

El límite del resentimiento.

Saludo y oración.

Continuamos con nuestra serie "Más allá de tus límites", misma que tiene como propósito que tomemos conciencia de que la vida en abundancia que Jesús nos vino a dar se encuentra más allá de nuestros límites. Todos tenemos límites en algún área de nuestra vida, y nuestros límites pueden llegar a convertirse en una zona estrecha que nos aprisione y nos impida gozar plenamente las bendiciones de Dios, y desarrollar todo el potencial que Dios nos ha dado.

La semana pasada aprendimos los límites que tenía Jabes, y lo que hizo para vencerlos. Y en esta segunda plática aprenderemos de la historia de una mujer llamada Ana, quien vivía encerrada en una zona de depresión profunda, debida al parecer, a su baja autoestima, y un buen número de creencias falsas que le habían hecho desarrollar y guardar un resentimiento tan intenso que le generaba serios conflictos con las personas que la rodeaban. Esa situación definitivamente no era la voluntad de Dios para ella, pero así se mantuvo por años. ¿Qué la tenía así? El Límite del resentimiento. Veamos las palabras de su esposo:

1 Samuel 1:8 8 Entonces Elcaná, su esposo, le decía: «Ana, ¿por qué lloras? ¿Por qué no comes? ¿Por qué estás resentida? ¿Acaso no soy para ti mejor que diez hijos?»

¿Qué es lo que percibía Elcaná como la raíz del problema de su esposa? El resentimiento. El resentimiento en el corazón de Ana la arrastraba a cuadros depresivos, afectaba su apetito y afectaba su relación con su esposo. Esto nos deja ver claramente que el estado emocional impacta todas las áreas de la vida.

¿Con quién y por qué estaba resentida Ana? Vamos leer un poco más de su historia...

1 Samuel 1:1-7 En la sierra de Efraín había un hombre zafita de Ramatayin. Su nombre era Elcaná hijo de Jeroán, hijo de Eliú, hijo de Tohu, hijo de Zuf, efraimita. 2 Elcaná tenía dos esposas. Una de ellas se llamaba Ana, y la otra, Penina. Esta tenía hijos, pero Ana no tenía ninguno. 3 Cada año Elcaná salía de su pueblo para adorar al Señor Todopoderoso y ofrecerle sacrificios en Siló, donde Ofni y Finés, los dos hijos de Elí, oficiaban como sacerdotes del

Señor. 4 Cuando llegaba el día de ofrecer su sacrificio, Elcaná solía darles a Penina y a todos sus hijos e hijas la porción que les correspondía. 5 Pero a Ana le daba una porción especial, pues la amaba a pesar de que el Señor la había hecho estéril. 6 Penina, su rival, solía atormentarla para que se enojara, ya que el Señor la había hecho estéril. 7 Cada año, cuando iban a la casa del Señor, sucedía lo mismo: Penina la atormentaba, hasta que Ana se ponía a llorar y ni comer quería.

Mientras vamos leyendo van apareciendo pistas que nos hacen pensar: Ana esta resentida con su esposo porque tiene a otra mujer. Pero luego, avanzando en la lectura, también podemos pensar: Ana esta resentida con Penina porque se burlaba de ella debido a su esterilidad. Pero si seguimos leyendo, descubriremos algunos elementos más. Veamos:

1 Samuel 1:9-11 9

Una vez, estando en Siló, Ana se levantó después de la comida. Y a la vista del sacerdote Elí, que estaba sentado en su silla junto a la puerta del santuario del Señor, 10 con gran angustia comenzó a orar al Señor y a llorar desconsoladamente. 11 Entonces hizo este voto: «Señor Todopoderoso, si te dignas mirar la desdicha de esta sierva tuya, y si en vez de olvidarme te acuerdas de mí y me concedes un hijo varón, yo te lo entregaré para toda su vida, y nunca se le cortará el cabello».

Este párrafo nos deja ver que en realidad Ana estaba resentida con Dios. Ella sentía que Dios no la consideraba digna ni siquiera de mirarla, y lo peor: Ana se sentía olvidada por Dios. (Creencias falsas)

En lo profundo de su corazón Ana sabía que la solución a su situación estaba en Dios, pero al mismo tiempo, al parecer culpaba a Dios de su situación. Ana proyectaba en Penina, Elcaná y los hijos de Penina su resentimiento con Dios, y de esto aprendemos que cuando no manejamos correctamente las situaciones dolorosas de nuestra vida, podemos desarrollar un serio resentimiento para con Dios.

El versículo siete nos deja ver que la situación de Ana se repetía año con año: Su resentimiento para con Dios brotaba cada vez que Elcana le repartía la porción de la cena a Penina y sus hijos, y cuando Penina la molestaba a causa de su esterilidad.

De todo esto aprendemos que **El resentimiento es un límite que nos impide funcionar bien con las personas que nos rodean.**

Cuántas veces un resentimiento dentro del corazón nos hace caer en cuadros depresivos, nos hace proyectar ese dolor hacia personas que no tienen nada que ver con nuestra condición, nos afectan en nuestras relaciones personales y nos incapacitan para funcionar bien socialmente.

Lo bueno de esta historia es que no termina así. Ana superó su resentimiento y su vida dio un cambio total. Revisemos un fragmento de una oración posterior de Ana:

1 Samuel 1:1 «Mi corazón se alegra en el Señor; en él radica mi poder. Puedo celebrar su salvación y burlarme de mis enemigos.

