

CAPÍTULO 15: CONSEJERIA EN CASOS DE ANOREXIA Y BULIMIA

No hay cosa mejor para el hombre, sino que coma y beba, y que su alma se alegre en su trabajo. También he visto que esto es de la mano de Dios Eclesiastés 2: 24

Se ha incluido brevemente este tema con el fin de informar, ya que por tratarse de un trastorno delicado se requiere una intervención interdisciplinaria, con el fin de no poner el riesgo la vida de quien lo padece. Como se verá más adelante, el abordaje de estos casos requiere de varios profesionales, como psicólogos, terapeutas, psiquiatras y médicos. Pero todo consejero debe conocer y poder identificar posibles casos de anorexia y bulimia para orientar a la familia en la búsqueda inmediata de ayuda profesional.

Estadísticas sobre anorexia y bulimia

La anorexia y la bulimia están en aumento en América Latina. Según un informe de Univisión:

“Los profesionales que se reunieron en el primer taller en español sobre trastornos alimenticios en América Latina. El país con mayor incidencia es México, con más de 1.000.000 de casos. En segundo lugar sigue Colombia, con 800 mil casos... La ciudad de Medellín concentra la mayor parte de los diagnósticos, con el 17,7% de las jóvenes adolescentes con anorexia, bulimia u otros desórdenes. Luego, sigue Venezuela con 500 mil personas afectadas y en cuarto lugar, la Argentina”⁷⁹.

En Chile, se estima que 70,000 mujeres de entre 14 y 30 años sufren de anorexia nerviosa y que 350,000 chilenas sufren de bulimia nerviosa. Por otra parte, una encuesta hecha por la Asociación de Lucha Contra La Anorexia de Argentina (ALUBA), indicó que de las 90,000 adolescentes que participaron, 1 de cada 10 sufre de un trastorno alimenticio. También se estima que la tasa de trastornos alimenticios en Argentina es 3 veces mayor a las de los Estados Unidos⁸⁰.

La Anorexia fue considerada como una “enfermedad rara” hasta fines de los años sesenta. Quizás la primera persona en estudiar este comportamiento extraño fue la psiquiatra Mara Selvini Palazzoli. Después de la Segunda Guerra Mundial, ella tuvo la oportunidad de ver hermosas jóvenes que habían quedado en los huesos y no querían hacer nada por salir de su condición que ponía en peligro su vida. Inicialmente se hablaba de anorexia restrictiva y anorexia bulímica. En la actualidad se habla de anorexia y bulimia separadamente. Estos son trastornos de la conducta alimentaria, y están asociados a una elevada preocupación por el peso y una sobrevalorización de la delgadez.

Este trastorno fue considerado por años como una enfermedad de los países ricos, pues en países del tercer mundo donde la comida es un bien escaso, no presentan muchos casos o ninguno de anorexia o bulimia. Esto está cambiando en los últimos años, pues las estadísticas hablan de que cada vez es más frecuente en países de América latina. En España, por ejemplo, en el Hospital Clínico Universitario de Zaragoza se pasó de diagnosticar dos casos de anorexia nerviosa en 1976, a 63 en 1997⁸¹.

Una definición de anorexia y bulimia

“Un trastorno alimentario que afecta mayoritariamente a mujeres pre púberes o adolescentes, pero también en menor medida a mujeres adultas y varones jóvenes. Se caracteriza por un deseo inmenso de pesar menos, cada vez menos, intenso miedo a la gordura-obesidad y un peculiar trastorno del esquema corporal que les hace verse más gruesas(os) de lo que están en realidad. El método para conseguir esta progresiva pérdida de peso está en una intensa restricción alimentaria, en el ejercicio físico y en las conductas de purga”⁸².

Según el aporte de Selvine et al (1999, p. 27), la anorexia se caracteriza por:

- La negativa a mantener el peso corporal por encima del peso mínimo normal para la edad y estatura (con una pérdida de peso de, al menos el 15% del previsto por las tablas)
- El miedo a engordar incluso estando muy por debajo de su peso ideal
- La alteración del modo en que son vividos el peso, las medidas y las formas corporales
- La ausencia de al menos, tres ciclos menstruales consecutivos.

La anterior caracterización corresponde tanto a la bulimia como a la anorexia. La diferencia está en el medio por el cual la persona logra perder su peso: en la anorexia lo hace por medio de abstenerse de comer, o comer muy poco y hacer mucho ejercicio para adelgazar. Por su parte en la bulimia, la persona afectada come hasta hartarse y luego vomita. También se caracteriza por alternar períodos de ayunos y restricciones alimentarias con episodios de “trancones” o ingesta de grandes cantidades de comida, seguida por vómitos auto inducidos y por el uso de laxantes y/ o diuréticos.

Existen muchas teorías y estudios acerca de las causas de esta compleja enfermedad, entre ellas tenemos el aumento de una cultura que exalta la delgadez como modelo ideal de belleza, la sensación de inconformidad con el aspecto físico, los nuevos roles y múltiples expectativas sobre lo que es la mujer moderna, como lo dice Selvini (1999, p. 212):

“Hoy, en síntesis, se pide que la mujer sea bella, elegante y esté en forma, que dedique mucho tiempo al cuidado de su persona; pero esto no debe impedirle competir intelectualmente con los hombres y con las demás mujeres, hacer carrera, y tampoco enamorarse románticamente de un hombre, ser tierna y dulce con él, casarse y representar el tipo ideal de esposa-amante y de madre oblativa”.

Tales exigencias ejercen mucha presión en la vida de las mujeres hoy, agregando a esto los ideales de belleza impuestos por la sociedad y los medios de comunicación; se crea el ambiente propicio para la aparición de estos trastornos.

La misma autora considera que existen factores familiares que pueden aportar al problema tales como sobreprotección o control por parte de los padres, que también es uno de los factores encontrados en las familias de las afectadas.

Señales de alarma en niños y adolescentes

- Preocupación exagerada por hacer dietas.
- Interés exagerado por las tablas de calorías
- Evitar comer con el resto de la familia
- Cocinar para otros y encontrar excusas para no comer
- Manifestar culpa por haber comido demasiado
- Pasar largos ratos en el baño después de comer
- Pérdida de peso injustificada
- Miedo y rechazo al sobrepeso
- Uso de diuréticos o laxantes
- Visitas frecuentes a páginas web que enseñan como adelgazar
- Percibirse gorda cuando en realidad tiene el peso ideal para su edad
- El uso de ropa muy ancha que oculta el cuerpo
- Realizar ejercicio en exceso y estar angustiada si no lo puede hacer
- Insatisfacción personal constante con respecto a su figura

Atención a la anorexia y la bulimia

En vista de la gravedad de las cifras y de los síntomas que indican que este problema estará cada vez más presente en las consejerías es muy importante que los consejeros estén atentos a identificar posibles casos de anorexia y bulimia para advertir a las familias acerca de los riesgos que corre la persona afectada con este mal y orientarles en la búsqueda de ayuda inmediata.

Estos casos no deben ser abordados por un consejero o terapeuta que no tenga la debida experiencia y entrenamiento como para evaluar los riesgos y aprender a remitir el caso a varios especialistas tales como psiquiatra, nutricionista, profesionales especializados en trastornos alimenticios y terapeutas de familia. Se deben tomar en serio estos trastornos debido a que tienen una alta tasa de mortalidad.

