

## El corazón contrito y humillado

Tiempo de lectura: 6 min.

[Rosalía Moros de Borregales](#)

### **Episodio II:**

Serie Los Salmos. Anatomía del alma

Una de las imágenes más poderosa de toda la Escritura para ilustrar el significado del arrepentimiento es la historia de dolor de Judas y Pedro. Ambos fueron discípulos de Cristo; caminaron con él y estuvieron en ese círculo más cercano con el Maestro. Uno lo vendió al Sanedrín por unas cuantas piezas de plata, el otro lo negó tres veces durante esos momentos de tanto sufrimiento y dolor en su peregrinar. La gran diferencia entre ambos es que según afirma la Biblia, Judas *“devolvió arrepentido las treinta piezas de plata a los principales sacerdotes y a los ancianos, diciendo: Yo he pecado entregando sangre inocente. Mas ellos dijeron: ¿Qué nos importa a nosotros? ¡Allá tú! Y arrojando las piezas de plata en el templo, **salió, y fue y se ahorcó.**”* Mateo 27:3-5. Solo Pedro lloró amargamente su pecado y regresó a Jesús: *“...Entonces él comenzó a maldecir, y a jurar: No conozco al hombre. Y en seguida cantó el gallo. Entonces Pedro se acordó de las palabras de Jesús, que le había dicho: Antes que cante el gallo, me negarás tres veces. Y saliendo fuera, **lloró amargamente.**”* Mateo 26:74.75.

Al leer el Salmo 51, sabiendo que fue escrito por el rey David luego de haber adulterado con Betsabé, podemos reconocer en cada letra de este Salmo la profunda tristeza del rey; su verdadero arrepentimiento. En Español la palabra *arrepentimiento* proviene del verbo *“arrepentir”* que se deriva del Latín vulgar *“repenitere”* o *“poenitere”* que significa sentir pesar, lamentar una acción realizada o experimentar dolor moral por una conducta. En el Antiguo Testamento la palabra hebrea usada para arrepentimiento es *“shub”* que significa volver, o darse vuelta, retornar; la idea central es la de un cambio de dirección. Por esa razón, en tantos pasajes del Antiguo Testamento encontramos que Dios le dice a Israel: ¡Volveos a Mí! No se trata solo de llorar por haber fallado, de sentir culpa o pesar, sino de restaurar la comunión con Dios, de volver el corazón de nuevo al Señor y, más aún, restaurar a aquel o aquellos a quienes hayamos agraviado. La culpa es nociva, condenatoria,

solo sirve para hundir a la persona que ha fallado en un hueco cada vez más profundo.

El apóstol Pablo en su segunda epístola a la iglesia en Corinto les habla sobre la tristeza, categorizándola en dos tipos: la tristeza según Dios y la tristeza según el mundo. *“Porque la tristeza que es según Dios produce arrepentimiento para salvación, de lo cual no hay que lamentarse; pero la tristeza del mundo produce muerte.”* II Corintios 7:10. Y esta explicación del apóstol es lo que nos marca la diferencia entre Judas y Pedro. Por una parte, Judas tuvo remordimiento y trató de enmendar su pecado, devolviendo las piezas de plata; sin embargo, no confió en la gracia de Dios para volver a Él con el corazón quebrantado. Su soberbia hizo que la tristeza llenara su corazón, no pudo perdonarse a sí mismo, ni tampoco confió en el perdón de Dios. Entonces, la tristeza, según el mundo, lo condujo a la muerte. Por otra parte, Pedro lloró con amargura el haber negado a Cristo; sin embargo, sabemos que Pedro volvió a los discípulos y estuvo con Jesús y todos ellos cuando el Señor resucitó. La tristeza, según Dios, obró en el corazón de Pedro y lo condujo al verdadero arrepentimiento. Además, fue Pedro quien se levantó en el día de Pentecostés y habló con denuedo de su Señor y Salvador. Y ese día como 3000 personas fueron añadidas a la iglesia (Hechos 2).

