

LA VERGÜENZA

Eres conocido y amado

ESTHER LIU

P U B L I S H I N G
RR
P.O.BOX 817 • PHILLIPSBURG • NEW JERSEY 08865-0817

31 DÍAS

DEVOCIONALES PARA LA VIDA

Deepak Reju,
editor de la serie

La ansiedad: cómo conocer la paz de Dios

Paul Tautges

La depresión: encuentra a Cristo en las tinieblas

Edward T. Welch

El duelo: caminando con Jesús

Bob Kellemen

El enojo: calma tu corazón

Robert D. Jones

Hijos descarridos: cómo hallar paz y mantener la esperanza

Stuart W. Scott

Un pasado doloroso: cómo ir sanando y seguir adelante

Lauren Whitman

La seguridad: descansa en la salvación de Dios

William P. Smith

La vergüenza: eres conocido y amado

Esther Liu

A David Powlison:

El legado de tu ministerio y amor se aprecia en cada página
de este libro, y no podría ser de otro modo.

Gracias por todo

©2025 por P&R Publishing

Traducido del libro *Shame: Being Known and Loved* ©2022 por Esther Liu publicado por P&R Publishing.

Todos los derechos reservados. Ninguna parte de este libro puede ser reproducida, almacenada en un sistema portátil, o transmitida en ninguna forma o por cualquier medio —electrónico, mecánico, fotocopiado, grabado o de cualquier otra índole—, a excepción de citas breves para el propósito de revisar o comentar, sin el permiso previo de la editorial P&R Publishing Company, P.O. Box 817, Phillipsburg, New Jersey 08865-0817.

A menos que se indique lo contrario, las citas bíblicas son tomadas de Nueva Biblia de las Américas (NBLA), Copyright © 2005 por The Lockman Foundation. Usadas con permiso. www.NuevaBiblia.com.

Las citas bíblicas marcadas como (BLPH) son tomadas de La Palabra, (versión hispanoamericana) © 2010 Texto y Edición, Sociedad Bíblica de España.

Las citas bíblicas marcadas como (RVC) son tomadas de la Reina Valera Contemporánea Copyright © 2009, 2011 by Sociedades Bíblicas Unidas.

Las cursivas incluidas en las citas bíblicas indican que se ha añadido énfasis.

Traducción: Julio Caro Alonso, Santiago, Chile

Corrección de estilo: Antonio Benjamín Hernández López, CDMX, México

*Maquetación y diseño de portada: Francisco Adolfo Hernández Aceves,
CDMX, México*

Impreso en los Estados Unidos de América.

ISBN: 979-8-88779-180-7 (Español tapa blanda)

ISBN: 979-8-88779-181-4 (Español libro electrónico)

ISBN: 978-1-62995-002-0 (Inglés tapa blanda)

ISBN: 978-1-62995-008-2 (Inglés libro electrónico)

Contenido

Cómo nutrir tu alma 9

Introducción 11

Nuestra vergüenza

Día 1: Comencemos por el final 17

Día 2: ¿Cuál es tu historia? 19

Día 3: «Tengo que esconderme» 21

Día 4: «Hay algo mal en mí» 23

Día 5: «Voy a esforzarme más» 25

Día 6: Un atisbo de un mejor camino 27

Dios y nuestra vergüenza

Día 7: Dios ve a los invisibles 31

Día 8: Dios no abandona a los pecadores 33

Día 9: Dios tiene compasión del polvo 35

Día 10: Dios está contigo... incluso allí 37

Día 11: Dios nunca te olvidará 39

Día 12: Dios pone de cabeza los estándares del mundo 41

Día 13: Dios nos conoce de verdad 43

Día 14: Dios escoge a los no escogidos 45

Día 15: Jesús mismo recorrió el camino de la vergüenza	47
Día 16: Jesús experimentó la vergüenza en la cruz	49
Día 17: Jesús experimentó la vergüenza... por nosotros	51
¿Ahora qué?	
Día 18: Acepta la invitación de Cristo a descansar	55
Día 19: Acude a Jesús cuando te sientas rechazado	57
Día 20: Vuelve a casa con tu amoroso Padre	59
Día 21: Escoge a Dios en la encrucijada	61
Día 22: Construye tu casa sobre la roca	63
Día 23: Sirve a los demás	65
Día 24: Ama con amor ordinario	67
Día 25: Sé honesto respecto a tu debilidad	69
Día 26: Consuela a los demás con el consuelo que has recibido	71
Día 27: Busca la gracia entre las espinas	73
Día 28: Depende de los demás	75
Día 29: Pon tu esperanza en Jesús	77
Día 30: Persevera en la confianza	79
Día 31: Disfruta los atisbos de la redención	81
Conclusión	83
Reconocimientos	87
Notas	89
Recursos sugeridos para el viaje	91

Cómo nutrir tu alma

Un poco cada día puede ser muy bueno para tu alma.