Un estudio hecho por la Asociación Nacional de Anorexia Nerviosa y Trastornos Asociados, reportó que hasta el 20% de las mujeres con anorexia nerviosa podrían

morir debido a causas relacionadas con la anorexia. El riesgo de muerte puede reducirse con el reconocimiento temprano de los síntomas y con un tratamiento apropiado⁸³.

Aún hay mucho por entender e investigar acerca de este trastorno y no es el fin en este libro abarcar la totalidad del tema. Existe mucha literatura sobre el tema que puede ser de ayuda para quienes requieran de más información. Se sugiere a los padres y maestros estar atentos a las señales tempranas que pueden prevenir el avance de la enfermedad. Existen buenos recursos en el Internet que están disponibles para todos⁸⁴.

Para terminar, animamos a los padres, cuidadores, líderes de escuelas dominicales y consejeros a crear no solo campañas de prevención sino diálogos constructivos alrededor de la identidad sana, y dinámicas de que permitan a los chicos y chicas conectarse sanamente con sus familias y sus pares con el fin de ayudarles en la prevención de estos trastornos.

ANEXO 2: Taller para padres: La nueva generación de padres de familia

Somos de las primeras generaciones de padres decididos a no repetir con los hijos los mismos errores que pudieron haber cometido nuestros progenitores. Y en el esfuerzo de abolir los abusos del pasado, ahora somos los más dedicados y comprensivos, pero a la vez los más débiles e inseguros que ha dado la historia.

Lo grave es que estamos lidiando con unos niños más "igualados", beligerantes y poderosos que nunca existieron. Parece que en nuestro intento por ser los padres que quisimos tener, pasamos de un extremo al otro. Así que, somos los últimos hijos regañados por los padres y los primeros padres regañados por nuestros hijos.

Los últimos que le tuvimos miedo a nuestros padres y los primeros que tememos a nuestros hijos. Los últimos que crecimos bajo el mando de los padres y los primeros que vivimos bajo el yugo de los hijos. Lo que es peor, los últimos que respetamos a nuestros padres, y los primeros que aceptamos que nuestros hijos no nos respeten. En la medida que el permisivismo reemplazó al autoritarismo, los términos de las relaciones familiares han cambiado en forma radical, para bien y para mal.

En efecto, antes se consideraban buenos padres a aquellos cuyos hijos se comportaban bien, obedecían sus órdenes y los trataban con el debido respeto. Y buenos hijos a los niños que eran formales y veneraban a sus padres. Pero en la medida en que las fronteras jerárquicas entre nosotros y nuestros hijos se han ido desvaneciendo, hoy los buenos padres son aquellos que logran que sus hijos los amen, aunque poco los respeten.

Y son los hijos quienes ahora esperan el respeto de sus padres, entendiendo por tal que les respeten sus ideas, sus gustos, sus apetencias, sus formas de actuar y de vivir. Y que además les patrocinen lo que necesitan para tal fin. Como quien dice, los roles se invirtieron, y ahora son los papás quienes tienen que complacer a sus hijos para ganárselos, y no a la inversa, como en el pasado.

Esto explica el esfuerzo que hoy hacen tantos papás y mamás por ser los mejores amigos de sus hijos y parecerles "muy cool" a sus hijos. Se ha dicho que los extremos se tocan, y si el autoritarismo del pasado llenó a los hijos de temor hacia sus padres, la debilidad del presente los llena de miedo y menosprecio al vernos tan débiles y perdidos como ellos.

Los hijos necesitan percibir que durante la niñez estamos a la cabeza de sus vidas como líderes capaces de sujetarlos cuando no se pueden contener y de guiarlos mientras no saben para dónde van. Si bien el autoritarismo aplasta, el permisivismo ahoga. Sólo una actitud firme y respetuosa les permitirá confiar en nuestra idoneidad para gobernar sus vidas mientras sean menores, porque vamos adelante liderándolos y no atrás cargándolos y rendidos a su voluntad.⁸⁵

Preguntas de reflexión:

1. ¿Según el autor cuáles son las principales causas del nuevo comportamiento de los hijos?
2. ¿Qué posibles soluciones creen que hay a los desafíos planteados por el autor?

ANEXO 3: Sanidad Interior Cristocéntrica.

Modelo integrado de Alfred Davis⁸⁶

1. Aspectos básicos

En los aspectos que tienen que ver con el pasado hay diversos enfoques o abordajes. Partimos de la premisa de que somos seres integrales y que todo lo que nos afecta en el presente es una construcción que incluye el pasado y que a su vez afectará el futuro. El Dr. Ed Smith, quien desarrolló el enfoque de sanidad Theophostic en 1966, dice en su manual de entrenamiento básico:

“La recuperación no debe ser entendida como la remoción o el cambio en la memoria, sino más bien como la re-interpretación de esta cuando se reemplaza la mentira incrustada, por la verdad. La base bíblica para este trabajo es Juan 8: 32. La verdad no puede ser removida o cambiada. La verdad es la realidad. Las mentiras y las falsas interpretaciones pueden ser cambiadas ya que son falsas y apenas realidades percibidas”.

El concepto bíblico de la verdad es que la verdad es una persona: Jesús. Cuando la verdad reemplaza a la mentira, (lo cual solo es posible mediante Jesús), la persona es liberada de la confusión emocional, la cual puede relacionarse con un recuerdo traumatizante. Nuestras emociones están ligadas a realidades y a relaciones. Cuando las emociones destructivas son liberadas de un recuerdo específico, el resultado es una genuina renovación, la sanidad emocional interna para ese recuerdo y la posibilidad de la reconciliación con Dios con nosotros y con los demás. La siguiente historia puede ilustrar esto:

“Esta persona sufría de asma desde niña. En el momento de atenderla, ella experimentaba miedo. Diariamente, su vida estaba llena de agitación. El miedo

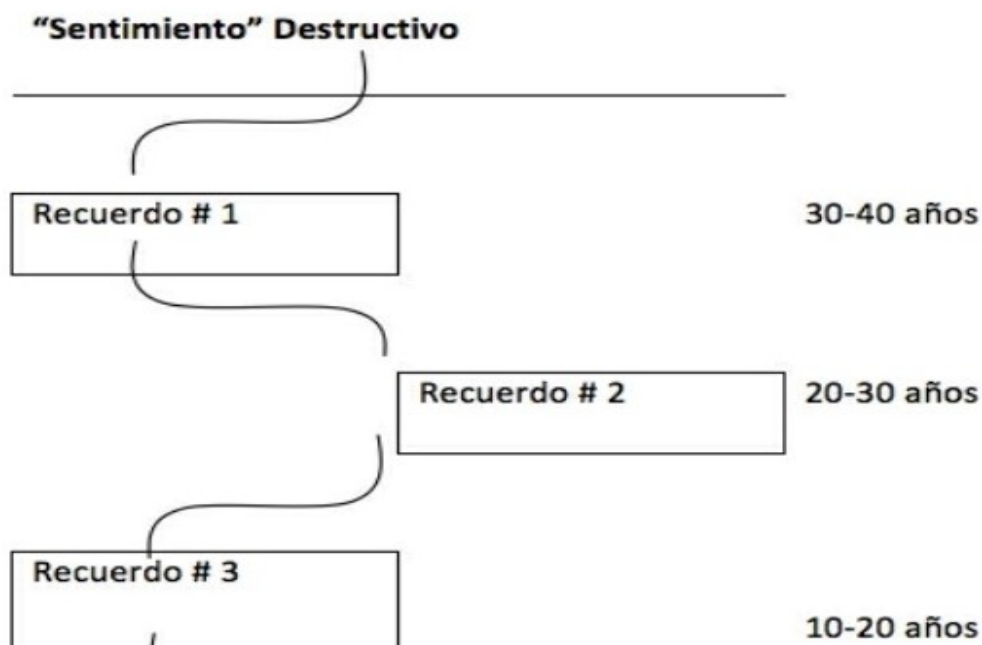
controlaba su mente y su cuerpo y el asma siempre estaba ahí. Accedió a una sesión de sanidad interior para tratar el miedo. El Espíritu Santo la llevó a un recuerdo cuando ella era una niña. En el recuerdo, ella estaba muy asustada porque temía dejar de respirar esa noche, debido a la intensidad del asma. En mi oficina, ella invitó a Jesús al recuerdo y descubrió que había una mentira ahí, con la que había vivido toda su vida: que ella moriría sin remedio. Cuando escuchó la verdad que Jesús tenía para ella, re-interpretó el recuerdo como una experiencia temerosa infantil, pero que no moriría por ello; Hoy, ella estaba bien viva. Esta experiencia sucedió en una hora. Al final de la sesión no solo el miedo se había ido, sino que ella estaba también liberada del asma. Cinco meses después, ella todavía seguía libre de ello”.

