

La ira y la amargura

Consejería – Orientación 6

Efesios 4:30-32; Hebreos 12:15

I. Sinónimos para la Ira

1. Disgusto - Nos irritamos con disgustos “fuertes” o repetidas (el carro sigue con el mismo problema; un hijo repite un acto de olvido, descuido o desobediencia)
2. Demanda emocional por un cambio de circunstancias

3. Destructor de un evento o causa de lo que nos desagrada.

(A veces resulta en querer vengarse y humillar al objeto de la ira, y resulta en odio de ellos.

Nota: Es peligroso en la familia con esposas e hijos a quienes uno puede dañar.)

4. Distorsión del evento que nos molesta.

II. Causas de la ira (“disgustos”) (Números 20:1-13)

1. Frustración de metas y de circunstancias irritables que no se cambian

- * Muchas veces es “frustración” con las autoridades (padres, esposos, jefes, pastores, maestros) que no aprueban de nuestras acciones; otras veces viene por causa de otros seres queridos no nos respetan (esposas, hijos, hermanos)
- * Muchas veces no tiene “enfoque” y se irrita con cualquiera molestia (Prov. 17:14)

2. Daños o la ira dirigida a la violación de nuestros supuestos “derechos”

(especialmente si alguien nos causa dolor por su crítica después de nuestros esfuerzos por ayudarlos—Ex. 32:7-14)

3. Miedo (especialmente si alguien quisiera matarnos-Ex. 17:1-4)

- Puede ser bueno si resulta en una defensa contra un agresor injusto o amenazador (produce adrenalina para fuerza especial)

4. Amargura – Ef. 4:31; Col. 3:19

(nota: “amargo” viene de “agudo”, “con un punto”);

Heb. 12:15; Rom. 3:14 (marca del pecador)

5. Indignación justa – Marcos 11:15-17 –

Dirigido contra injusticia para avanzar el reino de Dios

(nunca es por una ofensa personal)

- * Nota otras ocasiones en la vida de Cristo: Sanidad el sábado-Mar. 3:5; Religiosos – Mat. 23:13-15
- * Nota que nunca hay “pérdida de control” emocional—uno podría escribir, predicar o estudiar con más inspiración y lógica en estos momentos

III. Distorsiones causadas por el enojo

1. Conversación “áspera” (Números 20:10; Ef. 4:29-30; Sal. 106:32-33) – palabras ásperas y “sarcásticas” (=cortantes y carnales)
2. Concepto propio (Rom. 12:3) – Se frustra porque piensa que su manera de hacer las cosas es la mejor, pero nadie “la respeta” para tomarla en cuenta.

3. Concepto de otros – Falta respeto por otros cuando usa palabras ásperas como si el otro no tuviera valor para merecer un trato mejor.

4. Mandatos de Dios – No cree que seguir Sus mandatos sería mejor o funcionaría.

IV. Expresiones de la ira =

Reconociendo la “ira” pecaminosa:

1. “Estallarse” y causar daño a otros (con palabras o por romper cosas en violencia por ira) Pr. 29:22
2. “Callarse” y causar úlceras y amargura adentro de uno mismo, o hasta irritarse con Dios.

3. Guardar rencor y meditar en la ofensa sobre la noche, pensando en venganza – **Efesios 4:26-27** (Fil 4:8-9)
4. No querer con sinceridad una reconciliación y paz con el ofensor (da lugar al diablo). **Rom 12:17-21**
5. * Nota: Hace que uno no quiere orar o leer la Biblia mucho, especialmente con el ofensor (**Mateo 5:23-24; 1 Ped. 3:7**)

V. El corazón del Asunto = Incredulidad

- Dios reprendió a Moisés por su incredulidad y por no haber “santificado a Dios” ante el pueblo, no tanto por su ira mayormente (Núm. 20:12)
- “Santificar” = “apartar a Dios como algo o alguien especial”
- El acto de Moisés quitó la vista del pueblo de DIOS y la fijó en Moisés por su reacción emocional y desobediencia.

