. “Me causa curiosidad,” dijo el visitante, “cómo una cadena tan débil puede sujetar tan grande animal.” A lo que el entrenador le contestó, “no lo sujeta.” Luego le explicó: “Cuando nace un elefante le colocamos una cadena como ésta alrededor de su tobillo; no importa cuanto el pequeño elefante tire de la cadena, no logrará ni romperla ni arrancarla de la tierra. Llegará el momento en que dejará de jalar. Cuando el elefante haya crecido, continuará atado por la misma cadena. No es que la cadena realmente lo pueda sujetar, es la memoria de la cadena la que lo hace.”

¿Acaso no es la cadena del elefante una buena imagen de las penosas memorias que vamos arrastrando con nosotros mismos? Abusos, abandonos, relaciones rotas, vidas arruinadas y decisiones erróneas son algunas de las heridas que se vuelven peores si seguimos aferrados a nuestro rencor y no perdonamos. Algunas veces, aún si hemos perdonado, la herida se queda porque la tenemos encadenada a la memoria.

La triste y terrible verdad es que la gente hiere a la gente. Pero en la medida en que aceptemos libremente el perdón de Dios y libremente perdonemos aquellos que nos han herido, en la misma medida nos estaremos abriendo al poder sanador de Dios. La facilidad para perdonar viene de la participación en la

verdadera vida de Dios. Cuando perdonamos, lo hacemos por la gracia de Dios -Su vida en nosotros- que nos ayuda a llegar a ser como Él es. Su perdón y compasión son totales y perfectos, son como poderosos ríos que corren hacia nosotros y nos cubren con su agua sanadora. El perdón toca cada parte de nuestra vida. A través de Su ministerio, Jesús nos mostró cuán estrechos están el perdón y la sanación física (Cfr. Mateo 9, 5-6). Inclusive, Jesús hizo que el perdón y la reconciliación fueran requisitos anteriores a la oración: “deja tu ofrenda allí mismo delante del altar y ve primero a ponerte en paz con tu hermano” (Mateo 5, 24).

A veces todos nosotros somos duros para perdonar, aún mientras estamos pidiendo ser perdonados o sanados. Dios sabe eso. Pero a pesar de ello, Él todavía nos ofrece Su misericordia y compasión si solamente aceptamos Su gracia para perdonar a los demás así como Él nos ha perdonado a nosotros. Dios respeta el precioso regalo que nos ha hecho del libre albedrío, por lo tanto, espera que escojamos la libertad que sólo Él nos puede ofrecer. Sin embargo, no debemos pensar que Nuestro Padre no está ansioso de liberarnos y sanarnos, ¡porque realmente anhela vernos libres de aquella cadena del elefante!

¡Actúa ahora!

Jesús verdaderamente desea sanarte de tus penosas memorias. ¡El momento es ahora! Dile a Dios que quieres ser sanado. Cierra tus ojos, y a tu mente trae todos aquellos momentos que tanto te han herido. Mientras los contemplas, pregúntale a Jesús: “¿dónde estabas, Jesús, cuando todo esto me pasó?” Permanece atento y “verás” a Jesús en medio de tus memorias. ¿Qué está haciendo Jesús? ¿Qué te esta diciendo?

¡Oración!

¡Jesús, tú puedes hacerme libre! Yo te amo, y te doy gracias por Tu inmenso amor. Ahora me doy cuenta que siempre has estado conmigo, aún en los momentos más dolorosos de mi vida. Tu poder sanador ha roto las cadenas de mis dolorosas memorias.



Sembrando y Recogiendo

En el “Padre Nuestro” Jesús nos enseña que debemos perdonar si queremos ser perdonados (Mateo 6, 14-15). Una

razón es que “lo que se siembra, se recoge” (Gálatas 6, 7). Los sentimientos de amargura, rencor, y furia hacia los demás recogerán la misma cosecha en nuestras vidas.

Antes de desear algo malo para los demás, deberíamos preguntarnos si queremos eso mismo para nosotros. Si recordáramos que nuestros pensamientos y acciones pueden recaer sobre nosotros mismos, entonces deberíamos pensarlo dos veces antes de desear algo malo para los demás. En cambio, si nosotros sembramos un campo de perdones y piedad, estaremos abriéndole las puertas al Espíritu Santo para limpiarnos en la sangre curadora de Jesús.

La Escritura nos enseña que “el que siembra poco, poco cosecha; el que siembra mucho, mucho cosecha” (2 Corintios 9, 6). Esta abundante cosecha no es algo que suceda una sola vez, pues debemos sembrar perdón cada día, a pesar de que sintamos que ya hemos sembrado lo suficiente. Nunca debemos dejar de pedirle al Espíritu Santo que nos revele las profundas áreas de falta de perdón en nosotros, para que podamos seguir recibiendo toda clase de sanaciones que Dios nos ofrece.