La sanidad Cristocéntrica no es una terapia cognitiva, ni imaginación guiada, ni sugestión post-hipnótica, ni programación neuro-lingüística, lineal o humanística. Es Bíblica, que viene de la posibilidad de que Dios tiene para sanarnos completa, genuina y consistente. Es diferente de la terapia cognitiva en cuanto a que la verdad viene del Espíritu Santo quien le habla a la mente de la persona, en lugar de que el terapeuta trabaje con verdades externas. En la sanidad Jesús es invitado a revelar la verdad directamente a la persona, y cuando la verdad es escuchada por ella el impacto es real y significativo; no es una realidad creada ni manipulada por el consejero.

2. ¿Cómo Funciona El Proceso?

En este modelo el proceso involucra tres componentes:

- El sentimiento destructivo
- El recuerdo o recuerdos
- La mentira incrustada en el recuerdo.



Por ejemplo, si el miedo es el sentimiento actual, un recuerdo conectado a él, aparecerá en la mente de la persona. El primer recuerdo será tal vez el de una experiencia reciente. El objetivo es explorar la posibilidad de recuerdos interconectados retrospectivamente a lo largo de un camino emocional, de recuerdo en recuerdo, hasta que se llegue al recuerdo 'original', que esta, en la mayoría de los casos, en la infancia. No es la labor del terapeuta encontrar estos recuerdos. Cuando son llamados, Jesús y el Espíritu Santo, revelan el recuerdo preciso que necesita ser sanado. El recuerdo puede ser algo en que la persona piensa a veces, o tal vez una experiencia reprimida que ha sido disociada (lo cual es la causa de la personalidad múltiple).

Una vez que el recuerdo ha sido localizado, la mentira necesita ser identificada. La mentira es la creencia o afirmación que fue plantada (por sí mismo, otros o Satanás) en la mente de la persona durante el tiempo del trauma o el proceso de conexión de experiencias. La mentira es la parte más difícil del proceso porque la mentira se siente como verdadera. A veces se requiere trabajo de equipo entre la persona y el ayudador para escuchar la señal del Espíritu Santo y aclarar la mentira precisa. Cuando la mentira precisa ha sido formulada, esta se siente en una escala muy fuerte (de 9-10 sobre 10). Otro ejemplo es el de una persona que descubrió la siguiente mentira con la que él había estado viviendo.

“Cuando esta persona era joven, su padre le llamaba tonto, idiota, y le pegaba cuando las cosas no iban como el padre quería. Él se veía a sí mismo en el sótano de su casa con su padre gritándole y pegándole. La mentira incrustada en el recuerdo y que tenía una intensidad de 10 en la escala de 1 a 10 era que “él nunca podía hacer nada bien”. Este hombre era un ejecutivo en una gran organización que vivía con constante miedo de que fallar y que nada de lo que hacía era suficientemente bueno”.

En esta etapa, esta persona invitó a Jesús a su recuerdo.

Algunas veces la persona ve a Jesús visualmente, algunas veces lo escuchan, otros sienten su presencia. Otros no escuchan o ven a Jesús. Esto no es imaginación guiada, porque el terapeuta no hace sugerencias, tales como ‘vea a Jesús parado aquí”.

Jesús viene porque la persona lo ha invitado a su recuerdo y realmente este es el primer paso. A veces Jesús se coloca entre el individuo y la persona que ha hecho daño a la persona, en su recuerdo, y a veces Él los toca, o los elige y los conforta. Todo esto sucede sin ninguna sugestión del terapeuta. Sucede por la naturaleza amorosa y bondadosa de Dios. Dios es sanador. Cuando Jesús dice su verdad, la mentira se disipa. Cuando la mentira se va, las emociones cambian para adecuarse a la verdad.

“Una de mis clientas fue abusada de niña y creía que la mentira era que ella nunca debía haber nacido. Ella tenía un constante sentimiento de abandono que le causaba dolor, rechazo y soledad. Cuando Jesús reveló su verdad, que Él quería que ella naciera, y que Él la aceptaba incondicionalmente, la vergüenza y el dolor desaparecieron, y ella se sintió librada de un gran peso de encima”.

Mientras la mentira se encuentre incrustada en el recuerdo, las emociones destructivas alimentan las experiencias presentes, haciendo la vida miserable, en algunos casos. El juego de Satán es implantar la mentira temprano en la vida de la persona y hacer que funcione destructivamente siempre. Como un gran mentiroso y engañador, Satán no necesariamente habla a la persona directamente, como hizo con Eva en el paraíso. Él puede trabajar a través del pecado en personas cercanas a usted y usar sus palabras y conductas para colocar una mentira.

Para ser curados, debemos aceptar que hemos sido heridos e invitar a Jesús a que nos traiga la verdad y que exponga la mentira. Jesús honra nuestra libre voluntad y nos sana cuando respondemos a su invitación de venir a él y solicitar su ayuda, o, dicho de otra manera, cuando lo invitamos a nuestra casa y nuestros cuartos para sanar. Él es el sanador, pero debemos reconocer que lo necesitamos y queremos ser sanados. Él está esperando a la puerta y llama.

Es importante recordar que la verdad viene por medio de la Palabra de Dios, la cual puede ser revelada directamente por el Espíritu Santo, también con el recurso de la palabra memorizada que la persona misma tiene. El ayudador puede reforzar los conceptos leyendo otras verdades de las escrituras que se relacionan con lo que Jesús le está diciendo directamente a la persona.

Este proceso se asocia a otros tales como el perdón, confesión de pecados, libertad espiritual, los cuales son parte también de éste. Esto quiere decir que este método no es una fórmula. Puede ser que Dios decida comenzar de esta u otra manera la sanidad en una persona.

