

CUIDA TU CORAZÓN

12 TEMA

QUE CREAN QUE: debemos cuidar con diligencia el corazón porque es fuente de la vida.

QUE HAGAN: que identifiquen las semillas que dañan el corazón e impiden vivir en abundancia.

La Palabra de Dios hace un gran énfasis en el corazón del hombre; a tal punto que en la Biblia encontramos aproximadamente 900 versículos que hacen referencia al corazón. Cuando la Biblia habla de corazón no se está refiriendo a ese músculo que bombea la sangre rica en oxígeno y nutrientes a los tejidos del cuerpo. Sino que está haciendo referencia al "alma", "el ser interior", el lugar donde se sientan las emociones, los pensamientos, y la voluntad del hombre. El área mas profunda del ser, lo que lo mueve a pensar, a actuar, a tomar decisiones y a obrar.

Si pudiéramos comparar al hombre con una computadora, su corazón seria el sistema operativo, si este falla el computar deja de funcionar, genera errores. Y es que el corazón es el que da la vida, en este caso la vida espiritual.

Dios nos describe como es el corazón del hombre: "Engañoso es el corazón más que todas las cosas, y perverso; ¿quién lo conocerá? **Jeremías 17: 9-10** .

Pero Dios también describe el corazón como la fuente de la vida "Sobre toda cosa guardada, guarda tu corazón; Porque de él mana la vida" **Proverbios 4:23**.

Por naturaleza el corazón del hombre tiende al autoengaño o justificación, a ponerse mascarar o a disimular, es decir a no querer ver sus errores, sus heridas, su estado real. Entonces Dios nos invita que quitemos del corazón todo autoengaño que no nos deja ver que estamos mal o que hay heridas, ofensas, actitudes en nuestro corazón de nos impiden vivir en bendición y abundancia; lo cuales llamaremos semillas letales.

¿Qué semillas letales crecen en nuestro corazón?

1. **Ofensas que se convierten en amargura:** cada vez que resultamos heridos u ofendidos (por gestos, palabras, rupturas, expectativas no cumplidas) es necesario atender la herida, es decir limpiar el corazón: sacar el dolor, la rabia, el resentimiento, los deseos de venganza y hacer del perdón una practica diaria.

Por ejemplo: te ofendieron y no perdonaste, llego el resentimiento, se quedó a vivir y echó una raíz profunda llamada AMARGURA. Recuerda, es una raíz, es decir no se ve, está escondida, solo se ve el fruto: ira, enojo, pleitos, desesperanza, palabras ásperas, enemistades, deseos de venganza, que dañan el corazón y contamina a otros.

"Cuidense unos a otros, para que ninguno de ustedes deje de recibir la gracia de Dios. Tengan cuidado de que no brote ninguna raíz venenosa de amargura, la cual los trastorne a ustedes y envenene a muchos". **Hebreos 12:15** .

2. **La Crítica:** resulta de un corazón que reclama sus derechos, expresa su desacuerdo de algo o de alguien. Pero su origen es un asunto no resuelto. El peligro de la crítica es que te impide gozar de las bendiciones que Dios ha preparado, te impide confiar en las personas, te impide creer en la bondad, te mantiene a la defensiva y te impide alegrarte y celebrar las bondades de Dios.

"¡Cuán bienaventurado es el hombre que no anda en el consejo de los impíos, Ni se detiene en el camino de los pecadores, Ni se sienta en la silla de los escarnecedores". **Salmo 1:1**.

El peligro de la crítica es que no aceptará ni agradecerá la corrección. "No reprendas al escarnecedor, para que no te aborrezca; corrige al sabio, y te amaré. Da al sabio, y será más sabio; enseña al justo, y aumentará su saber". **Proverbios 9:8-9**.

Dios manda que protejamos al débil en la fe y que no contendamos en opiniones diversas. Las críticas nos hacen dañar al débil en la fe o los nuevos creyentes. Por ello cuando estés en desacuerdo con algo debes tratarlo a solas con la persona y sin contaminar a otros.

