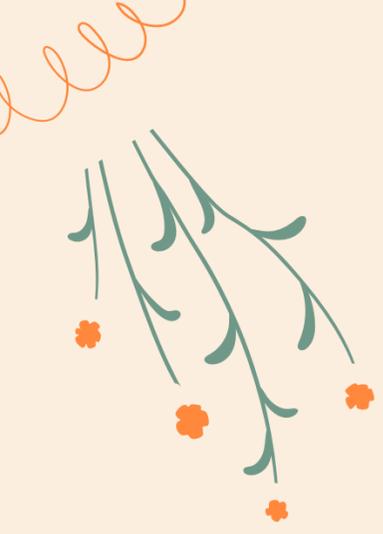


**La paz del Perdón**

**LA AMARGURA**



# amargura



La palabra griega para amargura (pikria) viene de la raíz etimológica pik, que quiere decir "cortar" y por lo tanto, "cortante" o "afilado". Se refiere a lo que es cortante y afilado. También implica "sabor amargo".

**La amargura no es uno de esos pecados grandes y llamativos que se puede ver creciendo en la superficie de nuestro corazón. No se puede mostrar como la ira ni producir grandes frutos podridos como la desobediencia. La amargura es un pecado durmiente. Crece bajo la superficie, en lo profundo del suelo de nuestros corazones.**



**La ira puede ser justa y santa :  
Mateo 21:12**

**12 Y entró Jesús en el templo de Dios y echó fuera a todos los que vendían y compraban en el templo; y volcó las mesas de los cambistas y las sillas de los que vendían palomas; 13 y les dijo: Escrito está: Mi acasa, casa de oración será llamada, pero vosotros la habéis hecho cueva de ladrones.**

**la amargura nunca es buena**



**La amargura es un sentimiento duradero de frustración, tristeza o resentimiento, especialmente por haber sufrido una desilusión o una injusticia.**

**Creados a  
la imagen  
de Dios**



- 
- 

**Sentido de justicia  
Mundo caido**

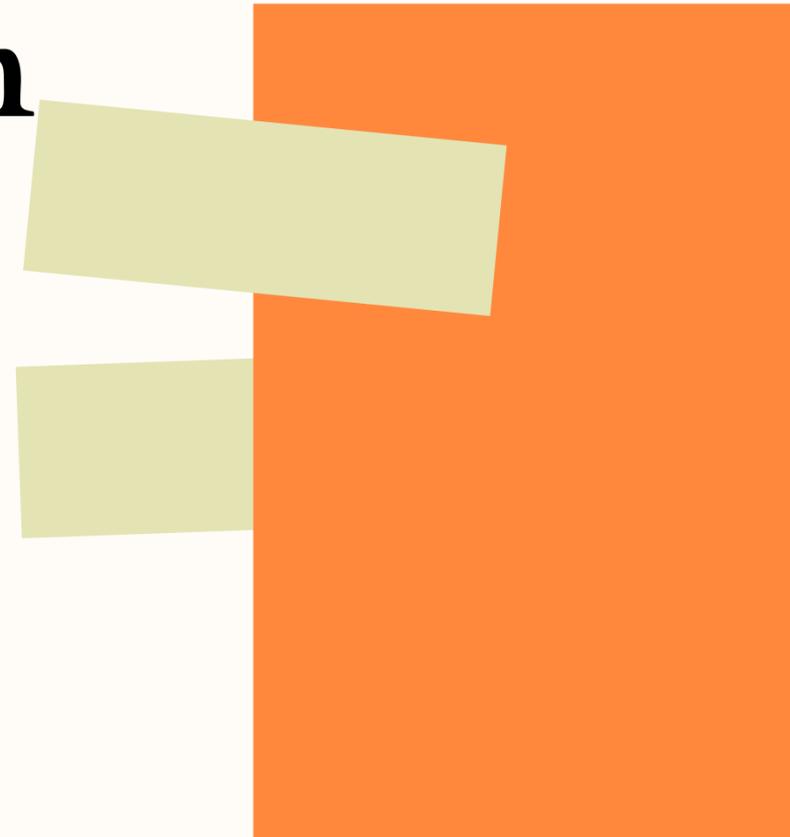


**El que ha hecho mal  
siempre pierde , el bien  
siempre gana**



## Hebreos 12:15

15 Mirad bien, no sea que alguno deje de alcanzar la gracia de Dios; que brotando alguna raíz de amargura, os estorbe, y por ella muchos sean contaminados;