En el esquema que está más adelante se sugiere el proceso completo del modelo integrado y se encontrará todo el manual en inglés (y muy pronto en Español) disponible de manera gratuita en [http:// www.lovehealstv.com/](http://www.lovehealstv.com/) Además la propia explicación del Dr. Davis en <http:// goo.gl/ HyOw0>



ANEXO 4: La culpa desde la perspectiva Pastoral

Cómo entender el evangelio en la consejería Transcripción de la Charla de Felipe Webb Medellín 2003

Yo quiero compartir con ustedes el por qué este tema me emociona, yo tengo cuatro razones, la primera razón es que yo veía que no había cambios en las personas. Venían a la iglesia, recibían muchas cosas, tanta Palabra, aun en consejería y las personas no cambiaban. Aun en mi propia vida, comencé a reconocer que había hábitos que no cambiaban, aunque buscaba de Dios, aunque confesaba, aunque me sentía mal... no veía cambios en mí, esa es la primera razón por la cual este tema me emociona.

La segunda razón por la cual me emociona este tema es que yo conocí a un psicólogo que trabaja con el ejército aquí en Colombia. Siempre me decía sobre estos temas de la culpa y el pecado: “ustedes como cristianos en comparación con mi trabajo son como el conejo, y yo soy la tortuga, ustedes son capaces de lograr mucho más que yo en el mismo tiempo”. El aun entendiendo que tenía que tocar estos temas de la culpa, el perdón y el pecado. Como no cristiano sentía que los

cristianos tenían una ventaja sobre la psicología y sobre los psicólogos. La segunda razón por la cual me emociona este tema es que un día un alcohólico vino a mí y ya que uno de los pasos en Alcohólicos Anónimos es buscar un sacerdote o un pastor, a quien confesar sus pecados, él vino a confesar su lista conmigo. No trajo dos o tres cositas, trajo tres o cuatro páginas llenas de cosas, y dijo: “por favor siéntate y escúchame”. Entonces yo como pastor comencé a escuchar a este alcohólico que se estaba recuperando y en la mitad del proceso me pregunté: ¿y qué sentido tiene que un alcohólico me confiese todos sus pecados?, ¿realmente tiene sentido o no tiene sentido?, ¿cuál es realmente la importancia de confesar pecados o faltas que uno piensa que ha tenido?

Si yo hago esta misma pregunta a ustedes ¿por qué debo confesar mis pecados?, no es tan fácil de responder. El primer argumento sería: “si Dios ya conoce mis pecados ¿por qué debo confesarlos ahora, y por qué debo confesarlos a otro humano? Pero todos los programas de recuperación y restauración plantean el otro argumento: es necesario compartir estas cosas con alguien. De ahí vino mi pregunta: ¿por qué es tan importante esto?

La última razón por la cual considero que este tema es demasiado importante, es que nosotros los cristianos decimos que el pecado ha sido vencido en nosotros a través de Cristo, pero vemos que las personas siguen cayendo en las mismas. Muchas veces los cristianos quieren creer que Cristo ha vencido el pecado, pero siguen cayendo, ¿y por qué?

Estas son las razones por las cuales considero que este tema es demasiado importante, y a través de muchos años he ido buscando la razón, la solución, la respuesta, de la Palabra, de la práctica y de la consejería. Y como pueden observar vamos a ver el tema **“La Culpa Desde la Perspectiva Pastoral”**, allí podremos observar como podremos introducir los temas de pecado y culpa en nuestra consejería. Ustedes tienen una ventaja con relación a muchas culturas, porque todavía aquí casi todos son religiosos, creen en Dios y están dispuestos a hablar de estos temas aun en la consejería. Casi todos están dispuestos a reconocer que hay pecado, que hay culpa, tú vas a otras culturas y tal vez no puedes hablar de este tema tan fácilmente. Ustedes todavía tienen una ventaja porque pueden sacar a flote estos temas sin tanta preocupación, sin violar las leyes profesionales dentro de la psicología, etc. Debemos aprovechar que todavía tenemos este espacio. Yo no he tenido ningún problema con no cristianos aquí en Colombia tratando estos temas, ninguno que ha venido a buscarme ha tenido problema cuando yo saco a flote estos temas (ellos saben que vienen a donde un pastor), eso es una ventaja. En mi propio país yo no podría hacer esto porque muchos ni creen que hay Dios o no creen que hay culpa real, que no hay pecado, aquí todavía creen en esas cosas.

Yo creo que, como pastores, pero también como psicólogos tenemos el ministerio de la reconciliación, y yo creo que todas las personas que vienen a nosotros, vienen con relaciones quebrantadas y nuestro trabajo en un sentido u otro es ayudarles a reconciliarse con Dios, consigo mismo y con el prójimo. Cuando estas personas vienen no les estamos reconciliando con una religión sino con Dios mismo, esto a través de la presentación de Jesucristo, nuestro trabajo es ayudarles a que se reconcilien con Dios primero. Y yo creo que no pueden reconciliarse bien consigo mismo ni con su prójimo si no las ayudamos a reconciliarse primeramente con Dios.

Muchas veces ponemos esto al revés, procuramos que solucionen el asunto con su prójimo antes de reconciliarse con Dios. Creo que debemos hacerlo en ese orden porque su identidad tiene que ver primeramente con Dios, su creador y una sana identidad con Dios puede crearles la posibilidad de empezar a trabajar también la reconciliación consigo mismo y con su prójimo. Sabemos que el perdón de Dios es la necesidad número uno para el hombre en cuanto a la culpa, pero también tiene que perdonarse a sí mismo y también perdonar al prójimo.

Para poder traer reconciliación consigo mismo la persona tiene que ser honesta pues es imposible reconciliarse consigo mismo, sin comenzar a ser honesto consigo mismo. Pero ¿cómo puedo ser honesto conmigo mismo sin tener esperanza de perdón? Si nos aterra mirar quienes somos. Si no hemos sentido el perdón de Dios nos es muy difícil comenzar a ser honestos con nosotros mismos. Santiago dice que somos expertos en el autoengaño; todos nos engañamos a nosotros mismos.

El psicólogo, el consejero, el pastor, es alguien que ayuda, es como un espejo para que la persona pueda comenzar a entender quién es ella, uno tiene que aprender a aceptarse a sí mismo, perdonarse a sí mismo y reducir la tensión entre el yo distorsionado y el yo verdadero. Y después que se ha trabajado el tema de la reconciliación consigo mismo, se puede trabajar la reconciliación con el prójimo y sanar esas relaciones.

Es necesario también enseñarles a las personas cómo tener una sana interdependencia, no una co-dependencia. Yo creo que ese es trabajo del psicólogo como del pastor, estas personas tienen que sanar las heridas que otros les causaron, pero también tomar la responsabilidad de lo que han hecho contra otros; las heridas que le han causado a otros. Es una doble vía: perdonar a otros y pedir perdón.