Esta oración es muy distinta a la anterior. Aquí no percibimos ningún rastro de resentimiento. Ana superó el límite del resentimiento y la amargura de corazón. Ella fue más allá de sus límites y accedió a la vida en abundancia que Dios tenía para ella. Si Ana pudo ir más allá de sus límites, pienso que nosotros también podemos.

¿Cómo fue que Ana cruzó la barrera del resentimiento y accedió a una vida más plena? A través de la oración.

Veamos la verdad central para nuestro mensaje el día de hoy:

Orar sana nuestra alma y nos permite cruzar el límite del resentimiento.

¿Por qué la oración sana nuestra alma y nos permite cruzar el límite del resentimiento?

1. Porque al orar podemos desahogar el alma.

Cuando los sentimientos no salen se acumulan dentro del corazón y el alma se ahoga, exactamente como le sucedió a Ana. Ana había acumulado pensamientos y sentimientos negativos durante años, y fue a través de la oración que tuvo la oportunidad de expresarlos.

1 Samuel 1:10 Con gran angustia comenzó a orar al Señor y a llorar desconsoladamente.

Hay personas que nunca, en ningún lado, con nadie, han sacado los sentimientos que tienen guardados. Quizá son sentimientos de ira, o de tristeza, o de inferioridad, o de abandono, o de culpabilidad, etc.

¿Por qué no los sacan? Quizá por temor a ser juzgados, quizá por temor a asustar a quien los conozca, quizá por temor a que el concepto que los demás tienen de ellos cambie, por eso prefieren guardar las apariencias.

Los sentimientos que no sacamos con Dios, los sacamos con las personas que nos rodean, y lo hacemos en el peor momento y de la peor forma, tal como Ana lo hacía.

Quizá entre nosotros el día de hoy haya alguien que es como un volcán a punto de erupción porque por meses, quizá años o décadas se ha guardado abusos, corajes, tristezas, frustraciones, injusticias, decepciones que nunca han sido expresados. La oración es el mejor lugar y el mejor momento, para que no salgan después en forma de enfermedades, ya sean físicas o mentales o en desórdenes de comportamiento, o en adicciones y vicios. Siempre es mejor que salgan en oración.

¿Por qué la oración sana nuestra alma y nos permite cruzar el límite del resentimiento?

2. Porque al orar expresamos lo escondido.

Ana tenía muchas cosas escondidas en su corazón, que pudo expresar a Dios mediante la oración. Ana no sólo expresó sentimientos muy profundos, también mencionó situaciones muy íntimas y pensamientos escondidos. Veamos:

1 Samuel 1:11 Entonces hizo este voto: «Señor Todopoderoso, si te dignas mirar la desdicha de esta sierva tuya, y si en vez de olvidarme te acuerdas de mí y me concedes un hijo varón, yo te lo entregaré para toda su vida, y nunca se le cortará el cabello».

Debemos recordar que la oración es un medio de comunicación con Dios, por lo tanto, es una forma de expresión. Todos los pensamientos, criterios y juicios que no expresamos verbalmente con nadie, por miedo a que sea usado en nuestra contra, los podemos expresar con toda confianza delante de Dios. Incluso, nuestras dudas respecto de las acciones de Dios pueden ser expresadas en oración porque él no se sorprende, ni se asusta, ni se hace el ofendido, ni toma venganza contra nosotros. Jesús dijo: Vengan a mí TODOS los que estén trabajados y cargados, y yo los haré descansar.

Quizá Ana jamás le había dicho a nadie lo que sentía respecto a Dios, pero en la oración pudo decírselo a él.

La oración nos da la oportunidad de explorar los rincones más escondidos de nuestra alma y nos permite expresar los pensamientos más sinceros del corazón, y esto nos trae libertad y sanidad.

¿Por qué la oración sana nuestra alma y nos permite cruzar el límite del resentimiento?

3. Porque la oración es un recurso ilimitado.

Cuando oramos, podemos tomar todo el tiempo que necesitemos para abrir nuestra alma y expresar tanto lo que pensamos como lo que sentimos hasta experimentar alivio. Este fue exactamente lo que Ana hizo.

1 Samuel 1:12a y 18b Como Ana estuvo orando largo rato ante el Señor... 18... Con esto, Ana se despidió y se fue a comer. Desde ese momento, su semblante cambió.

La oración es un regalo del cielo, un medio divino para aliviar el corazón quebrantado. Muchas conductas destructivas, adicciones y desórdenes de comportamiento se instalan en nosotros cuando no expresamos el dolor emocional, dolor que no ha encontrado salida del interior del alma. Cuando Ana oró, habló todo el tiempo que necesitó para expresar sus pensamientos y sentimientos escondidos en su interior, entonces desahogó su alma, y tuvo paz; tanta, que su semblante cambió y recuperó el apetito.

Quizá Ana nunca había atenido un tiempo para sincerarse y tomarse el tiempo suficiente como lo hizo ese día que abrió su corazón en oración al Dios del cielo.

Llamar a los músicos. Cantar: Sé el todo en mí

Orar sana nuestra alma y nos permite cruzar el límite del resentimiento

Porque al orar desahogamos nuestra alma

Porque al orar expresamos todo lo escondido

Porque la oración es un recurso ilimitado

Oraciones finales