



## El corazón blanco del perdón

### Descripción

#### Tiempo de Cuaresma

El tiempo de cuaresma es un tiempo de cambio en el que Cristo da la oportunidad de nacer de nuevo, mudar al hombre viejo que hay en ti.

Son cuarenta (40) días que pueden ayudar a [tu vida espiritual](#). La idea no es repetir año tras año los ritos anticuados, mecánicos o automatizados, los que te legaron tus padres o que aprendiste por costumbre.

El objetivo es llevar tu vida y corazón hacia un cambio, pero que no sea cosmético, sino profundo y verdadero, por supuesto, amparado bajo la misericordia de Dios.

#### La gracia del perdón

Aprovecha esta cuaresma y da la gracia del perdón. Pídele al Señor Jesucristo te conceda “un corazón semejante al suyo”.

Te invito a solicitar la gracia del perdón. Esta conducta no está de moda en estos tiempos, ya que no respetamos los mandamientos divinos, aunque tengamos la seguridad de que hemos fallado. ¿Cuántos comprenden la magnitud del mensaje que encierra la oración del Padre Nuestro?



## Perdonar a los que nos ofenden

Repites “[perdona nuestras ofensas](#), como también nosotros perdonamos a los que nos ofenden”. ¿Lo haces? ¿perdonas de verdad? ¿de corazón? ¿estás en paz con tus hermanos, vecinos, familia?

Quizá lo primero que tendrías que hacer es reconocer tus emociones, lo que sientes en ese momento: rabia, frustración amargura, odio, rencor, deseo de venganza, enojo a personas o familiares cercanos. Busca en tu interior qué te hace sentir alguna de estas emociones. Sé tu propio juez.

## Aceptar nuestros sentimientos

Para aprender a perdonar necesitas aceptar lo que sientes, identificar esas emociones, ya que ellas enferman más que la ofensa misma. Recuerda que “Jesús perdona todas tus culpas y sana todas tus enfermedades” (Salmo 102).

Las personas que sufren estas enfermedades emocionales por largos periodos, tienden a desarrollar cáncer en los órganos blandos (pulmones, corazón, los órganos del aparato digestivo, y de los sistemas excretor y reproductivo). Si sabes que eso daña tu organismo, trata de buscar ayuda **profesional**. Somos nuestros peores enemigos.

## Arrepentimiento auténtico

El arrepentimiento auténtico va más allá de una simple disculpa, sale del corazón, no de entre los dientes. Es una actitud positiva, firme y convincente. Es un cambio de actitud que producirá una transformación integral en tu manera de socializar. Supone la determinación de cambiar. El verdadero perdón fluye hacia el arrepentimiento.

En esta cuaresma puedes comenzar a practicar, de manera consciente, lo que dice Mateo 5:39: “pues yo les digo que no opongan resistencia al que les hace el mal. Antes bien, si uno te da una bofetada en (tu) mejilla derecha, ofrécele también la otra”. Jesús no te está invitando a que soportes el mal u ofensa que te han hecho. Poner la otra mejilla significa hacer lo contrario, devolver bien ante un mal, por ejemplo, si te insultan o gritan responde pasivamente, con voz suave, calmada y de seguro el otro (a) bajará la guardia enseguida.



### **Poner la otra mejilla**

Un ejemplo sobre poner la otra mejilla, lo escuché de un joven que llegó a mi casa a trabajar como ayudante en construcción. Me contó que su madre lo había dejado desde pequeño con su abuela. Esta le brindó todo su amor, regaños y educación hasta graduarse de secundaria, pero al desear continuar sus estudios universitarios, viajó a la capital confiando que su madre lo ayudaría. Ella tenía un puesto gerencial en una buena compañía, un apartamento lujoso y un auto. Lo recibió por unos días (muy pocos días).

Pero le dijo que ella no podía ayudarlo, que ella todo lo había conseguido con su esfuerzo y que así lo hiciera él.

Continuaron su comunicación y visitas, pero solo recibió el apoyo de sus abuelos y tías. Logró una beca en la universidad y sigue trabajando en su tiempo libre como ayudante de albañilería.