Alfred Davis tiene la siguiente definición de culpa: “es la decisión de pagar por nuestro propio pecado a través del auto castigo”. El sentimiento de culpa no tiene el remordimiento como su fin sino el arrepentimiento; no tiene el temor como su fin sino la confesión y dependencia del perdón; no tiene el castigo como su fin sino la disciplina y el tomar responsabilidad de las decisiones y acciones. La mayoría de las personas se acercan a tu consultorio pensando que la culpa tiene como fin el remordimiento, el temor y el sentido de castigo, casi siempre se van a acercar con uno de estos tres sentimientos: remordimiento, temor y castigo. Pero yo quiero darles otra definición sobre la culpa al final de estos tres puntos. **La culpa es para ayudarme a reconocer que yo soy responsable de una herida causada a otro y que me lleva a buscar la reconciliación.**

La mayoría de nosotros hemos manejado un concepto de pecado muy simple, y cuando tú comienzas a explicar a alguien qué es pecado, si tú tienes varias formas de definirlo y mostrarlo, las personas van a captar su necesidad mucho más fácil. Tengo un ejemplo muy claro: a mi cuñado le dedicamos veinte años tratando de explicarle el evangelio, ha ido a miles de sermones a escuchar el por qué alguien necesita a Cristo y un día mi esposa y yo estábamos con él después de orar veinte años. Sé que los tiempos de Dios son perfectos, pero también tiene que ver con la forma como compartimos estos temas, y el día que llegamos veinte años después a

explicarle nuevamente sobre el **pecado**, lo hicimos de otra manera y fue diciéndole que **es ser independiente de Dios**. Solamente esas palabras le ayudaron ese día a entender, reconoció que sí había vivido independiente de Dios. Y le había explicado por medio de otras palabras antes, diciendo que es quebrar la ley y de esta manera él no entendía, pero el día que lo explicamos en esa forma sí entendió.

Biblia habla del pecado en muchas formas, voy a mostrarles **seis formas**:

-Pecado es quebrantar una ley

-Pecado, retar la voluntad de Dios para mi vida y decir que otro puede suplir mejor que Él -La raíz del pecado es la independencia, eso ya lo sabemos desde Adán y Eva. Su pecado no fue tomar el fruto prohibido. Había comenzado otro proceso antes de hacer eso. ¿Cómo es posible que ellos tienen el 99.999% del jardín y el enemigo, Satanás viene a decirles que necesitan el 0.001%? Porque ellos no querían ninguna parte de la vida fuera de su control, no querían depender y estar “debajo de”, el enemigo viene a decirles: “no, eso es bobada, por qué los va a restringir en una cosa así”. Entonces son tentados por el enemigo para independizarse de Dios, y eso es lo que los lleva a desobedecer tomando el fruto. Entonces, todo pecado proviene del deseo de ser independiente de Dios.

-Pecado, es un proceso que comienza en el corazón (Mt. 15: 18,19.) ¿Qué es lo que contamina al hombre?: lo que sale de la boca o lo que sale del corazón. El pecado es un proceso que comienza en el corazón, pero seamos honestos: ¿cuántos de nosotros nos hemos enfocado en el hecho?, ¿cuántos de nosotros vamos a Dios al final de un día y le decimos: Padre perdóname porque hoy grité a mi esposo o a mi esposa, hoy use palabras en la oficina que no debo usar, perdóname Padre, y si Dios me hablara me diría: Felipe ese no es el problema, porque nos estamos enfocando en el hecho de lo que salió de la boca no de lo que está en el corazón, y por eso no hay cambio en nosotros, porque muchas veces estamos confesando los hechos y no donde comenzó el problema, en el corazón. Y no arreglamos el corazón, en los términos que ustedes usan: síntoma vs. raíz, aquí estamos confesando solamente síntomas y por eso nada cambia.

-Pecado, es un estado de nacimiento (Salmo 51: 5-en pecado fui concebido). Es un estado de contaminación y no creemos que nuestro entorno nos hace pecaminosos, que nacimos en pecado. Por ejemplo: yo no enseñé a mi hijo a mentir a su año y medio de vida. Él ya sabía cómo mentir a esa edad porque él nació en pecado. Todos tenemos ese problema en nuestro nacimiento porque en pecado fuimos concebidos.

-Pecado, culpa legal (Ro. 3: 9). Estamos bajo pecado. Este concepto no lo vamos a hallar en muchas partes de la Biblia. No está hablando de nuestra contaminación de nacimiento, no está hablando de los hechos que realizamos, está usando una palabra diferente, pecado aquí es culpa legal, legalmente somos culpables delante de Dios y legalmente somos merecedores de castigo o de condenación. Pero ¿por qué es importante esto? Porque cuando uno está ayudando a una persona en la consejería a entender los diferentes términos que se utilizan para pecado, este es uno de los más importantes.

Cuando Juan el Bautista ve a Jesús viniendo la primera vez (Jn. 1: 29), dice: “he aquí el Cordero de Dios que viene para quitar el pecado del mundo”. Pero ¿qué ha quitado Cristo?, ¿tu pecas todavía?, entonces no ha quitado los hechos, ¿te ha quitado la contaminación?, no te ha quitado la contaminación tampoco; entonces, ¿qué ha quitado?, tampoco el origen porque tú todavía lo tienes, ha quitado la condenación (Jn. 3): “los que creen en Cristo ya no están bajo condenación”. Decir que se está bajo pecado y bajo condenación es la misma cosa. Entonces, a una persona porque recibe a Cristo se le quitan esas otras cosas de pecado, porque es un proceso, pero sí se le quita la culpa legal, delante del registro legal en el cielo ¿qué hay bajo tu nombre?: inocente, perfecto. Hebreos dice que somos perfectos delante del Padre porque la culpa legal ha sido tratada (He. 7: 22). Cristo es nuestro fiador que paga por otro.

Estos versículos son los que yo he usado y que han traído más libertad y ayudan a las personas a entender el Evangelio en la consejería. Especialmente cuando son no cristianos, aun como cristianos les doy a entender estas cosas (He. 9: 14). Mucho de nuestro trabajo en las iglesias se centra en qué hizo Cristo para el hombre, casi siempre, y el hombre es el centro de todo, pero en este versículo el hombre no es el centro de todo, ¿Cristo se presentó a quién?, al Padre, ¿por qué?, porque la ira de Dios sobre el pecado estaba sobre Él, Cristo no muere para mí, muere para apaciguar la ira de Dios; y luego, el resultado es que yo recibo su perdón. Y las personas necesitan entender que la obra de Cristo estaba basada en ofrendarse a su Padre, no hacia mí, y la propiciación es apaciguar y pagar por esa condenación.

Yo uso el texto de 1ª Jn. 2: 1,2 no solamente para que la persona entienda el perdón de Dios, sino también para que se dé cuenta cómo está tratando a su prójimo, todo esto tiene que ver con la reconciliación con Dios, consigo mismo, con los demás. Les explico que están delante del Juez que es el Padre, el Padre Celestial, y delante del Padre ¿qué es la sentencia?: somos culpables de la muerte. Pero como Felipe no está de acuerdo con este sistema le dice al Padre: yo quiero otra audiencia, por favor déjame traer otro abogado para pelear por mí. Entonces, Felipe sale de la corte y busca otro abogado. La Biblia dice que puedo buscar a Cristo como mi abogado entonces yo traigo a Cristo a la corte a abogar por mí y ¿qué dice el Padre sobre mi caso? Cuando traigo a Cristo como mi abogado ya soy inocente, entonces, el Padre dice: “estás libre, no hay condenación”. Felipe va y en el camino tiene un problema con un prójimo, y esto es lo que hacemos en la vida, organizamos otra corte y nos ponemos por jueces, y yo estoy condenando a otro ser humano, pero esta persona me dice: “Felipe déjame buscarme un abogado también”. Va y busca el mismo abogado, él trae a su abogado y allí está Cristo. Entonces, ¿contra quién está peleando Felipe?: contra Cristo. Muchas personas no entienden esto en sus relaciones uno con el otro, cuando les mostro esto lo aclaran muy rápido, ellos buscaron abogado, pero luego no quieren que el mismo abogado pelee por su prójimo.

