



¿Qué es el perdón?

- ✓ Es una decisión para ser libre.
- ✓ Es entregar a Dios esa carga que no es mía.
- ✓ Entender que no necesariamente la otra persona va a cambiar.
- ✓ Es ver que únicamente lo puedo hacer con Dios, solo no puedo.
- ✓ Es morir a mis derechos y mis exigencias de vengarme o hacerle daño a esa persona.

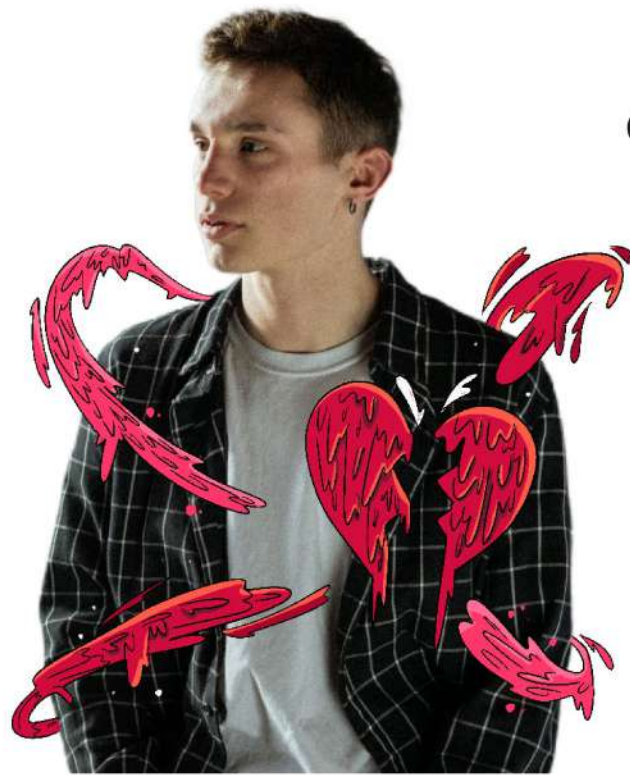


¿Qué **NO** es el perdón?

- ✗ No es olvidar.
- ✗ No es restaurar la relación y volver a estar con esa persona.
- ✗ No es de momento, es parte de un proceso continuo.
- ✗ No es buscar venganza y justicia por mano propia.
- ✗ No es justificar al agresor.
- ✗ No es ir a buscar a la persona para contarle, esto es un asunto exclusivamente con Dios.

¿A quién debo **perdonar**?

- Padre/Madre
- Hermanos
- Amigos
- Compañeros de la universidad/trabajo
- Al novio o a la novia
- A nosotros mismos
- Vecinos
- Líder
- Pastores
- Familia cercana (tía, primos, sobrinos, abuelos, etc...)
- Autoridades (Alcaldes, Presidentes, Oficiales, Profesores, etc...)
- Expectativas que pusimos en Dios y no se cumplieron.



¿Qué es una **herida**?

Es el daño que recibo por parte de alguien en un área de mi vida (emocional, física, sexual, mental o de identidad).



¿Qué me **impide** perdonar?

- ◆ Las barreras que pongo por el miedo a que alguien me lastime nuevamente.
- ◆ El egoísmo y el orgullo que han crecido en mi corazón después de la situación vivida.
- ◆ Pensar en la venganza.
- ◆ Los pactos internos que he hecho a raíz de esa situación ("no vuelvo a confiar en nadie", "esto no me vuelve a pasar", etc.)
- ◆ Creer que me veo débil si lo hago.

Guía para **PERDONAR**



Si **NO** perdono ¿Qué sucede?



- Amargura
- Rechazo
- Ira - Rabia
- Autoconmiseración
- Baja autoestima
- Depresión
- Tristeza Profunda
- Enfermedades físicas
- Orgullo
- Estrés
- Ansiedad

¿Por qué debo **perdonar**?

- ✓ Es un mandamiento de Dios.
- ✓ Le quito derecho al enemigo de llenarme de cosas negativas.
- ✓ Cuando entrego las cargas, salgo de la prisión y soy libre.
- ✓ Corto todo tipo de dependencia con la persona.
- ✓ Mejora mi salud física y espiritual.



Beneficios que recibo al **perdonar**



- Me hace libre.
- Mejora mi relación con Dios.
- Mejora mi salud física y mental.
- Disminuyen en mi vida la ansiedad, el estrés, y la hostilidad.
- Menos síntomas de depresión.
- Mejora mi autoestima.
- Mejoran mis relaciones con las demás personas.

