

# **La Verdad que nos Libera**



*y conoceréis la verdad, y  
la verdad os hará libres Juan 8:32*



# **Serie: La Verdad Que Nos Libera**

## **Sesión 6: Heridas y Traumas**



## **Serie: La Verdad Que Nos Libera**

### **Sesión 6: Heridas y Traumas**

**Hay obstáculos en la vida, que nos detienen de conocer a Dios y de tener una íntima relación con Él. En realidad, hay obstáculos de conocer a Dios como nuestro Padre y de saber que somos Sus escogidos.**

*...No me escogieron ustedes a mí, sino que yo los escogí a ustedes y los comisioné para que vayan y den fruto, un fruto que perdure. Así el Padre les dará todo lo que le pidan en mi nombre. Juan 15:16 NVI*

Si Dios lo ha escogido a usted para que dé y lleve fruto y que ese fruto perdure, ¿No cree usted que el enemigo sabe y hará todo lo posible para detener ese plan?

El propósito de liberación es remover los obstáculos que nos detienen de ser y hacer todo para lo cual Jesús nos creó. Muchas veces vamos por la vida sin ni siquiera darnos cuenta que hay más... Más del amor y carácter de Dios que Él nos quiere revelar. Muy a menudo, y por causa de las experiencias que pasamos en la vida, no nos damos cuenta de la plenitud del amor de Dios y lo que Él en verdad piensa de nosotros.

El enemigo buscará cada oportunidad para derrotar a los hijos de Dios. La misión del diablo es destruirnos. No queremos enfocarnos en el enemigo, pero Pablo nos advierte que no debemos ignorar sus artimañas (planes).

*Para que Satanás no se aproveche de nosotros, pues no ignoramos sus artimañas. 2 Corintios 2:11 NVI.*

Nuestra ignorancia nos puede llevar a dificultades y problemas. Es por eso que es importante entender que hay algunas puertas que abrimos a influencias del mal, incluyendo:

El no perdonar

Pecado consciente e inconsciente

Temor

Heridas y traumas

Actividades del ocultismo

Votos internos y palabras de maldición

Iniquidad generacional

Estas cosas y otras más, son puertas que abren al enemigo oportunidades que nos influyen, atormentan y forman fortalezas en nuestras vidas. En esta clase, nos enfocaremos en las heridas y traumas.

**Herida** significa daño, lesión y llagas causadas por cierto dolor o angustia.

**Trauma** es una lesión muy seria o impacto al cuerpo que crea un daño profundo al desarrollo psicológico de la persona. Es un evento o situación que causa una gran angustia e interrupción.

Día tras día, las personas son heridas y explotadas, niños son abusados y quebrantados. Vivimos en un mundo caído, y vamos a experimentar traumas y heridas, pero cuando esto suceda, el Señor estará siempre disponible para sanarnos y liberarnos.

*...gracias a sus heridas fuimos sanados. Isaías 53:5b NVI.*

Las buenas noticias es que Jesús clavó en la cruz todas nuestras heridas, dolores y llagas. Cuando aprendemos a traer estas cosas a Jesús, Él las sanará. Casi toda persona ha experimentado heridas y traumas en diferentes niveles, y el diablo quiere que vivamos heridos porque no quiere que experimentemos el plan sanador de Dios.

Personas heridas hieren a otros. Por ejemplo; un perro que fue golpeado por un carro y se encuentra tirado en la calle, es posible que trate de morder a alguien que trate de ayudarlo porque piensa que lo van a golpear otra vez. Esto es lo que la gente hace; aquellos que han sido heridos, a menudo hieren a otros porque responden a otros como resultado del dolor de su herida.

Heridas y traumas pueden venir de abuso físico, sexual, emocional o espiritual; rechazo, abandono, traición, olvido, accidentes, muerte de un ser querido, una seria enfermedad, fracasos personales, pesadillas, injusticia, prejuicio, favoritismo, rituales satánicos, etc.

Cuando suceden heridas y traumas en su vida, especialmente si han permanecido por bastante tiempo, estas establecen un sistema de creencias. Hay ciertas cosas que pensamos y creemos acerca de nosotros y tenemos expectativas muy bajas sobre el futuro por causa del dolor que hemos experimentado.

No podemos llegar más allá de lo que creemos acerca de nosotros mismos.

*Porque cual es su pensamiento en su corazón, tal es él. Proverbios 23:7ª NVI.*

Las heridas y traumas pueden venir de diferentes fuentes tales como: padres, guardianes, hermanos y hermanas, maestros, amigos, pastores, líderes, entrenadores. etc.