Hoy en día hay un término de la psicología conocido como la *rumiación*. Es ese mecanismo el que convierte el pesar o la culpa en un espiral. La persona no repara la situación o el sentimiento, la persona repasa una y otra vez lo hecho. No avanza, sino que le da vueltas a la escena. Según la Neurociencia, la persona que no restaura sino que permanece en la rumiación, convierte esta culpa tóxica en una amenaza para su cerebro. Este tipo de tristeza, como hemos mencionado anteriormente, la tristeza según el mundo, se convierte en un estado de alerta constante que hace que el sistema nervioso la interprete como una condición de peligro. La culpa que procede de la consciencia espiritual puede abrir la puerta al arrepentimiento; contrariamente, la culpa condenatoria convierte la herida en identidad y encierra al alma en una celda sin redención.

La investigadora estadounidense Brené Brown, una mujer de ciencia y también de fe, quien además ha declarado públicamente que es muy seria en cuanto a su relación con Dios, dice: *“La vergüenza no puede sobrevivir cuando es expresada. No tolera que se le pongan palabras. Lo que anhela es secreto, silencio y juicio. La vergüenza no puede sobrevivir a la empatía.”* Hace más de cinco mil años el salmista escribió en el Salmo 32: *“Mientras callé, se envejecieron mis huesos en mi*

*gemir todo el día. Porque de día y de noche se agravó sobre mí tu mano; se volvió mi verdor en sequedades de verano. Mi pecado te declaré, y no encubrí mi iniquidad. Dije: Confesaré mis transgresiones al Señor; y tú perdonaste la maldad de mi pecado.”* (3-5). Por esta razón, cuando alguien encuentra en una persona, sea un amigo, un hermano, un terapeuta, un sacerdote, un pastor, un consejero, un lugar seguro y verbaliza aquello que ha ocultado, la vergüenza condenatoria pierde su fuerza. Porque todo lo que es traído a la luz es iluminado por ella y deja de ser oscuridad. La confesión no solo restaura la relación con Dios, sino además trae sanidad para el alma: *“Confesaos vuestras ofensas unos a otros, y orad unos por otros, para que seáis sanados.”* Santiago 5:16. En otras palabras, las tinieblas conservan intacto el dolor y la maldad que esconden; mientras que lo que es traído a la luz de Cristo comienza su camino de redención.

La cultura actual exalta la autosuficiencia, el no arrepentirse de nada. El evangelio, por su parte, exalta la humildad. Un corazón contrito y humillado no es un corazón destruido; por el contrario, es un corazón que entiende su necesidad de restauración. La restauración al diseño divino que Dios creó desde el principio, en el cual concibió una relación de amistad con el ser humano. Cuando David expresa en el versículo 1 del Salmo 51 *“Ten piedad de mí, oh Dios, conforme a tu misericordia, conforme a la multitud de tus piedades borra mis rebeliones.”* David se acerca a Dios no confiando en sus méritos, tampoco presenta argumentos ni excusas delante de Dios, solo se refugia en la misericordia del Padre. Tiene la humildad suficiente para reconocer que ha fallado y es allí, precisamente, donde reside la grandeza de este hombre que pasó a la historia como un hombre conforme al corazón de Dios: ... *“He hallado a David, hijo de Isaí, varón conforme a mi corazón, quien hará todo lo que yo quiero.”* Hechos 13:22. La grandeza espiritual consiste en volver a Dios cada vez caemos, confiando que siempre su misericordia puede cubrir nuestro pecado. Es necesario ser conscientes de esta liberadora verdad sabiendo que nuestras mayores derrotas pueden convertirse en el comienzo de nuestra restauración espiritual, porque cuando el corazón se contrista y humilla siempre hay espacio para que la gracia de Dios obre.

*“El pecado es una herida; la contrición es una medicina.”* San Juan Crisóstomo (347-407).

*“El regreso a Dios siempre comienza con la verdad.” “La confesión es el lugar donde la oscuridad pierde su poder.”* Henri Nouwen (1932-1996).

“La confesión de las malas obras es el primer comienzo de las buenas obras.” San Agustín (354-430).

**“Crea en mí, oh Dios, un corazón limpio, y renueva un espíritu recto dentro de mí.”**

Salmos 51:10.

rosymoros@gmail.com

X:RosaliaMorosB

Facebook: Letras con corazón

IG: @letras\_con\_corazon

reflexionesparavenezuela

[ver PDF](#)

[Copied to clipboard](#)