Mientras contaba esto, nunca juzgó a su madre, ni le reclamó nada. Cuando hay reuniones familiares se ven y se saludan. El sigue estudiando.

¿Tú hubieras seguido visitando o buscando a tu madre si te hubiera ocurrido algo semejante, o estarías lleno de rencor, desprecio y odio?

## Una decisión

El perdón es una decisión que limpia, que deja libre el corazón. Sana las heridas. Si pusieras la otra mejilla ante cualquier ofensa, dolor (por fuerte que fuera), si te propusieras perdonar y pedir al Señor la gracia de poder hacerlo, te aseguro que sentirás una inmensa paz.

No debes confundir o creer que perdonar significa olvidar, sino recordar que debemos olvidar, porque es más fácil recordar el mal que te han hecho al bien que esa misma persona te haya podido prodigar.

## Puede ser difícil

Es evidente lo difícil que es olvidar una traición, una ofensa; pero si perdonas de verdad, de corazón la ofensa, ésta la recordarás con paz, sin dolor. Entonces, significa que la herida sanó. El tiempo puede suavizar el dolor, pero de seguro, no se borrará por completo de la memoria.

Recuerdo una ocasión en la que acompañaba a mi madre a misa, ella siempre dudaba de que nosotros (los hijos) la queríamos. Era una mujer muy trabajadora, responsable y honesta, pero creo que nunca fue feliz. Se notaba en ella un sentimiento de duda, desconfianza, rencor.



## El corazón blanco del perdón

Mientras caminábamos hacia la misa le decía: “Mamá, ahora que llegas a donde el padre, cuéntale todo lo que guardas en tu corazón, saca todos los sentimientos que te hieren y verás que bien te vas a sentir. Si pudieras ver mi corazón verías que no es rojo, es blanco porque yo no le guardo rencor ni odio a nadie.”

Una semana después (septiembre del 2004), mi madre murió. Me atrevo afirmar que no sufrió mucho,

porque mientras esperaba que el médico la atendiera estuvo conversando, riendo, me pidió café y no dejaba de preguntar qué había jugado en la lotería. Ella y su corazón descansaron en paz.

La idea es desear perdonar para sentirte mejor, para estar libre de ese sentimiento que enferma, que inmoviliza muchas veces. El hacerlo te ayudará a identificar esas emociones y buscar cómo combatirlas o seguir sufriendo.

### **Amen a sus enemigos**

Recuerda que Jesús dijo: “Amen a sus enemigos, hagan el bien a los que los odian y rueguen por los que los persiguen y calumnien...”

En cierta ocasión, (hace muchos años) escuchaba al sacerdote cuando leía Mateo 5:23:24: “si mientras llevas tu ofrenda al altar te acuerdas de que tu hermano tiene algo contra ti, deja la ofrenda frente al altar, ve primero a reconciliarte con tu hermano y después vuelve a llevar tu ofrenda”.

En mí caló tan fuerte que busqué la manera de acercarme a mi vecina (ella siempre buscaba alguna excusa para reclamar o discutir) y a pesar de que no sentía ser yo la que ofendía, aproveché la ocasión para hacer las pases, la llamé mientras caminaba detrás de ella y me ignoró. No me arrepentí de mi acción porque eso tranquilizó mi corazón.



### **Es tu oportunidad**

Si estás enojado con alguien y tienes la oportunidad de buscarlo, aunque no sientas que eres culpable, búscalos e intenta reconciliarte, y te darás cuenta (aunque no lo veas) de que tu corazón ya no será rojo. Será tan blanco como la paloma del Espíritu Santo.

Jesús señaló lo maravilloso del perdón cuando dijo en Lucas 17:4: “Si siete veces al día te ofenden y

---

siete veces vuelve a ti diciendo que se arrepiente, perdónalo”.

Quiere decir entonces que debemos imitar esta gracia de Dios que nos busca en medio de nuestro pecado y nuestra rebeldía.