Las cosas que nos suceden como adultos son más fáciles de tratar porque se recuerdan más detalladamente; en cambio las cosas que nos sucedieron cuando éramos niños son más difíciles de tratar porque usualmente no recordamos todos los detalles. En este caso, el Espíritu Santo nos ayuda a recordar aquello que necesitamos recordar para poder traer sanidad en heridas profundas.

Necesitamos traer nuestras heridas a la cruz y pedirle a Jesús que las sane. En muchos casos, este es un proceso ya que en reacción a nuestras heridas reaccionamos para protegernos y evadir tratar con el dolor. Hacemos cosas tales como: Negar, minimizar por ejemplo; mi papá sólo me pegaba unas dos veces a la semana, no es algo de importancia, mis padres hicieron lo mejor que pudieron. Esto no significa que debemos culpar a otros, pero necesitamos ser honestos acerca de lo que en realidad ocurrió y permitir que el Señor nos lleve por este proceso de perdón y sanidad del corazón. Por otro lado, emocionalmente nos encerramos en nosotros mismos separándonos con adicciones, estando muy ocupados o con fantasías de lo que podría haber sido, y creer que esas fantasías son verdad, etc.

A menudo, muchas personas culpan a sus padres u otros por como ellos son, pero somos como somos por decisiones que hemos tomado al reaccionar a lo que ellos nos hicieron, y el

Señor quiere sanar y restaurarnos. Muchas veces mentimos para encubrir y aparentar que todo está bien. Dios quiere que seamos honestos y sensitivos en como tratamos estas cosas. Nuestros padres hicieron lo mejor que ellos pudieron, ¡Es verdad! basados en sus experiencias y de la manera en como ellos fueron creados. No deberíamos nunca juzgar a nuestros padres o a otros, sino que debemos reconocer la verdad y tratar con ella apropiadamente sin juzgar a los demás.

En el proceso de ser herido o lastimado se llega a creer mentiras tales como: “Yo, no le importo a Dios” “Dios no está interesado en mí” “no tengo ningún propósito” ó, “Dios está enojado conmigo”. Dios no está enojado con usted, más bien está deseoso y listo para sanarle y mostrarle un mejor camino, pero ÉL no está y NUNCA ha estado enojado con usted.

Es posible que hayamos guardado resentimientos, amarguras y el no perdonar contra aquellos que nos han herido y al mismo tiempo aprender a responder de una manera no saludable a nuestras heridas. Por ejemplo: Buscar relaciones no saludables, promiscuidad o adicciones a drogas, alcohol, sexo, religión, exorcismo, televisión, computadora, ministerios, comida, deportes, etc. Las adicciones son un asunto del corazón. La manera en que escogemos adormecer nuestros dolores, nuestros deseos, nuestro dolor se entremete en nuestra alma como un cáncer que se convierte en una cruel adicción. Buscamos en ellas consuelo, pero en vez de eso nos atan con cadenas separándonos del corazón de Dios y de otros. Es una prisión solitaria en la cual cada cadena nos lleva al fuego de nuestras adicciones, pero nos hemos atado a nuestras adicciones, tanto que pensar en dejarlas ir se siente como experimentar la muerte.

Al venir a la cruz, necesitamos reconocer si estas cosas son un obstáculo para caminar hacia adelante.

*Pues aunque andamos en la carne, no militamos según la carne;<sup>4</sup> porque las armas de nuestra milicia no son carnales, sino poderosas en Dios para la destrucción de fortalezas,<sup>5</sup> derribando argumentos y toda altivez que se levanta contra el conocimiento de Dios, y llevando cautivo todo pensamiento a la obediencia a Cristo, 2 Corintios 10:3-5 NVI*

Cuando tenemos una experiencia traumática, la mayoría de las veces el enemigo forma una atadura, la cual es una mentira o un grupo de mentiras obrando en unidad. Una atadura es cualquier cosa que se opone a la palabra de Dios y que creemos que no puede cambiar nunca. Son pensamientos o creencias enraizadas en puras mentiras. Debemos romper ese acuerdo con el enemigo y ponernos de acuerdo con la palabra de Dios.

Las fortalezas son actitudes erróneas que protegen y defienden la vida vieja, es por eso que debemos tomarlas y traerlas en línea con la palabra de Dios y así la mentira será destruida. Destruir las fortalezas es demoler y remover la vieja manera de pensar estableciéndonos en la Verdad, y así la presencia de Jesús se manifiesta en nuestras vidas.

Al tratar con las fortalezas, es importante saber cuales son las armas que la Biblia dice que debemos usar.