Yo les leo la Biblia a mis hijos durante el desayuno. No leo mucho; tal vez solo unos versículos. Sin embargo, me esfuerzo por hacerlo todos los días entre semana.

Mi esposa y yo oramos por uno de nuestros hijos, un hijo distinto, todas las noches antes de acostarnos. Por lo general, eso solo demora unos minutos. No hacemos oraciones largas y extendidas, pero intentamos orar casi todas las noches.

Aunque estas prácticas no demoran mucho tiempo, son edificantes, esperanzadoras y eficaces.

Este devocional funciona del mismo modo. Cada lectura es breve. Solo son unos sabrosos bocados de la Biblia para nutrir tu alma hambrienta. Léelo en el metro o en el autobús de camino al trabajo. Léelo con un amigo o con tu cónyuge todas las noches mientras cenan. Hazlo parte de tu vida diaria durante treinta y un días, y te hará mucho bien.

¿Por qué??

Comenzamos con la Escritura. La Palabra de Dios es poderosa. Cuando es usada por el Espíritu Santo, convierte el corazón de los reyes, consuela a los humildes y da vista espiritual a los ciegos. Transforma vidas haciendo grandes cambios. Sabemos que la Biblia es la Palabra de Dios, así que la leemos y estudiamos para conocer a Dios mismo.

Nuestro estudio de la Escritura es práctico. La teología debe cambiar la manera en que vivimos. Es crucial que conectes la Palabra con tus luchas. Al leer este devocional, encontrarás la palabra *tú* con frecuencia, pues Esther te habla directamente a ti. Cada lectura contiene preguntas de reflexión y sugerencias prácticas. Te beneficiarás mucho más de esta experiencia si respondes las preguntas y realizas los ejercicios prácticos. No te los saltes. Hazlos por el bien de tu propia alma.

Nuestro estudio de la Escritura es un acto de adoración. La vergüenza nos agobia como una enfermedad de la que no podemos librarnos o

como una nube oscura y tormentosa que nos sigue a todas partes. Es una experiencia dolorosa. Nos sentimos expuestos, rechazados, sucios. Pensamos que somos un fracaso. La vergüenza nos mantiene alejados de los demás, en especial de las personas cuya ayuda necesitamos con urgencia. Sin embargo, hay esperanza para el creyente. Cristo vino por aquellos que están llenos de vergüenza. El Santo cubre a los desnudos, acepta a los marginados, limpia a los inmundos y consuela a los que han fracasado. En la Palabra de Dios vemos al gran Redentor de nuestras almas, que reorienta nuestra adoración. El papel central en nuestro corazón ya no lo ocupa la vergüenza, sino Cristo. Nos aferramos a la Palabra de Dios porque lleva a los avergonzados a mirar a Cristo como el único fundamento verdadero y suficiente.

Si este devocional te parece útil (¡y espero que así sea!), vuelve a leerlo en distintos períodos de tu vida. Complétalo durante un mes a partir de hoy y vuelve a leerlo dentro de un año, para que recuerdes que, a fin de cuentas, Dios te conoce y te ama en Cristo.

Si después de leer y releer el devocional, deseas acceder a más recursos llenos del evangelio que te ayuden con tu vergüenza, la autora incluye una lista al final del libro. Cómpralos y úsalos bien.

¿Estás listo? Comencemos.

Deepak Reju

Introducción

Este libro estuvo a punto de no escribirse.

Puede que sea extraño comenzar un libro así, pero es cierto. Esta confesión es relevante: este libro estuvo a punto de no escribirse debido a la vergüenza, porque yo, la autora, me sentía descalificada para escribirlo. Sentía que no estaba a la altura en cuanto a dones, sabiduría, perspicacia, disciplina, habilidad y espiritualidad. *¿Quién soy? No soy nada. ¿Quién querría leer algo escrito por mí? No tengo nada que ofrecer. ¿Para qué desperdiciar el tiempo de todos? ¿Para qué quisiera intentarlo?* Mi mente no cesaba: dudaba de mí misma, me condenaba a mi misma; oía una voz persistente y fastidiosa que me susurraba al oído, me respiraba en la nuca y me dejaba paralizada y derrotada.

Así es la vergüenza que muchos experimentamos de forma constante con distinta intensidad, no solo cuando tratamos de escribir un libro. Escuchamos las voces de la duda y el desprecio hacia nosotros mismos en el trabajo, en la escuela o en la iglesia. Irrumpe en las situaciones sociales, en las relaciones románticas y en casa. Se inmiscuye en nuestra conciencia cuando el ajetreo del día empieza a menguar y nos deja a solas con nuestros propios pensamientos.