“Reciban al que es débil en la fe, pero no para entrar en discusiones”. **Romanos 14: 1.**

3. **La envidia:** es el resultado de un corazón con baja autoestima que al compararse con los demás se ve por debajo, no está contento con su propia vida y por eso no puede admirar sinceramente el avance y progreso de otros. Y generalmente escoge criticar y murmurar de la persona u organización que envidia. La Biblia afirma que el envidioso está lleno de codicia y también que producto de la envidia el cuerpo se aflige, es decir, el envidioso sufre sin poder ser feliz.

“Es cierto que al necio lo mata la ira, Y al codicioso lo consume la envidia”. **Job 5:2.**

“El corazón apacible es vida de la carne; mas la envidia es carcoma de los huesos”. **Proverbios 14:30.**

¿De qué se alimentan estas semillas?

Las relaciones con otros pueden ocasionar experiencias negativas y dolorosas, donde surgen pensamientos negativos. Son los pensamientos negativos el alimento de estas semillas letales. Así que para que mueran de hambre, debemos erradicar los pensamientos que las alimentan tales como:

- Creer que se han aprovechado de nosotros.
- Pensar que la vida o las personas son injustas.
- Haber sido maltratado física o emocionalmente, sintiéndonos incapaces de defendernos.
- Sentir que nuestras relaciones no son justas.
- Que nosotros somos los que damos todo y los demás ni lo reconocen, ni corresponden.
- Ser ignorados o tratados como personas sin importancia.
- La falta de reconocimiento de los demás, ante nuestros logros y esfuerzos.
- Sentir que lo que hacemos o logramos, nunca es suficiente.
- Sentirnos constantemente rechazados, abandonados, humillados, discriminados.
- Pensar que los demás nos hacen sentir inferiores.
- Pensar que la justicia de Dios no ha llegado sobre el ofensor.
- Sentir que mis padres me rechazaron y desaprobaban.

¿Cómo ser libres?

El único camino para ser libres de la amargura, la crítica y la envidia es el perdón. Revisemos algunos pasos para iniciar el camino de la sanidad y libertad.

1. Reconocer como pecado y confesar haber criticado, sentido envidia y no haber perdonado. Pedir perdón a Dios y recibir su perdón.
2. Hacer una lista de las personas, situaciones, que te han causado un dolor o herida.
3. Expresarle a Dios en oración los sentimientos que se generaron de esa situación.
4. Identificar en qué áreas te sientes incapaz o menos que otros (¿En que áreas y con quién te comparas?) Es necesario confesar como pecado también la comparación.
5. Invitar a Jesús a entrar ese momento, en la escena de dolor que recuerdas.
6. Pedir a Dios que nos llene de amor para lograr perdonar.
7. Renunciar a los sentimientos negativos que han venido por la falta de perdón y el auto rechazo.
8. Declara en voz audible “yo te perdono” (diga el nombre) y soltarlo de todo deseo de venganza.
9. Bendecir a esa persona y desearle buenas cosas.
10. Declarar que nos aceptamos, que somos valiosos y orar que Dios nos muestre nuestros dones y talentos.

“Antes sed bondadosos unos con otros, misericordiosos, perdonándoos unos a otros, como Dios también os perdonó a vosotros en Cristo”. **Efesios 4:32.**

Reflexiona

1. ¿Identificaste semillas letales en tu corazón?
2. ¿Qué estás dispuesto a hacer para cuidar y proteger tu corazón?

Ministrar en oración

Señor, te pido perdón porque mi corazón está lleno de semillas letales que se roban tu obra en mi vida, y me han llevado a despreciarte. En el nombre de Jesús yo echo fuera de mi vida todo orgullo, altivez, máscara e incredulidad en mi vida que me impide tener un corazón conforme al tuyo. Te pido ahora Espíritu Santo que sanes mi corazón de toda herida causada en el pasado y que lo llenes con tu amor para poder amar y ayudar a los demás, en el nombre de Jesús, amén.

“Dame Dios un nuevo corazón y espíritu dentro de mí. Quitame el terco corazón de Piedra y dame un corazón tierno y receptivo. Lléname de tu Espíritu para obedecer tus decretos y ordenanzas”.

Ezequiel 36:26-27