La Biblia nos enseña este hábito

“Entonces Pedro se acercó a Jesús y le preguntó:—Señor, si un miembro de la iglesia me hace algo malo, ¿Cuántas veces debo perdonarlo? ¿Solo siete veces? Jesús le contestó:—No basta con perdonar al hermano solo siete veces. Hay que perdonarlo una y otra vez; es decir, siempre”.

Mateo 18:21-22 (TLA)

“Y perdónanos nuestros pecados, así como hemos perdonado a los que pecan contra nosotros. No permitas que cedamos ante la tentación, sino rescátanos del maligno”.» Si perdonas a los que pecan contra ti, tu Padre celestial te perdonará a ti; pero si te niegas a perdonar a los demás, tu Padre no perdonará tus pecados”. **Mateo 6:12-15 (NTV)**

“Por el contrario, sean amables unos con otros, sean de buen corazón, y perdónense unos a otros, tal como Dios los ha perdonado a ustedes por medio de Cristo”. **Efesios 4:32 (NTV)**

“Cúidense unos a otros, para que ninguno de ustedes deje de recibir la gracia de Dios. Tengan cuidado de que no brote ninguna raíz venenosa de amargura, la cual los trastorne a ustedes y envenene a muchos”.

Hebreos 12:15 (NTV)

Si ustedes perdonan a este hombre, yo también lo perdono. Cuando yo perdono lo que necesita ser perdonado, lo hago con la autoridad de Cristo en beneficio de ustedes, para que Satanás no se aproveche de nosotros. Pues ya conocemos sus maquinaciones malignas. **2 Corintios 2:10-11 (NTV)**

“Queridos amigos, nunca tomen venganza. Dejen que se encargue la justa ira de Dios. Pues dicen las Escrituras: «Yo tomaré venganza; yo les pagaré lo que se merecen», dice el Señor”. **Romanos 12:19 (NTV)**

“El propósito del ladrón es robar y matar y destruir; mi propósito es darles una vida plena y abundante”. **Juan 10:10 (NTV)**

“A los que están dispuestos a escuchar, les digo: ¡amen a sus enemigos! Hagan bien a quienes los odian. Bendigan a quienes los maldicen. Oren por aquellos que los lastiman”. **Lucas 6:27-28 (NTV)**

“Pero ahora yo les digo: “No traten de vengarse de quien les hace daño. Si alguien les da una bofetada en la mejilla derecha, pídanle que les pegue también en la izquierda”. **Mateo 5:39 (TLA)**

“No dejen que el mal los venza, más bien venzan el mal haciendo el bien”. **Romanos 12:21 (NTV)**

“Así que, ¡cúidense! »Si tu hermano peca, repréndelo; y, si se arrepiente, perdónalo. Aun si peca contra ti siete veces en un día, y siete veces regresa a decirte “Me arrepiento”, perdónalo»” **Lucas 17:3-4 (NVI)**

“El que perdona la ofensa cultiva el amor; el que insiste en la ofensa divide a los amigos”. **Proverbios 17:9 (NVI)**

“De modo que se toleren unos a otros y se perdonen si alguno tiene queja contra otro. Así como el Señor los perdonó, perdonen también ustedes”. **Colosenses 3:13 (NVI)**

“Y cuando estén orando, si tienen algo contra alguien, perdónenlo, para que también su Padre que está en el cielo les perdone a ustedes sus pecados”. **Marcos 11:25 (NVI)**



*
¡Llegó el momento de perdonar!

CHECK LIST

- Decido perdonar para ser sano(a), porque he tenido heridas en mi corazón causadas por muchas personas.
- Identifico la herida que me causó esa persona y pido a Dios que me revele lo que me ha hecho daño.
- Entrego a Dios todos los sentimientos causados por esa herida.
- Pido a Dios que me llene de su perdón y amor.
- En el nombre de Jesús perdono todo el daño recibido por _____.
- Rompo toda expectativa y bendigo a _____ en el nombre de Jesús.



Señor hoy te invito a que entres en mi corazón y examines qué sucedió realmente por las cosas que me hizo _____, reconozco el daño y el dolor que esta situación causo en mí por esto que pasó

_____. A raíz de esto tengo los siguientes sentimientos _____

_____. Señor Jesús ayúdame a reemplazar estos sentimientos, ya que en mis fuerzas no lo puedo hacer, yo no puedo perdonar, es solo a través de tu perdón que lo podré hacer, por eso hoy decido perdonar todo esto que sucedió y contigo a mi lado dejo a un lado mis derechos y veo con tu mirada a esta persona. En el nombre de Jesús, amén.