¿Hoy por qué no te decides -o vuelves a decidirte- a tumbar todas las barreras que has creado para evitar que el poder sanador de Dios fluya libremente dentro de ti?

¡Dios te ama! ¡Cuánto quisiera que tú entendieras y experimentarás Su amor y Su poder! Si te conviertes en un suelo fértil y recibes todo lo que Dios quiere sembrar en ti, podrás recoger una maravillosa cosecha, la cual puedas compartir con los demás.

¡Actúa ahora!

Apártate por cinco minutos cada día -en la mañana, en la tarde o en la noche- para examinar tu conciencia; ¡producirá enormes frutos en tu vida! Estas preguntas deben ayudarte como guía:

¿Le he pedido perdón a Dios por las veces que hoy no lo he amado a Él ni a los demás? ¿De buena gana he querido perdonar a los que hoy me han herido? ¿Me he enfurecido o he guardado rencor contra alguien? ¿Hay alguien a quién deba pedirle perdón?

¡Oración!

Padre Nuestro, que estás en los cielos, santificado sea Tu nombre, venga a nosotros Tu reino, hágase Tu voluntad en la Tierra como en el cielo. Danos hoy nuestro pan de cada día, perdona nuestras ofensas, así como nosotros perdonamos a los que nos ofenden. No nos dejes caer en la tentación y líbranos de todo mal. Amén.



“Jesús, bendícelos”

¿Cuál es tu reacción al siguiente versículo de las Escrituras: “Perdona de corazón a tu hermano” (Mateo 18, 35)? ¿Parece un desafío, no es verdad? Pero es una orden directa de Jesús. Esa es la forma en que Él quiere que tratemos a las personas que nos han herido.

Cuando sentimos que los pensamientos de ira van creciendo dentro de nosotros, tenemos la maravillosa oportunidad de llegar a ser como Jesús. Podemos pedirle a Dios que derrame Su amor sobre nuestros “enemigos.” Esta oración es suficientemente poderosa para romper las cadenas del odio en nuestros corazones y traer bendiciones a aquellos que nos han herido.

Qué maravilloso es poder decirle a alguien, “yo te perdono y te amo.” ¡Nada tiene más poder para liberar y reparar una relación! Pero algunas relaciones pueden estar en tan mal estado que no permitan expresión alguna para reconciliarse. Aún en estos casos, a pesar de que hayamos estado profundamente equivocados, Dios nos pide perdonar de corazón. Podremos hacerlo si acudimos a Él y le dejamos saber honestamente cuán profundamente hemos sido heridos; entonces podemos decirle a Dios que hemos escogido perdonar, y que le pedimos que bendiga a los que nos han herido. En esta forma, aún sin la oportunidad de poderle decir algo a quien nos ha herido, podemos rechazar el odio y buscar lo bueno para ellos.

Cuando de corazón perdonas a los demás, puedes experimentar la paz y reconciliación. La tensión puede permanecer y todavía puede que te sientas incómodo con ciertas personas, pero no te desanimes. ¡No perdonamos para reducir nuestra tensión! Perdonamos porque Jesús nos ha llamado a ser como Él.

¡Actúa ahora!

Ahora mismo pídele a Dios que bendiga a cinco personas a las que tú ves diariamente. Cuando a tu memoria vengan aquellas personas que te han herido, bendícelos. Cuando tus amigos y familiares vienen a visitarte, ofrécelos un “Dios te bendiga.”

¡Oración!

Padre, te doy gracias por todas las bendiciones que me has dado en la vida, y especialmente por la bendición del perdón. Quiero caminar en Tu amor y perdón y podérselos dar a todo a quien conozca.



El Perdón de cada día

Cada día Jesús te llama para perdonar y amar a todos alrededor tuyo –los demás presos, oficiales, instructores, capellanes y voluntarios. Cuando expresas tu amor, aunque sea de una manera que te parece insignificante, haces inmensamente feliz a Dios porque estás entregándoles a los demás la compasión de Jesús.

Tal vez, comparado con todo lo que has logrado hasta este momento, la decisión personal de expresar tu amor en cada situación diaria puede parecer pequeña, pero no es así. Según dice el prisionero John, el acto de hacer este esfuerzo diario no es siempre fácil.