- Ex. 17:2, 7 – La primera vez que había murmuraciones, Moisés les recordó al pueblo que su queja era contra DIOS, no él, por la falta de agua.
 - Les apuntó a DIOS como su única esperanza y
 - usó la falta de agua para hacerles ver sus pecados, rebelion y falta de espiritualidad.

El obstáculo más grande que enfrentamos en tratar con el enojo

- **es nuestro fracaso espiritual por no creer que la manera que Dios designa para manejar un problema es la MEJOR manera.**

Sección 2: Hay 2 reacciones a la manera bíblica de manejar problemas:

1. El orgullo nos hace sentirnos irritados y desconfiados de esa manera de manejar los problemas.
 - Así seguimos enfocándonos en cambiar el evento o las personas que nos han irritado.
 - Ser terco solamente nos mantiene como esclavos a nuestro enojo por rehusar aceptar la manera de Dios de manejar los problemas.

2. La mansedumbre

- nos hace ver nuestros fallos y**
- nuestra necesidad de ser transformados en la imagen de Cristo**
 - en el poder del Espíritu**
 - que obra por la oración y**
 - por la Palabra**
 - con el compañerismo cristiano y**
 - el evangelismo.**

Recuerda:

- El control de las emociones ES POSIBLE, aunque SOLO EN EL PODER DE DIOS

(Filip. 4:13; Gálatas 5:22-
“paciencia...templanza”)

VI. Remedios:

1. Hacer una lista de las cosas que encienden los tres “fuegos” debajo de nuestra ira emocional = disgustos.
 - Buscar el perspectiva de DIOS de cada cosa y CONFESAR SU culpa en la relación ofensiva si tiene algo.

- * Ver lo que le disgusta desde el punto de vista de Dios y orar para reaccionar como Dios desea.
- * Hace falta estar dispuesto a cambiar nuestra perspectiva (Romanos 12:2) y ser transformados por la renovación de nuestra mente por el Espíritu.

2. “Renovar la mente” en el poder del Espíritu Santo,

- reconociendo que hace falta más que una determinación carnal a cambiar.
- Memoriza y medita en las promesas de la Palabra de Dios y confía en ellas,
- dependiendo del Señor a ayudarnos a obedecer y reaccionar como Dios quiere.
- Recuerda la “inutilidad” de la ira carnal.
- **Sant. 1:19-20.**

3. Estudia la Palabra acerca de temas

- como el sufrimiento,
- el deseo de Dios para ver unidad entre los hermanos (Sal. 133),
- la importancia de un buen testimonio para con los de afuera para poder ganarles al Señor,
- la manera bíblica de resolver ofensas, etc. (Salmos, Mat. 18:15-17; 1ª Pedro, Santiago, 2ª Corintios; 1ª Juan)

4. Busca la ayuda del Señor para PERDONAR y aprender a “vencer al mal con bien”.

- **Luc. 17:3-4; Rom. 12:14-21; Efes. 4:32**

5. Maneja los temores por vencerlos, meditando en el AMOR de Dios, con fe en su control sobre todo y protección de nosotros y propósito en todo lo que pasa. (1ª Jn. 4:18; Rom. 8:28)

6. Medita en 1ª Cor. 10:13 y

- **cree que no hay ningún problema, prueba o tentación único a nosotros y**
- **que Dios tiene un remedio para todo. El ha ayudados a otros vencer su enojo y puede ayudarnos a nosotros también.**

- **7. Separarse de “amigos” iracundos para no “aprender” sus malos hábitos.**
 - **Prov. 22:24-25**

8. Siempre practicar el “dar gracias en todo” (repetidas veces),

- **hasta por el ofensor y la ofensa.**

- **Efesios 5:20; 1ª Tes. 5:18**

Recuerda el remedio de Cristo para ira:

Lucas 6:27-28 Pero a vosotros los que oís, os digo: Amad a vuestros enemigos, haced bien a los que os aborrecen; 28 bendecid a los que os maldicen, y orad por los que os calumnian.

9. Controlarse en el poder del Espíritu,

- pero cuando hay que airarse, dirigir la ira contra la injusticia, no contra al ofensor, y**
- no irritarse nunca por razones egoístas, sino solo por ofensas contra Dios.**