

EL PESO DEL RENCOR

Autor Anónimo

miércoles, 19 de noviembre de 2003

Modificado el martes, 15 de agosto de 2006

El tema del día era "El Resentimiento" y el maestro nos había pedido que lleváramos papas y una bolsa de plástico. Ya en clase elegimos una papa por cada persona a la que guardábamos resentimiento

Escribimos su nombre en ella y la pusimos dentro de la bolsa. Algunas bolsas eran realmente pesadas.

El ejercicio consistía en que durante una semana lleváramos con nosotros a todos lados esa bolsa de papas.

Naturalmente la condición de las papas se iba deteriorando con el tiempo. El fastidio de acarrear esa bolsa en todo momento me mostró claramente el peso espiritual que cargaba a diario y como, mientras ponía mi atención en ella para no olvidarla en ningún lado, desatendía cosas que eran más importantes para mí.

Todos tenemos papas pudriéndose en nuestra "mochila" sentimental. Este ejercicio fue una gran metáfora del precio que pagaba a diario por mantener el resentimiento por algo que ya había pasado y no podía cambiarse. Me di cuenta que cuando hacia importantes los temas incompletos o las promesas no cumplidas me llenaba de resentimiento, no dormía bien y mi atención se dispersaba.

Perdonar y dejarlas ir me llenó de paz y calma, alimentando mi espíritu.

La falta de perdón es como un veneno que tomamos a diario a gotas pero que finalmente nos termina envenenando.

Muchas veces pensamos que el perdón es un regalo para el otro sin darnos cuenta que los más beneficiados somos nosotros mismos.

El perdón es una expresión de amor. El perdón nos libera de ataduras que nos amargan el alma y enferman el cuerpo. No significa que estés de acuerdo con lo que pasó, ni que lo apruebes. Perdonar no significa dejar de darle importancia a lo que sucedió, ni darle la razón a alguien que te lastimó.

Simplemente significa dejar de lado aquellos pensamientos negativos que nos causaron dolor o enojo. El perdón se basa en la aceptación de lo que pasó y en el amor al otro, a ejemplo de Jesús. La falta de perdón te ata a las personas con el resentimiento. Te tiene encadenado. La falta de perdón es el veneno más destructivo para el espíritu.

El perdón es una declaración que puedes y debes renovar a diario. Muchas veces la persona más importante a la que tienes que perdonar es a ti mismo por todas las cosas que no fueron de la manera que pensabas.

"La declaración del Perdón es la clave para liberarte".

¿Con qué personas estas resentido? ¿A quienes no puedes perdonar? ¿Tú eres infalible y por eso no puedes perdonar los errores ajenos?

Dice el Señor: "Perdona para que puedas ser perdonado, recuerda que con la vara que mides, serás medido..."

Aliviana tu carga y estarás más libre.

Pequeñeces... Pequeñas piedras pueden construir grandes montañas... Pequeños pasos pueden cubrir muchas millas... Pequeños gestos de amor y ternura pueden hacer al mundo feliz... Un pequeño abrazo puede secar muchas lágrimas... Una pequeña palabra, AMOR puede colmarnos de felicidad... Una pequeña sonrisa, puede transformar el mundo... Son esas pequeñas cosas las que construyen nuestro mundo...

Gracias, Señor, por esas Pequeñas Cosas... y por poder compartirlas.