Había estado llevando un círculo de oración con ocho a quince presos cuando un incidente muy desagradable me pasó. Un día, cuando regresaba de comer, encontré que alguien había roto mi “locker” y se había robado alimentos y artículos de aseo personal que alcanzaban un valor de cuarenta dólares. Me puse furioso. Me sentía herido saber que aquellas personas en quienes había confiado pudieran hacerme eso. Mientras yo no supiera quien lo había hecho, podría seguir enfurecido pero no podía hacer nada. Para el anochecer ya había empezado a superarlo.

Al día siguiente, tres diferentes personas vinieron por separado a decirme quien era la persona que lo había hecho. Quería darle una paliza, reventarle la cara, molerle las costillas y romperle los brazos. Pero yo había estado predicándoles a estos hombres acerca de la Biblia por nueve meses. ¿Qué podía hacer? Me puse a orar. ¿Pelear para defender mi reputación y mis pertenencias? ¿Perdonar?

Hablé con los “jefes” de las diferentes pandillas para decirles que iba a perdonar al ladrón porque creía en la Biblia y en lo que Jesús decía. Más tarde, en público, con todos alrededor, dije al ladrón: “Yo sé que usted me robó, pero yo lo perdono.” Tiempo después, los jefes de las pandillas me visitaron para decirme que de ahora en adelante no necesitaría ponerle otra vez llave a mi “locker” porque todo lo mío estaría “seguro,” ya que nadie volvería a tomar mis cosas.

Si quieres recorrer el camino del amor cada día, tienes que tomar una decisión y renovarla con frecuencia. ¿Escogerás perdonar, o preferirás endurecer tu corazón enterrándole el odio y el rencor? Permite que el amor y el perdón de Dios encuentren un lugar en tu corazón y en tu relación con los demás. Con el correr del tiempo, encontrarás que el poder del evangelio cambiará no solamente tu vida sino la vida de todos los que estén a tu alrededor.

La gracia del perdón de Jesús está derramándose desde el cielo como una gran cascada de agua. Si permaneces a un lado de la cascada, verás solamente la neblina producida por el agua. Pero si te acercas o te pones bajo la cascada, quedarás empapado.

¡Ven y empápate en la desbordante, compasiva y perdonadora fuente del amor de Jesús hoy y todos los días!

¡Actúa ahora!

Protege el gran regalo del perdón que has recibido leyendo y orando con este folleto. Dedícale tiempo a la oración cada día. Lee las Escrituras frecuentemente. Conserva tu espiritualidad chequeándote a ti mismo con preguntas como las que encontraste en la parte “Actúa ahora” para el día 11. Busca un grupo católico en donde estás y participa en él. Asiste a misa o a los servicios de Eucaristía o la Comunión, reza el Rosario, y ve a recibir el Sacramento de Reconciliación frecuentemente. Ora también por todos aquellos que están luchando por entender y practicar el perdón.

¡Oración!

Jesús, te alabo y te agradezco por ser mi Señor y mi Salvador. ¡Me has reconciliado con mi Padre en los cielos y me alegra saber que soy un hijo amado de Dios! Espíritu Santo, dame tu poder para ser una persona que libremente ofrezca el regalo del perdón a todos los demás.



A continuación encontrarás una lista de algunos de los pasajes de las Escrituras que has usado en este folleto. Empezando hoy, abre tu Biblia y reflexiona en uno o más de los pasajes como parte de tu tiempo diario de oración. Memoriza aquellos versículos que más te hablen a ti, o escríbelos en tu diario, y mientras tanto recuerda: ¡Háblale a Dios! ¡Examina tu corazón! ¡Pídele perdón a Dios y a los demás! ¡Perdónate a ti mismo! ¡Perdona y bendice a los demás!

El amor de Dios

Éxodo 34, 6

1ª. de Juan 4, 16

Juan 3, 16

Lucas 15, 11-32 (La parábola del hijo pródigo)

El amor de Dios revelado en Jesús

Isaías 53, 4-6

Mateo 9, 2-7

Juan 8, 3-11

Juan 15, 9

Mateo 26, 36-27, 50; Marcos 14, 32-15, 37; Lucas 23

Juan 18-19 (Pasión y muerte de Jesús)

El llamado a amar

Mateo 22, 37-39

Juan 15, 12

Mateo 5, 38-48

Romanos 5, 5

Perdón y Compasión

Génesis 37-45 (La historia de José)

Mateo 5, 23-24, 38-39

Mateo 6, 12-15

Mateo 7, 1-5

Mateo 18, 21-35

(La parábola del funcionario que no quiso perdonar)

Lucas 6, 36-38

Lucas 7, 36-50

Lucas 19, 1-10

Hechos 7, 54-60 (Martirio de San Esteban)