### 1. El nombre de Jesús-

*para que ante el nombre de Jesús se doble toda rodilla en el cielo y en la tierra y debajo de la tierra*  
Filipenses 2:10 NVI.

### 2. La sangre del Cordero que nos lava y nos limpia-

*¿Son sus pecados como escarlata? ¿Quedarán blancos como la nieve! ¿Son rojos como la púrpura?  
¿Quedarán como la lana!* Isaías 1:18b NVI.

### 3. La palabra de nuestro testimonio-debemos hablar la verdad de Dios con nuestra boca-

*Y ellos le han vencido por medio de la sangre del Cordero y de la palabra del testimonio de ellos*  
Apocalipsis 12:11

### 4. No temer-

Cuando hemos estado involucrados en pecado ya sea hecho por nosotros o hecho a nosotros por alguien más, podemos ser lavados y limpiados completamente por la sangre del Cordero. Es un proceso, el cual debemos abrazar y comprometernos a seguir hacia adelante, presionando hasta recibir la libertad que Jesús nos proveyó. **Él proveyó para que fuéramos sanados y liberados, pero nos toca a nosotros entrar en ese proceso y recibirlo.**

La salvación y el perdón de pecados es un regalo gratis y lo único que requiere es recibir, creer y confesar a Jesucristo como Salvador y Señor. Por consiguiente, andar en la vida abundante que Jesús nos ha provisto, requiere que nos involucremos en el proceso de renovar nuestra mente a Su verdad y recibir sanidad y liberación para nuestra alma. Cuando hacemos esto, entonces cumplimos el propósito para el cual Dios nos creó.

Los eventos en nuestras vidas no pueden ser cambiados o removidos, pero nuestra actitud hacia nosotros mismos, hacia Dios y otros que han sido formados por esos eventos pueden ser transformados. Por ejemplo; el odio a sí mismo, puede ser reemplazado con amor a sí mismo. Culpabilidad y vergüenza pueden ser reemplazados con la aceptación. El enojo y el resentimiento pueden ser reemplazados con el perdón, etc.

Muchas de las heridas que sucedieron en nuestras vidas, sucedieron en nuestra niñez. Los niños son buenos recibidores, pero malos interpretadores. Ellos no interpretan correctamente las cosas que les dicen o les hacen. Los niños son hundidos en un infierno cuando el amor es sacado fuera de ellos por negligencia de los padres. La negligencia es más difícil de reconocer que el abuso. Cuando una persona es abandonada y sus necesidades no son suplidas esto deja un vacío que ni siquiera nos damos cuenta que está allí, pero el abandono hace que una persona se sienta herida por dentro y un sentimiento de baja autoestima o valor hacia sí mismo.

El sentido de valor de un niño como ser humano se forma a una edad muy temprana. Si ellos reciben el amor y la atención apropiada, entonces ellos desarrollan un amor saludable hacia sí mismos. Cuando otros nos dicen que somos adorables lo creemos, pero cuando otros nos rechazan, creemos que no somos de valor.



Nuestros recuerdos son retratos impresos en nuestra mente de como sucedieron las cosas. Esto no significa que así fue como ocurrieron las cosas. Cuando nos detenemos a recordar con precisión y dejamos que Jesús entre en el museo de esos recuerdos con nosotros, la realidad del evento se vuelve más exacta. Sólo imaginamos nuestros recuerdos como los percibimos y lo más seguro es que dejamos a Jesús fuera de ese recuerdo, pero Él estaba allí. En el momento de tratar recordar un evento doloroso, necesitamos que Jesús nos muestre que Él estaba allí y su perspectiva acerca del evento. Saber que Jesús estaba allí y hablar con Él, en cómo Él vio o percibió lo que pasó, traerá más sanidad a nuestros recuerdos. Usualmente Él me ve muy diferente a como yo me veo.

Hay veces que es muy difícil para nosotros entender que Dios estaba allí en momentos difíciles de nuestras vidas, pero Él estaba allí y es importante para nosotros ver Su perspectiva de lo que pasó para que nos ayude a sanar.

El proceso de sanidad comienza cuando identificamos cuales son las heridas en nuestras vidas y las mentiras que hemos creído por causa de esa herida. Todo aquello que se opone a la palabra de Dios no es verdad y por eso debemos escuchar lo que Dios dice y dejar que Él nos muestre Su perspectiva acerca de nosotros y nuestras circunstancias. Primeramente debemos admitir que hemos sido heridos y perdonar a aquellos que nos han herido. No estamos diciendo que vamos a volver a revivir el dolor que nos causaron, pero sí necesitamos reconocer que hemos experimentado heridas y pérdidas, y que no recibimos lo que en verdad necesitábamos. El perdón no significa que lo que ellos hicieron es justo. Cuando Jesús fue crucificado, lo que a Él le hicieron no fue justo, pero pudo ver a los que le herían y decir; “Padre, perdónalos porque no saben lo que hacen” necesitamos ver a otros que nos han herido de la misma manera, lo más seguro es que ellos son personas heridas y que necesitan el perdón y sanidad de Dios.