Para los cristianos el registro divino no tiene ninguna cosa contra ellos, ni mañana, ni pasado, ni presente, ni futuro. La mayoría de los cristianos que van a entrar en tu consultorio todavía no creen que ese registro va a quedar limpio, ellos creen que ese registro puede cambiar, ellos no creen que Cristo va a ser su abogado para siempre, y nuestra labor es ayudarles a entender que el trabajo de Jesús ya está finalizado para siempre.

-Pecado es El no cumplimiento de la ley... todo pecado es relacional (Ro. 13: 9,10). La mayoría de las personas tienen el concepto de que pecado es quebrar una ley y no han sido conscientes que hirieron a alguien, todo pecado hiere a alguien; si todos los mandamientos pueden ser cumplidos con el amor el amor es el vehículo relacional entre Dios, uno mismo y el prójimo. Entonces, todo pecado es relacional, pero muchas personas vienen a nosotros para confesar cosas, y esto es algo así como decir: “Padre perdóname porque quebranté el número tres, el número ocho”. Hasta ahí no más, pero eso no sirve para nada, porque no se han responsabilizado de lo que hicieron contra sí mismos, contra Dios y contra su prójimo, (Ro. 7: 6; Mt. 5: 7), “el espíritu de la ley es el amor”. Muchas veces yo les doy un examen a las personas **(Las Diez Pruebas de mi Santidad)**, las preguntas son:

1. Siempre he buscado en los asuntos de mi vida las cosas de Dios antes que las demás.
2. Siempre he amado a Dios más que a las personas y a las cosas.
3. Siempre he dado más importancia a Dios que a mis otras relaciones.
4. Siempre he orado con la motivación correcta de honrar a Dios.
5. Siempre he tomado mi descanso y tiempo para dedicar a Dios.
6. Nunca he herido a mis padres.
7. Nunca he sentido odio por alguien.
8. Nunca he codiciado lo que otro tiene.
9. Nunca he querido tener una relación sexual con alguien indebido.
10. Nunca he chismoseado.

¿De dónde crees que salió esta lista?, ¿de qué parte de la Biblia? En el Sermón del Monte Jesús explica los Diez Mandamientos así, cómo tratamos a los demás, porque todo pecado es relacional. En el examen todos nos rajamos, y Cristo mismo explica que estos son los mandamientos. Las personas no tienen un concepto de qué es pecado y por eso no se les puede ayudar a sanar porque todavía no tienen ni un concepto correcto de qué es el pecado, cuando entienden esto, inmediatamente se dan cuenta que han quebrantado los diez y así ya hay apertura para poder hablarles del perdón.

-Pecado, ley intrínseca que se quiebra (Stg. 4: 17; Ro. 14: 22,23), todas nuestras conciencias son diferentes. Una conciencia que es guardada por Dios es mejor que una que no lo es, pero todos tenemos un nivel distinto de conciencia y tenemos que ser muy conscientes en nuestra consejería de que nuestra ley intrínseca no es la que rige para nuestros pacientes. Por ejemplo, vas a tener un paciente que no cree que es malo ir a una discoteca y tú le dices que es pecado

porque alguien te enseñó que eso es pecado. ¿Por qué estás imponiendo una ley acerca de la cual la Biblia no habla?; o al revés, es una persona que ha crecido en un hogar muy rígido y siente que ir a una discoteca es pecado y tu como consejero le dices: no tranquilo, vete, ¡está bien! Tú le haces pecar si él va, porque esa noche cuando va comienza a dudar y Romanos dice: si tu duda sobre algo que haces estás pecando. Si ves que puedes causar problemas en tu consejería en ambas formas, tienes que cuidarte y no desbaratar eso que ya está estructurado.

Voy a usar un ejemplo: una persona que me habló ayer me dijo que ha tenido unas angustias en los últimos días y ella fue apoyada en oración en estos días por parte de muchas personas y de los pastores. Al día siguiente de recibir oración inmediatamente, ella tuvo un ataque de angustia, y ella pensó: ¡eh, el Diablo si es astuto!, el Diablo me hace sentir culpable inmediatamente y comienza a atacarme. Entonces sentí decirle: ¿tú crees que es el Diablo atacándote?, pero tengo otra idea no será que tal vez tienes miedo de no poder responder a la oración de los pastores? Entonces descubrimos que ella siente una responsabilidad muy alta cuando un pastor ora por ella; y no es el Diablo, tal vez es su propia conciencia que le indica que debe responder a estos hombres e inmediatamente comienza a angustiarse pensando que no va a responder bien. Podemos observar como el paciente puede sentir más culpa indebida, por un mal manejo de su situación o por su propia conciencia sensible. Necesitaos ayudarles a diferenciar culpa real, culpa emocional y culpa falsa.

Ahora, ¿por qué cada una de estas definiciones de pecado es importante en la consejería? Porque las personas no están entendiéndonos muchas veces, ya que estamos tratando un concepto de pecado y ellos están pensando en otro. Ya que hemos visto seis diferentes tipos de pecado sobre los cuales la Biblia habla, vamos a encontrar que cada paciente llega con una concepción diferente de pecado y según esto hay que tratarlo. Si tú estás consciente de los diferentes tipos de pecado, puedes ayudar al paciente mucho mejor, y aun la evangelización va a ser mucho más útil no sólo en el consultorio sino por fuera si tienes estas ideas en mente.

Vamos a la **confesión**, ¿por qué los pacientes vienen y abren su corazón contigo?, muchas veces lo que ellos hacen es confesar algo. Veamos entonces cuál tipo de confesión tiene validez y cuál no, porque muchas de las confesiones que escuchamos en el consultorio no le van a ayudar al paciente, mientras que otras sí.

En primer lugar, quiero mostrarles qué he hallado en mi trabajo de consejería; **primero, la confesión debe reflejar lo relacional del pecado.** Si una persona comienza a confesar pecados como si fueran número uno, dos, tres..., para nada les va a servir. Van a poder expresarlo, pero van a regresar a hacer la misma cosa.

Observemos los diferentes términos sobre confesión: **es un acto externo no más**, y quiero mostrarles que muchos de nosotros hemos usado 1ª Jn. 1: 9 de una forma que yo creo equivocada, el texto dice: “si confesamos nuestros pecados Él es fiel y justo para perdonar”. Entonces, pensamos que si se confiesa Dios va a perdonar, y no miramos este versículo en su contexto y no tenemos en cuenta lo que el resto de la Biblia habla sobre el tema. Pensamos que solamente se trata de decir las cosas y así se obtiene el perdón, pues la persona entiende la confesión como un trueque

con Dios. Dice el dicho popular: “se confiesa, se peca y se empata”. Por eso es tan común que ocurra esto, porque las personas creen que es un trueque; creen que se trata solamente de decir las cosas. Y tal vez por eso es que vienen a ti, quieren confesar algo y no tienen confianza de ir a un sacerdote, todavía manejan el concepto de que el pecado es un acto externo no más.

