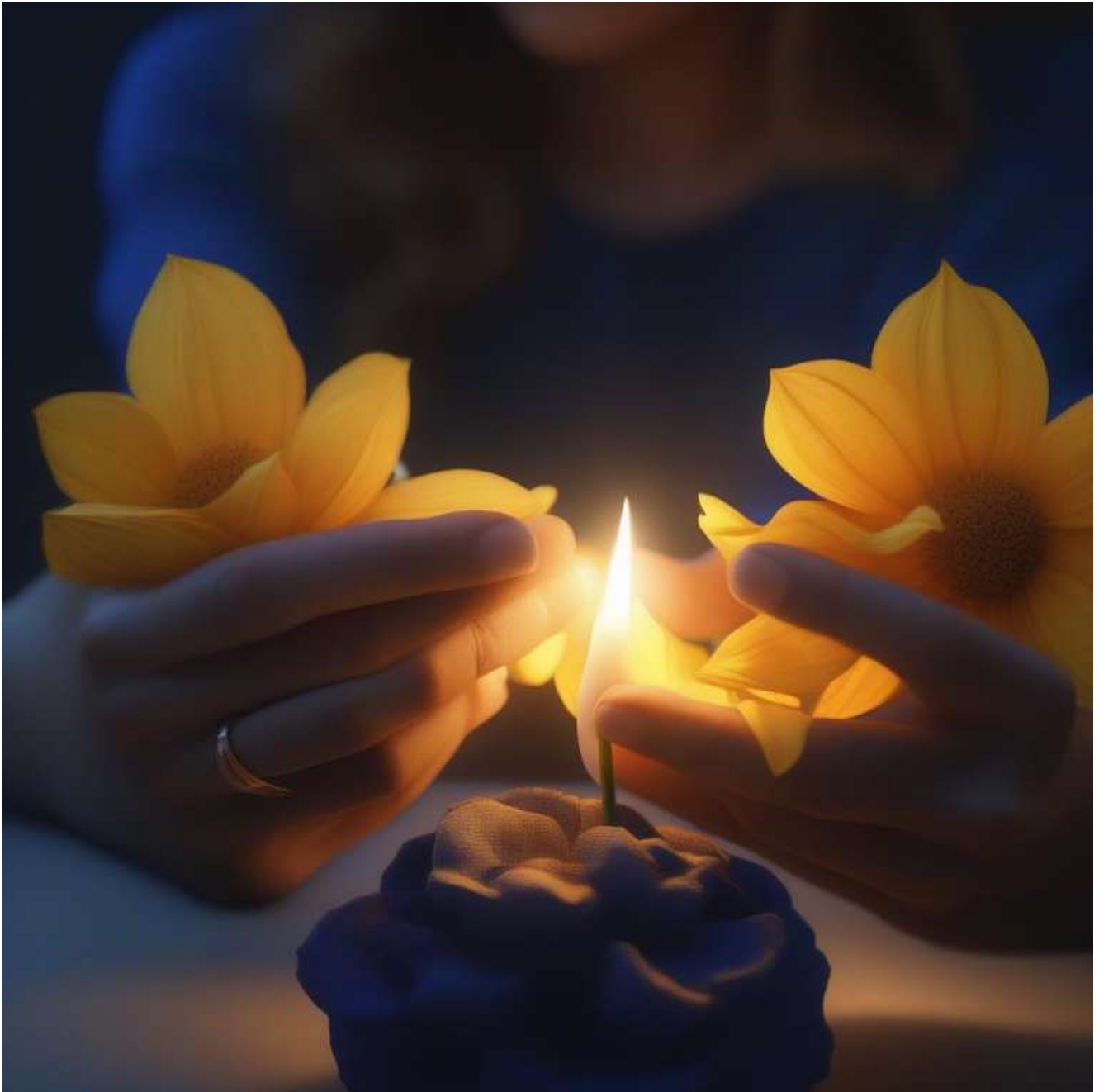


# ¿Tener amargura en el corazón te impide perdonar?



La amargura puede ser un grillete invisible que ata el corazón y entorpece nuestra capacidad de perdonar y avanzar en nuestra vida espiritual. En el entramado de la fe, la reconciliación es una clave que libera cadenas y abre puertas al bienestar emocional y espiritual.

# El Corazón y la Amargura: Un Relato Bíblico

Las Escrituras nos narran múltiples historias donde la amargura pone a prueba el espíritu humano. Emblemas de estas enseñanzas son personajes como Jonás, que tras el perdón divino a Nínive, se sumió en la amargura. La **lección es clara**: alimentar la amargura es desoír la llamada al perdón y la compasión que la Biblia promueve de forma reiterada.

## El Perdón en la Enseñanza de Jesús

El perdón es un pilar en las enseñanzas de Jesús. La parábola del siervo despiadado, que siendo perdonado de su deuda, no perdona a su compañero, resalta el valor de la misericordia. **Jesús nos insta** a perdonar «setenta veces siete», una figura retórica que sugiere un perdón sin límites, no una contabilidad de agravios.

## Superando la Amargura: Un Camino Hacia la Libertad

Abordar la amargura requiere reconocerla como un lastre emocional y espiritual. **La oración y la reflexión personal** son herramientas que nos ayudan a enfrentar sentimientos negativos y a buscar la paz que tanto exalta la fe cristiana. La amistad y el consejo entre hermanos de fe también actúan como baluartes contra la retención de rencor.

## Frutos del Espíritu: La Antítesis de la Amargura

El apóstol Pablo, en su carta a los Gálatas, enumera los frutos del Espíritu, entre los cuales se encuentra el amor, la paz y la benignidad, auténticos antídotos contra cualquier

atisbo de amargura. Cultivar estos frutos es **trabajar activamente** en la renovación de nuestro corazón y en la construcción de una comunidad basada en el perdón genuino y la compasión.

El camino del creyente no siempre es fácil, y la batalla contra la amargura es una que se libra en el silencio del corazón. A través de un enfoque basado en las Escrituras y una dedicación personal al crecimiento espiritual, es posible encontrar la fortaleza para perdonar y despojarse de la amargura, abriendo así las puertas a una vida plena y en armonía con las enseñanzas de la fe cristiana. Empezar ese camino es una decisión que brinda esperanza y luz en medio de nuestras propias sombras.