*¿No debías tú también haberte compadecido de tu compañero, así como yo me compadecí de ti?*  
Mateo 18:35 NVI.

Al perdonar a otros debemos hacerlo con todo el corazón. Podemos ser honestos con Jesús de cuán difícil es perdonar y pedirle que nos ayude a perdonar. El entiende el dolor que alguien nos causó y Él puede ayudarnos. En ocasiones, simplemente debemos comenzar pidiéndole a Dios que nos dé la fuerza y voluntad de perdonar.

A Dios le interesa su dolor. Dios se interesa de cada detalle y cada herida que otros nos han causado. Él quiere sanarnos y liberarnos. Debemos ser honestos con Dios, si es necesario llorar y traer nuestras penas y heridas a la cruz y decir; “Señor, te doy esta herida y dolor a Ti y te pido que tomes y destruyas con Tu poder la fortaleza y cualquier atadura que haya venido como resultado.” Por ejemplo; si usted fue violada/o, es posible que fue influenciada/o por un espíritu de miedo en ese momento de su vida, o si su padre lo abandonó y nunca regresó, es posible que un espíritu de rechazo ganó influencia en su vida. etc. Y desde ese momento estos espíritus malignos han tenido poder en su vida y Dios quiere liberarle de influencias y del poder de mentiras que usted ha creído por aquello que ocurrió.

Abajo hay un testimonio de cómo un evento en nuestra niñez puede impactar nuestras vidas hoy que somos adultos.

Esta era una mujer que se sentía muy mal en sí misma, ella sentía que siempre era juzgada por otros en cómo se vestía, lo que ella decía, etc. Aunque no fuera verdad, ella sentía que no tenía la capacidad de ser una mujer de Dios y sin un propósito para su vida. Ella creía que sólo las personas con dinero y buenas posiciones eran las que tenían oportunidades de tener éxito. Como cristiana, ella sentía que las cosas que ella pensaba no eran verdad, pero aun en su corazón lo creía y sentía el dolor.

Ella había estado orando para que Dios algún día la sanara y removiera el dolor. Ella suprimía su sentimiento y oraba la palabra sobre su vida, oraba todo lo que sabía, pero por años batalló con estos pensamientos y sentimientos. Una noche, cuando se encontraba leyendo un libro acerca de la "*Sanidad de Recuerdos del Pasado*", llegó al lugar en donde leyó del carácter y atributos de Dios que decían cosas tales como; Dios es bueno, lleno de compasión, lento para la ira, no se ofende fácil, etc. Mientras leía estos atributos, al mismo tiempo estaba considerando las mentiras que había creído y la verdad de Papá Dios; entonces cuando llegó al lugar en donde dice Dios es fiel, justo e imparcial, ella sintió como si un cuchillo había traspasado su corazón y se dio cuenta que ella no creía aquello de Dios, en realidad ella creía que Dios era injusto e imparcial. Entonces comenzó a llorar porque el hecho de pensar así de Dios la hacía sentirse mal ya que ella sabía en su mente que no era verdad, aunque parecía y se sentía real.

Entonces le preguntó a Dios, ¿Dios, Por qué estoy sintiendo esto? Y Dios le respondió "1er. Grado". Al instante 3 recuerdos del primer grado vinieron a su mente. En uno de sus recuerdos, una maestra se acercó, la tomó de la mano pegándole con una regla y gritándole "¡Ya para de hablar!", pero ella no era la que estaba hablando, sino una de las niñas favoritas de la maestra. Este evento trajo humillación en la mujer en frente de toda la clase, y desde aquel momento, la vergüenza había sido una batalla en su vida. El mensaje que ella recibió en aquel momento en que la maestra le pegó, le gritó y la acusó sin razón es que la autoridad es imparcial e injusta. Allí es donde comenzó la mentira.

Después de eso, hubo en la escuela un carnaval y certamen, la que vendiera más votos, sería la princesa del primer grado, así que ella fue por toda la vecindad y hasta el trabajo de su padre para vender todos los boletos posibles; lo cual logró hacer. Pero, cuando estaba a punto de ganar el concurso, la mamá de la niña por quien antes había sido castigada, hizo un cheque que sobrepasaba toda cantidad de votos y que hizo que la otra niña fuera la princesa de primer grado. En aquel momento la mentira que la mujer creyó fue; la autoridad es injusta y muy imparcial. En aquel momento la mujer creyó la mentira que el que tiene más dinero es promovido a posiciones más altas.

