

# “El Perdón: Una Verdad Liberadora”





## **El peso de vivir en el pasado.**

A menudo dejamos de vivir el presente y de soñar porque el miedo a ser lastimados de nuevo nos paraliza. Constantemente recordamos el dolor y la herida que otros nos causaron.



# 1 Juan 1:9

**“Si confesamos nuestros pecados, él es fiel y justo para perdonar nuestros pecados, y limpiarnos de toda maldad.”**

Hay equivocaciones que nos dejan una huella profunda. Necesitamos confesar—aceptar que nos equivocamos—y permitir que Dios sane y limpie esas áreas de nuestra vida.



# El perdón es como respirar.

Si dejamos de hacerlo, nuestra vida comienza a ahogarse. Para vivir libremente, necesitamos un ritmo constante:

- Inhalar perdón: Recibir el perdón de Dios que limpia nuestra vida.
- Exhalar pecado: Soltar las cargas, dejar de juzgarnos a nosotros mismos y dejar atrás el pasado.

A photograph of a man and a woman sitting on a wooden park bench. They are facing each other, engaged in a conversation. The man is gesturing with his hands while speaking. The background is blurred, showing autumn foliage with yellow and orange leaves.

# Mateo 18:15

**“Por tanto, si tu hermano peca contra ti, ve y repréndele estando tú y él solos; si te oyere, has ganado a tu hermano.”**

Dios nos da la capacidad de perdonar. No estamos indefensos ante el conflicto; tenemos la herramienta para ganar a nuestro hermano y restaurar la relación.

Headline in Playfair Display Bold:

# ¿Quién carga el peso?

A veces creemos que al no perdonar estamos castigando al otro, pero el orgullo nos impide ver la verdad: quienes viven los resultados de no perdonar somos nosotros.



Headline in Playfair Display Bold:

# Las consecuencias del rencor.

Cuando el perdón no fluye, levantamos  
barreras mentales y sociales:

- Nos cuesta experimentar el amor.
- Sufrimos enfermedades psicosomáticas.
- Experimentamos ira y resentimiento constantes.
- Nos aislamos detrás de muros de protección.



# Principios para perdonar: Cambia la perspectiva.

- **Entiende la necesidad del otro:** Quien lastima suele actuar desde su propio dolor o porque no conoce otra forma de vivir.
- **Renuncia a la venganza:** La amargura es un veneno que solo nos daña a nosotros mismos.



# Principios para perdonar: Humildad y Cooperación.

**Coopera con Dios:** Al perdonar, le muestras a quien te ofendió que existe un camino mejor.

**Recuerda tu propia humanidad:** Nosotros también cometemos errores. Perdonar es un acto de humildad al reconocer que, al igual que los demás, necesitamos el perdón de Dios a diario.





# Tu paso hacia la libertad.

1. Haz una lista de las personas a las que necesitas perdonar.
2. Frente a cada nombre, escribe una acción de ayuda positiva que harás por esa persona.

# El perdón es una decisión.

No es un sentimiento que esperamos que llegue.

Es la llave que abre la puerta de nuestra propia cárcel.

Es una verdad liberadora.



