



Como Perdonar

Psicología, 04/11/2014



¿Cuál es una de las razones por las cuales muchas veces nos estancamos en la vida? El pasado. Y es que hay que reconocerlo nos

cuesta mucho trabajo perdonar a los demás y a nosotros mismos.

Recordando a Pitágoras en sus 5 errores del ser humano dice que uno de estos errores es:

“Evitar dejar atrás el pasado, confundiendo el presente y arruinando el futuro”

Sé que en tu vida han pasado cosas que no esperabas, pero no te puedes estancar en el pasado, tienes que hacer las paces con él.

“El RENCOR y el PERDON aunque no lo creas ambos te afectan Física, Mental, Emocional y Espiritualmente. El RENCOR te lleva a la ENFERMEDAD y el PERDON a la SANACION.”

Había una vez un hombre que fue el único sobreviviente del hundimiento de un barco, llegando en una lancha a una isla. En la isla, hizo todo lo posible por llamar la atención de algún barco para que lo rescataran, pero sus esfuerzos fueron inútiles, no llegaba la ayuda que necesitaba.

Entonces, se adaptó al lugar, con mucho esfuerzo se hizo una cabaña con carrizo y palma.

Un día, salió de cacería y se le hizo noche. Al regresar encontró la cabaña ardiendo en llamas. Intentó apagar el fuego, pero fue demasiado tarde, la cabaña quedó completamente en cenizas.

Entonces, el hombre miró al cielo y le gritó llorando a Dios: “¿Por qué me haces esto? ¿Por qué eres así conmigo? ¿Cuántas

veces te pedí que me ayudaras? Y ahora que ya ves que me acostumbre a vivir aquí me haces esto a mí. ¿Por qué eres así?”
Y el hombre después de haber llorado se quedó dormido en la playa.

Al otro día, por la mañana, unos hombres lo tocaron y le dijeron: “¡Señor, señor despierte! Hemos venido a rescatarlo.” El hombre sorprendido les preguntó: “Pero ¿Cómo supieron que estaba yo aquí?” Le contestaron: “¡Anoche vimos la gran fogata que hizo usted para llamar nuestra atención!”.

¿Te das cuenta? **“No hay mal que por bien no venga”.**

Si tu esposo te dejó y se fue con otra, si te trató mal. Si tu novia no te valoró. Si tus hijos se olvidaron de ti: ¡Aprende la lección que te dejó esa situación! Nadie es perfecto. Quizá te confiaste. Quizá dejaste de luchar. Pero recuerda que lo que no te mata te hace más fuerte. Algo bueno has aprendido de todo eso.

“Cuando DIOS te quita algo: ¡No te resistas! Es señal de que viene algo mejor, aunque el proceso sea doloroso, El como PADRE sabe lo que es mejor para ti.”

Muchos cuando les hablo sobre esto me dicen “Pedro pero ¿Por qué a mí? Si yo he sido todo para el (ella), si yo me entregue completamente, en cuerpo y alma a él (ella); ó también, si yo me esforcé en darles lo mejor a mis hijos y miran como me pagan, etc”.

“¿Por qué a mí?” Insisten. Y la respuesta es: ¿Quién te crees tú que eres? ¿Acaso tú no cometes errores? Imagínate a Martín Luther King diciendo porque a mí, a la Madre Teresa de Calcuta o al propio Jesucristo diciendo en la cruz porque a mí. No te los imaginas diciendo esto ¿Verdad? Entonces ¿Tu quien eres para decirlo?

Algunos me dicen: “Está bien lo voy a perdonar el día que venga a pedirme perdón” Pero entonces ¿Qué tiene de especial ello? ¿No te das cuenta que el rencor te hace daño a ti?

Otros me dicen: “Si lo perdono, pero no olvido”. Pero esto es creer que se trata solo de hacerle el favor a quien te hace daño y no toman en cuenta que necesitan perdonar y olvidar para autosanar.

Si no olvidas sigues siendo esclavo del daño que te hicieron y siempre seguirá ahí lastimándote y haciéndote daño. ¿Qué te pasa cuando ves a esa persona que te hizo daño? Se acelera el corazón, te pones nervioso, sientes malestar en tu cuerpo, llevas ese peso y con el paso del tiempo te dañará físicamente. Los doctores dicen que operan continuamente del páncreas a causa de los rencores.

Necesitas liberarte de todo eso y la única forma es a través del perdón.

“Quizá pienses que Él o Ella sentirán todo tu odio y rencor. Y sin embargo, quien está sintiendo todo el odio y rencor eres Tú. Quizá Él o Ella ya iniciaron una nueva vida y la única persona que sufre eres tú. Perdona, perdónate y comienza de nuevo.”

¿COMO PUEDES PERDONAR?

Poniéndote en el lugar del otro.

Debe de haber alguna razón por la cual esa persona actúa así. Debe de haber alguna razón por la cual esa persona tiene ese comportamiento y por eso actúa de esa manera. Por eso no juzgues, trata de ponerte en el lugar de esa persona. Es fácil señalar a las personas, pero recuerda que cuando señalas a alguien, cuatro dedos te señalan a ti. Nadie es perfecto. Todos cometemos errores. Tú también no eres perfecto(a).