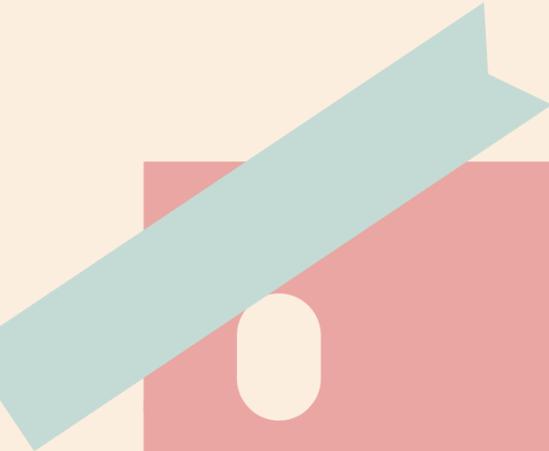
**“Mirad bien,”**

**Esto significa ser diligente (vigilar lo que entra en nuestro corazón)**

**“no sea que alguno deje de alcanzar la gracia de Dios”**

**no podemos permitirnos regresar al pasado**

**que brotando alguna raíz de amargura, os estorbe, y por ella muchos sean contaminados;**



Sabía usted que la amargura es como una enfermedad contagiosa, tan común como la gripe.

Por la amargura hay guerras, peleas, hogares deshechos, divisiones, contiendas etc.

## Efectos en la salud

Existen múltiples estudios que constatan que no perdonar genera un aumento de la actividad fisiológica, lo que aumenta la probabilidad de desarrollar síntomas físicos y psicológicos. El perdón (o su ausencia) podría producir estos efectos:

### En salud física

1. Respuesta cardiovascular y presión arterial
2. Tensión muscular facial



**Estrés: efectos en el  
cortisol o colesterol  
total y  
Sistema inmune.  
Puede aumentar la  
probabilidad de dolor  
crónico, abuso de  
sustancias, daño  
cerebral traumático o  
cáncer.**



# En salud mental

- **Ansiedad.**
- **Depresión.**
- **Neuroticismo.**
- **Estrés percibido.**
- **Baja autoestima.**



**El corazón alegre  
constituye buen  
remedio; Mas el espíritu  
triste seca los huesos.**

**Proverbios 17:22**



1 Samuel 9:1-21 podemos ver por lo menos diez cualidades que se reflejan en su carácter y en lo que Dios estaba dispuesto a hacer con él:

Venía de una familia rica e influyente (v. 1).

Buena apariencia física (v. 2).

Sometido a la autoridad de su padre (v. 3).

Diligente (v. 4).

Prudente (v. 5).

Sabía escuchar (v. 6).

Dadivoso (v. 7).

Escogido por Dios (v. 17-19).

Respaldo inmediato de Dios (v. 20).

Humilde (v. 21).



## LA AMARGURA DE SAUL CONTRA DAVID



**1 SAMUEL**

- El rey Saúl es un claro ejemplo de lo que la amargura hace en nosotros
- Nos lleva a odiar
  - a tener sentimientos de venganza
  - maquinando estrategias para vengarnos
  - pensar en acabar con la vida de la persona que nos ofendió

La amargura se convierte en nuestro amo y nos lleva a actuar irracionalmente lo que comienza con un enojo se convierte en desconfianza temor inseguridad y venganza.

# COMO HACER MORIR LA AMARGURA

- La amargura es personal: debemos tener una perspectiva real de quienes somos (no somos el centro del universo)

- No buscar venganza:

Romanos 12:17-21

No paguen a nadie mal por mal. Procuren hacer lo bueno delante de todos. Si es posible, y en cuanto dependa de ustedes, vivan en paz con todos.

- Cuando nos llenamos de amargura contra alguien manifestamos incredulidad y estamos primeramente amargados contra Dios

- Dios nos ordena perdonar

Efesios 4:31-32

31 Quítense de vosotros toda amargura, enojo, ira, gritería y maledicencia, y toda malicia. 32 Antes sed benignos unos con otros, misericordiosos, perdonándoos unos a otros, como Dios también os perdonó a vosotros en Cristo.



- No es nuestra responsabilidad hacer justicia:

Romanos 12:19-20

19 No os venguéis vosotros mismos, amados míos, sino dejad lugar a la ira de Dios; porque escrito está: Mía es la venganza, yo pagaré, dice el Señor. 20 Así que, si tu enemigo tuviere hambre, dale de comer; si tuviere sed, dale de beber; pues haciendo esto, ascuas de fuego amontonarás sobre su cabeza.

- Recuerda lo que eres o eras sin la gracia de Dios:

10 Pero por la agracia de Dios soy lo que soy; y su gracia no ha sido en vano para conmigo; antes bien, he trabajado más que todos ellos; aunque no yo, sino la gracia de Dios que está conmigo.

"Señor, ayúdame a estar agradecido; primero, porque nunca antes he sido robado; segundo, porque aunque se llevaron la cartera, no me quitaron la vida; tercero, porque aunque se llevaron todo lo que tenía yo, no era mucho; y cuarto, por que fui yo quien fue robado y no quien robó."

Matthew Henry



- 
- Si queremos el perdón de Dios nosotros debemos otorgar perdón a los que nos ofendieron

Mateo 6:12

12 Y perdónanos nuestras deudas, como también nosotros perdonamos a nuestros deudores.

- Cuando nos sentimos amargados por lo que nos pasa estamos rechazando el trato de Dios para nuestra vida