La segunda cosa, muchas personas vienen a confesar sus pecados para aliviar la conciencia y el castigo. Por ejemplo: si tú tienes un accidente, al ir al tránsito y declararte culpable, la multa va a ser menor. Hay personas que confiesan el pecado porque creen que así el castigo va a ser menor. Yo quiero que vean 2ª Co. 7: 9,10, estos versículos hablan de remordimiento. El fin de sentirnos culpables no es este, es el arrepentimiento. Un ejemplo de remordimiento sería cuando alguien se acerca a nosotros y nos dice que cometió adulterio y que tiene miedo que la mujer haya quedado embarazada. Entonces nos pide que oremos y lo hacemos. Luego nos llama y nos dice que está muy feliz porque la mujer no quedó embarazada. Esto sería un ejemplo de cómo aquí no se tiene en cuenta las consecuencias que la persona tiene que vivir a causa de su pecado.

Pero se tiene que ser muy astuto para discernir cuando la persona tiene remordimiento y cuando arrepentimiento. Otro ejemplo personal sería: un día salgo de la casa enojado con mi esposa porque me levanté muy temprano y ella se levantó tarde. Entonces, comienzo a airarme, a las siete de la mañana pienso: ¡eh!, que bruta, ¿por qué está todavía en la cama?, y me voy y la levanto y le digo: mira los niños tienen que estar listos para el colegio, el desayuno no está hecho. Por ahí a las 7: 30 A.M. comienzo a gritarle en la cocina, enfrente de los hijos y me voy al trabajo a las ocho, cierro la puerta con enojo, llego al trabajo y me siento en mi oficina. A las nueve no he hecho nada, a las diez tampoco, estoy pensando, hay remordimiento, pienso: ¿por qué la embarré?, ¿por qué le grité a mi esposa?, ¿por qué me enojé? Entonces, cuando no aguanto más la molestia que siento, a las diez levanto el teléfono, llamo a mi esposa y le digo: “perdóname por haberte gritado esta mañana”. Ella dice: “tranquilo, no hay problema yo te perdono”. Entonces descanso, y ahora sí puedo trabajar. La pregunta es: ¿la llamé para tranquilizar mi conciencia, para poder trabajar, para no sentirme tan mal conmigo mismo o porque la herí? En este caso mi confesión es ¡tan egocéntrica!, y te aseguro que la mayoría de las confesiones que vas a escuchar en la iglesia y en el consultorio van a ser egocéntricas, y seamos honestos, nosotros lo hemos hecho así, muchas veces, lo hacemos pensando solo en nosotros; en nuestro propio alivio. Por eso cuando te di mi definición de culpa, te dije que **tenemos que responsabilizarnos de la herida que causamos a los otros.**

Tercera cosa sobre la confesión, hay que tratar la raíz del pecado no sólo el síntoma. En el Hijo Pródigo ¿cuál es su pecado?, cuando él regresa donde su padre ¿qué debe confesar? Debe confesar que aceptó la mentira de que siendo autónomo estaría mejor, que estaría mejor fuera de la casa de su padre. Al regresar encuentra que su padre ya lo ha perdonado.

Otro ejemplo de la Biblia es Jonás. Él no quiere ir a Nínive y aborda un bote para ir a Tarsis. En medio del camino hay una tormenta y es tragado por un pez. Dentro del pez se observa una oración en Jonás. Y si estudias esta oración te darás cuenta de que él dice que comprende que pecó contra el Padre, que pide que lo saque de ahí

y así su vida será de agradecimiento a Él. Hace una confesión en el capítulo dos, pero esa confesión no le cambió para nada: ¿por qué no fue a Nínive después que el pez lo deja en la playa? Pero sus pies caminan a Nínive, su corazón no. El capítulo cuatro nos dice que el problema de Jonás es que nunca se dio cuenta ni confesó su problema. Al final del capítulo cuatro dice: “Jonás tu no entiendes, tu problema es tu corazón y todavía tienes odio, no tienes compasión por estas personas, Jonás está confesando síntomas de no hacer algo” (no ir a Nínive). Entonces su corazón es el problema y nunca entendió esto. Por eso dos semanas después quiere morir y seguir odiando a estas personas; tiene la misma actitud que tuvo antes de entrar al bote.

Otro ejemplo está en Apocalipsis 2: 1-7 cuando habla sobre la iglesia de Éfeso y sus pecados. Dice el texto que ellos han dejado su primer amor y anota que si no se arrepienten de ese pecado les será quitado el candelabro de su iglesia. ¿Qué es el pecado?; había idolatría en sus corazones, estaban amando otras cosas más que a Él. Pero ¿es fácil decirle a Dios que amamos a otra persona más que a Él? Y cuando confesamos nuestros pecados casi nunca nos confesamos así porque nos duele demasiado reconocer esto. Veamos los diez leprosos: uno regresa a darle gracias a Jesús, ¿qué es el pecado de los otros nueve?: ¿la ingratitud? Muchas personas creen que sí, pero no es así. La ingratitud es el resultado de otro problema más profundo. ¿Cuál es el pecado de los nueve leprosos que no regresan a Cristo?, Yo creo que el pecado es que creen que merecen la sanidad; ellos manejan auto justicia y según John Stott, auto justicia es el peor pecado del cristiano ya que es muy difícil erradicar la auto justicia en alguien. Los nueve creen que merecen esa sanidad. Entonces como consejeros podemos pedir a las personas que confiesen su pecado de ingratitud, y nada cambiará, porque no hemos tratado el problema real de la auto justicia que viene por el orgullo de que ellos sí lo merecen.

Si pensamos en el pecado de la **ira**, cual es el la raíz que hay que confesar? ¿Qué hay detrás de la ira?, ¿qué son algunas raíces de la ira? Realmente es la inseguridad, la impotencia y la frustración. Y todas estas palabras se resumen en una: **control**, la mayoría de las personas tienen ira porque pierden el control, hay que trabajar esto no la ira.

Otro asunto, **confesión basada en el ofendido**, ahora estamos llegando a lo que realmente es, volvamos al ejemplo de mi esposa, cuando me enojo con ella a las siete de la mañana y llego a la oficina a las ocho muy enojado, ¿qué debo hacer?, no debo esperar hasta las diez, debo llamarla inmediatamente, porque no estoy pensando en Felipe, estoy pensando en el herido: que es mi esposa, a quien yo herí, y no la voy a dejar dos horas más sufriendo. Entonces voy a llamarle a las ocho, porque **estoy pensando en el bienestar de ella y no en el mío**. Si manejo una confesión genuina, si estoy arrepentido, estoy interesado en cómo herí a mi esposa; entonces, levanto el teléfono y la llamo a las ocho de la mañana y le digo: mira, yo reconozco que esta mañana te deshonré delante de los hijos esta mañana te traté en esa forma y te hice sentir como basura. Entiendo que tú estás herida por las palabras que te dije, pero quiero pedirte perdón. No se trata sólo de que me perdone, cuando yo la llamo y reconozco cómo la herí mi actitud tiene que **tener este principio: por favor, aunque tienes todo el derecho de cobrármelo, no me lo cobres**. Eso es lo que quiere decir pedir perdón; no justificarse, porque el

otro tiene todo el derecho de cobrármelo; te pido perdón y por favor no me lo cobres.

El perdón siempre cuesta al herido, le cuesta liberar al ofensor y yo debo entender eso, si yo no entiendo eso, mañana voy a hacer la misma cosa; mañana lo voy a tratar exactamente igual porque no me he hecho consciente lo que le cuesta al otro perdonarme. No es mi confesión lo que me perdonó, no es un trueque, el perdón le cuesta al ofendido. Y si soy consciente de esto, te aseguro que mañana no lo vuelvo a tratar igual. La confesión está basada en el ofendido, no en cómo se siente el ofensor. La razón por la cual nos cuesta hacer una confesión genuina es que nos cuesta crucificar el ego y reconocer que tan mal hemos obrado y no somos tan buenos como quisiéramos.