“Es fácil encontrar alguien peor que tú para sentirte mejor o alguien mejor que tú para sentirte peor. Hablar de Superación, no es hablar de superar a otra persona, sino de superarse así mismo.”

Por ejemplo: las personas que son enojonas y gritan mucho es porque son muy inseguras, por lo tanto buscan someter a las personas por miedo a perderlas.

Una ocasión estaba dando una conferencia y cuando comentaba acerca del perdón, un joven dijo delante de todos que él era así porque su papá nunca le había dado un abrazo y nunca le había dicho te quiero. Imagínate la cara de su papá que se encontraba en el lugar. Entonces el hombre se puso de pie y explicó porque era así. Dijo: “Peter, es cierto, yo nunca le he dicho a mi hijo que lo quiero, pero no sé porque soy así de duro y tosco. Mira mi papá de chico nunca me trató bien. Me levantaba a las 4:00 am pegándome con una vara a ordeñar las vacas y a vender la leche, pero él no movía ningún dedo, todo lo contrario, me pedía el dinero completo que se gastaba emborrachándose con sus amigos y a mí no me daba nada. Me ponía a acarrear piedras o teja, sin descanso. En una ocasión, me picó un alacrán y en vez de preocuparse, me golpeó la espalda hasta romperme la vara y dijo que era un “estúpido” por haberme dejado picar por un alacrán. Por eso soy así Peter, yo no sé que es dar amor porque nunca he recibido amor”. Estaba hablando el señor cuando su hijo corrió a sus brazos y le dijo: “¡Papá perdóname! ¡Perdóname por haberte juzgado! ¡Perdóname por haber pensado mal de ti!” Y su padre le dijo: “No hijo, perdóname tu a mi por no haberte dicho nunca que: ¡Te quiero!”. Se abrazaron y se reconciliaron.

Como veras siempre debe de haber un motivo por el cual las personas son así. Tú no eres nadie para juzgarlas: Perdona y Olvida. Créeme que si lo haces comenzaras a experimentar mucha paz.

Entonces: ¿Qué estas esperando para perdonar?

¿Que esa persona muera? Entonces ahora sí: “¡Perdóname, revive, te prometo ya no hacerte sufrir!”. Pero ya es tarde. En vida amigo y amiga. Todo en vida. Es hoy cuando debes otorgar tu perdón.

Sana tu corazón de aquellos que te hicieron daño, olvida, compéndelos y vuelve a intentar ser feliz.

Haz la prueba y veras como al hacerlo, tu vida será más equilibrada. Tú toma la iniciativa, acércate a esa persona con la que no te hablabas, háblale como si nada, veras los resultados y esa carga que tenías en la espalda desaparecerá.

Alguien quizás dirá: ¿Pero significa entonces que debo perdonar al asesino de mi hijo? La respuesta es Sí. Pero, eso no indica que debes de liberarlo de responsabilidad. Se tiene que hacer justicia. Y todos debemos pagar por nuestros actos.

Eso me recuerda a la mujer argentina que perdonó al joven que asesino a su hijo. En pleno juicio, se abalanzó sobre el joven y todos pensaban que lo golpearía, pero lo abrazo y le dijo “Yo te perdono, tú no tienes la culpa, es la cultura actual la que te engañó y por eso llegaste hasta este extremo. Has oración para que Dios te ayude”. El mismo joven se puso a llorar, reconoció su crimen y le pidió perdón. El joven fue castigado por su crimen, pero la señora de cierta manera se liberó del rencor que tenia hacia este joven.

Hay que perdonar, pero nadie puede ir en contra de la justicia.

Juan Pablo II nos pone ejemplo de lo que es el perdón. Ya que él perdonó a quien intento asesinarlo, sin embargo, no lo sacó de la cárcel. Ya que tenía que pagar las consecuencias de sus actos. Lo interesante es que, al otorgarle su perdón y reconciliarse con quien intento matarlo, hizo que este hombre, a partir de ahí, lo comenzara a llamar: “Mi amigo Juan Pablo II”.

“Lo mejor del Perdón es que te reconcilia contigo mismo y si estás bien tú, estas bien con los demás, con la naturaleza y con Dios.”

También perdónate tú

Sé que en tu vida tienes recuerdos de algo que hiciste y no te puedes perdonar. Sé que quizá cometiste errores y por eso toleras lo que te pasa, puesto que crees que eso y más mereces. Sin embargo, todos cometemos errores, grandes o pequeños, pero valen igual y debemos aprender a lidiar con ellos. Perdónate, no seas como Judas, que pensó que no merecía perdón. Tienes derecho a equivocarte y volver a comenzar.

“Puedes pasar toda tu vida culpándote por lo que hiciste o no hiciste, o perdonarte, aprender de tus errores y comenzar de nuevo.”

[Conferencista Peter Vida](http://rinosalfa.blogspot.com) <http://rinosalfa.blogspot.com>