Otro día, ella (la niña) se encontraba jugando pelota en el campo, cuando vino una niña y le agarró el abrigo y comenzó a revolotearlo, de repente uno de los botones del abrigo voló por el aire hasta darle un gran golpe en el ojo. Ella corrió y le contó lo sucedido a la maestra, a lo que la maestra contestó; "Esa niña nunca haría eso". La maestra no sólo, no le dio consuelo para el dolor, sino que ni siquiera reconoció que había sido golpeada. Cada una de estas experiencias, confirmaban las mentiras que ella había ya creído acerca de que la autoridad es injusta e imparcial.

En este momento, esta mujer, ya siendo adulta, tuvo que confrontar la mentiras que Dios le reveló en los recuerdos del pasado. Ella tuvo que perdonar a la maestra de todo corazón y traer cada uno de los recuerdos y heridas a Jesús para que Él la sanara. Ella le preguntó Jesús; “¿Dónde estabas Tú ese día que la maestra me pegó y me acusó?” Ella pudo ver a Jesús en su mente y Él caminaba hacia ella y le tomaba su mano rojiza para besarla. Esta mujer, ya adulta, lloró al ver en su mente a Jesús caminar hacia ella, arrodillarse y besarle su mano herida. Ella, lloró al ver a Jesús besar su mano y además se dio cuenta que aquella experiencia le había causado creer una mentira acerca de Dios.

Después de este proceso la mujer le ordenó a las fuerzas del mal que habían estado con ella desde aquel momento, que se fueran y que no tenían ningún poder en su vida; espíritu de rechazo, de intimidación, acusador que había influenciado su vida desde aquel momento que comenzó a creer una mentira basada en una experiencia de su niñez. En aquel momento aquella mujer recibió sanidad y liberación del dolor y la frustración que había cargado por toda una vida y pudo seguir adelante, teniendo éxito en su vida.

Tal vez usted se pregunte; “¿Cómo es que ella escuchó a Dios?” La Biblia dice; mis ovejas oyen mi voz. Dios habla en diferentes maneras y siempre está hablando. Todos podemos escucharle y Él quiere quitar cualquier obstáculo que se interpone para que no escuchemos Su voz. Dios no nos condena, y no nos acusa. Él es un buen Padre, ¡eso es la verdad!

Pregúntele a Dios:

***“¿Hay alguna herida o heridas en mi vida con las que Tú quisieras tratar en este momento? Señor, por favor muéstrame” ESPERA EN DIOS***

***“ Jesús, Tú estabas allí en ese momento que esto ocurrió, ¿Hay algo que Te gustaría decirme o mostrarme algo acerca de mi herida? ESPERA EN DIOS***

***“¿Me podrías mostrar la mentira que creí cuando esto ocurrió?” ESPERA EN DIOS***

***“Señor, ¿Me podrías mostrar si necesito perdonar a alguien a causa de lo que ocurrió?”***

Con todo su corazón, elija perdonar a la persona diciendo así:

***Señor, elijo perdonar a \_\_\_\_\_ por \_\_\_\_\_. Cuando ellos me hicieron esto, me sentí \_\_\_\_\_. Señor, ¿Podrías tomar de mí las consecuencias de sus pecados (nombre las consecuencias de los pecados que afectaron su vida) y remover el dolor? Gracias Padre, por perdonarme y ayudarme a perdonar a \_\_\_\_\_.***

***Señor, te traigo mis emociones y dolor (por ejemplo; soledad, rechazo, dolor) a Ti y la cruz. Lo dejo aquí contigo. Dios, vengo a Ti en el nombre de Jesús y le ordeno al \_\_\_\_\_ espíritu de (enojo, temor, furia, tristeza, depresión, enfermedad) que se alejen de mí y rompo todo poder del mal en el nombre de Jesús, y ahora pongo la cruz entre mí y esos espíritus para que ya no puedan tener más poder en mi vida. Recibo la llenura del Espíritu Santo, en el nombre de Jesús. ¡Amén!***

**VERSÍCULO DE MEMORIZACIÓN:**

...gracias a sus heridas fuimos sanados. Isaías 53:5b NVI.

**¿Qué me está diciendo el Espíritu Santo a través de esta clase?**

**¿En esta semana como puedo aplicar lo que he aprendido?**