Pero muchos de nosotros no lo hacemos; usamos una psicología de la confesión. Cuantos después de haber cometido un error una mañana, primero no lo confiesan a Dios inmediatamente y todo el día viven muy tristes, con remordimiento, todo el día sufren, finalmente en la noche llegan a la cama y dicen: Señor perdóname por haber hecho esto o aquello. La próxima mañana se levantan todavía con un poco de malestar, a los dos o tres días ya están bien otra vez, ¿qué han hecho?.

confesiones psicológicas, donde con el tiempo ya no me siento tan mal, y pagamos con nuestras emociones, no sentimos que podemos disfrutar de hoy si hicimos un error esta mañana, y confesamos el pecado a Dios a las nueve de la mañana, después de haber pecado a las ocho, y el resto del día pensamos: pobre de mí. Es una forma de pagar porque todavía no se ha entendido qué es el perdón. El perdón genuino me libera para poder gozar del resto del día. Si hago una confesión genuina entiendo lo que hice. Entiendo que Dios quiere que me libere y goce del resto del día. Y como estamos manejando **culpa falsa** después de confesar y psicológicamente buscamos pagar.

Pero el verdadero perdón es un regalo porque el ofensor no puede comprarlo; no es un trueque; no es auto castigo y no es auto justicia. Muchas personas, en el remordimiento, procuran hacer cosas para pagar por auto-justicia. Si usas este sistema de remordimiento te sientes mal, procuras hacer cosas para pagar y arreglar las cuentas. Por ejemplo: le traigo unas flores a mi esposa antes de pedirle perdón. Eso es procurar pagar en vez de mirar realmente la herida causada en ella, y después me siento muy bien de mí mismo, ¡que falla que seguimos creando una torre de auto justicia en la vida cristiana!

Mateo 18: 23-35, trata de **los dos deudores**. Un deudor debe un millón de pesos y luego no puede perdonar al que le debe diez mil pesos, ¿por qué?, si tu lees este pasaje, en medio de él, vas a encontrar una frase muy importante para recordar que nos da la respuesta: el que debía un millón le dice al que le debe: dame tiempo y lo pagaré, ¿esa frase qué quiere decir?, quiere decir que él es capaz de pagar la deuda, es capaz de hacer cosas para lograr ese perdón, por eso trata a su prójimo de la misma forma, le dice: tú tienes que hacer cosas para asegurar que pagues la cuenta. **El que cree que es capaz de pagar no puede perdonar, pero el que reconoce que está en bancarrota es capaz de perdonar.**

Veamos a Pedro y Judas: ¿sabemos la diferencia entre ellos?, ¿por qué Pedro después de la resurrección está bien y Judas se ahorca? Judas se ahorca, y la

mayoría de las personas que se suicidan hacen esta misma cosa: creen que tienen que pagar por su culpa. Pedro está dispuesto a recibir el perdón de Cristo, Judas no.

Los dos malhechores en la cruz, la misma cosa, uno estaba dispuesto a recibir y el otro no. En Zacarías tres, verán un ejemplo fabuloso del enemigo del hombre acusando a Josué el sumo sacerdote, este se encuentra ofreciendo algo, y un ángel de Satanás aparece y comienza a acusarlo. El texto dice como Dios mismo le pone silencio al Diablo y le dice que ese hombre no es pecador. ¡Yo le voy a vestir con ropas de gala! Es una historia que muestra como el enemigo y Dios están peleando por uno, esto relacionado con la culpa.

Hebreos diez, es un pasaje sobre la libertad de culpa. Comienza en los primeros versículos hablando sobre el problema de la conciencia y cómo Dios a través de Cristo trabaja y soluciona el problema de la conciencia y finalmente ya no hay más para pagar; no se puede pagar más, ya está hecho todo y dice finalmente que delante de Dios somos perfectos.

Respecto al rol del consejero en este tema, hay tres cosas: yo sé que ustedes tienen eso más claro debido a su puesto como profesionales, pero como profesionales cristianos yo los animo a tener **estas tres cosas en mente:** **primero, la sanidad comienza aun antes de recibir a Cristo.** Creo que estas cosas funcionan inclusive para personas que no son cristianas. Recuerdo el caso de una pareja no cristiana, en que él llevaba veinte años de adulterio y la esposa no sabía, finalmente esto se supo y se quieren divorciar inmediatamente. A través de explicar a ambos, especialmente al hombre lo que había hecho, comienza a entender la gravedad de lo que había hecho, antes de recibir a Cristo, porque no van a poder recibir a Cristo sin entender la gravedad del hecho. Se necesita mostrar qué es lo que realmente hizo contra ella y qué es lo que tiene que perdonar a él también. Como consejero debo trabajar esta dinámica antes que las personas reciban a Cristo. Un no cristiano también entiende qué es la necesidad de perdonar y recibir perdón, yo sé que con Cristo es mucho más rápido. Estos conceptos los he compartido con cristianos y no cristianos y funcionan porque la Palabra comienza a concientizarlos de en qué están realmente.

El paralítico en la Biblia cree que su problema es parálisis y Cristo le dice que sus pecados le son perdonados. Las personas antes de que Cristo muriera no entendían lo que era su obra en la cruz, inclusive sus discípulos.

En el caso de la adúltera, ¿cuál era su problema mayor? Jesús le dice vete y no peques más, muchas personas quedan en un vicio solamente por la culpa y cuando reconocen que alguien los ama y los acepta, se quiebra el poder de la culpa, sin conocer, sin entender la cruz. En el caso de los alcohólicos, no sé si estoy errado, las personas adictas lo están allí por el sentimiento de culpa, y es un círculo vicioso. La culpa los lleva otra vez a pecar. Muchas veces tú puedes quebrar ese ciclo; no solamente logrando que entiendan la gracia de Cristo, sino con el mero hecho de que se sientan finalmente aceptados, no condenados sino amados. Estos principios trabajan porque son divinos, fabuloso si podemos integrar a Cristo en el proceso y lo debemos hacer si es posible y con pleno respeto de la persona. Muchas personas pueden recibir esta libertad entendiendo estos conceptos. La mujer adúltera

permanecía en la prostitución porque su autoestima estaba muy mal. Como consejeros podemos ayudar a las personas en su auto concepto, en su autoestima.

Segundo, somos profetas, yo creo que ustedes como psicólogos son profetas, ustedes concientizan a las personas de pecado, yo sé que lo hacen mucho más disimuladamente que un pastor, pero lo hacen.

Tercero, decir la verdad con gracia. Quiero decirles algo para terminar, no sé si me creen, quiero decirles que esto es lo que yo pienso de mi trabajo como pastor y creo que lo que he leído va a ser lo que va a pasar contigo, yo creo que tu ser, quien eres, el lenguaje no verbal que tu proyectas en tus consultas, aun hace más que lo que dices, lo que eres habla más que lo que tú dices; por ejemplo, como escuchas, como amas, la misericordia con la cual trabajas, ¿cuán descansado estás?, las personas vienen a nuestras oficinas cargadas y ven a una persona tan tranquila, esto les ayuda. Dios usa tu ser, lo que tú eres, en forma más poderosa que lo que tú dices.