Es la voz que te dice que no eres suficiente debido a tu aspecto, tu peso, tu complejión o al color de tu piel. Te dice que no eres suficiente porque sigues soltero cuando deberías estar casado y tener hijos, porque siempre eres distinto a los demás y nunca encajas.

Es la voz que te dice que no eres suficiente debido a lo que hiciste en el pasado; debido a tus acciones y luchas de *hoy*; debido a lo que *te* hicieron otras personas y que te hace sentir sucio e indigno.

Es la voz que te dice que no eres suficiente porque el rechazo o el fracaso es lo único que has conocido en la vida; porque no vienes de una buena familia; porque no cumpliste las expectativas de los demás, ni siquiera las de Dios, o las expectativas que tú mismo te impusiste; porque en algún momento empezaste a internalizar las palabras hirientes que tus padres dijeron sobre ti cuando eras niño. O tal vez te convenciste de que *no eras nada*: te sentías invisible, nadie te escuchaba, nadie te

cuidaba, te trataban con apatía y te pasaban por alto. Toda esa evidencia acumulada te ha hecho creer que no importas.

Es la voz que te dice que no eres suficiente porque cuando miras a los demás, parece que no luchan como luchas tú. Los demás tienen todo en orden y son felices, productivos, exitosos, competentes, sociables, populares, amados, santificados y fructíferos, pero tú no. Por lo tanto, además de sentir que no eres lo que debes ser, también sientes que estás *solo*. Tienes una sensación de deficiencia —la sensación de que hay algo mal en ti, de que tú eres el problema— y una sensación de soledad.

La vergüenza nos duele, nos deja paralizados. Para algunos de nosotros, llega a consumir la vida.

¿Qué debemos hacer con nuestra vergüenza? En este devocional me propongo a dar una respuesta inicial a esa pregunta. La palabra clave aquí es *inicial*. No quedaremos totalmente libres de las cadenas de la vergüenza cuando terminen estos treinta y un días. No tendremos todo resuelto. La vergüenza es compleja y multiforme. No hay soluciones simplistas ni banales, ni tampoco remedios rápidos. Sin embargo, al sumergirte en las Escrituras junto a mí, espero que veas que sí hay respuestas que importan. Mi oración es que marquen la diferencia en tu vida y te encaminen hacia una dirección distinta.

Escribo estos devocionales como consejera de la Christian Counseling & Educational Foundation (CCEF) de Pensilvania. He tenido el privilegio de trabajar junto a muchas personas que me han confiado sus vidas y sus cargas. La vergüenza surge con frecuencia. Sin importar si el problema visible es depresión, ansiedad, adicción, enojo, tensiones relaciones, soltería o el TOC... la vergüenza suele estar muy relacionada. Las meditaciones de este libro son fruto de esas preciosas conversaciones a lo largo de los años y del ejercicio de considerar juntos lo que Dios tiene que decirles a las almas llenas de vergüenza.

Además, escribo este devocional como una persona que lucha con este mismo problema. La vergüenza ha sido una de las batallas más obstinadas de mi vida. Estoy familiarizada con la voz de la condenación propia y con el dolor del rechazo. Conozco bien el impulso ansioso y desesperado de hacer todo mejor, de *ser* mejor y de sentir que lo mejor que puedo dar resulta insuficiente. Estoy familiarizada con el instinto de protegerme, de esconderme y de retocar mi imagen.

Digo todo esto para que sepas que no solo hablo como quien ha ayudado a otros a luchar con la vergüenza en un contexto profesional. También hablo como alguien que ha recibido *ayuda* profunda en mis propias luchas: la ayuda de un Dios misericordioso y benigno, y de seres queridos que me han reflejado esa misericordia y benignidad.

Antes de comenzar el devocional, revisa estas orientaciones y sugerencias:

- *Por favor, tómate tu tiempo.* Estas reflexiones pueden sacar a la luz emociones y recuerdos dolorosos. Date el permiso de tomar descansos, de leer una reflexión cada tercer día o una reflexión a la semana... lo que sientas que es más sabio y viable para ti.
- *Considera la opción de invitar a alguien para que ore contigo,* o incluso para que lea el libro junto a ti. La vergüenza te aísla de forma inherente. No debe sorprenderte que a menudo encontramos gracia y misericordia en el contexto de las relaciones seguras y sabias.
- *Busca oportunidades para aplicar lo que lees,* para que el contenido emape tu corazón y reoriente tu vida de un modo significativo (y gradual). Tal vez te resulte útil escribir un diario o crear un documento digital donde registres tus pensamientos.

A fin de cuentas, hay esperanza para nuestras almas llenas de vergüenza. Estamos a punto de emprender un viaje para descubrir esa esperanza. Descubriremos que no se encuentra en una serie de principios o estrategias, ni tampoco en nosotros mismos. Veremos que nuestra esperanza suprema y duradera radica en una Persona que ha determinado que la vergüenza, el desprecio y el rechazo no tendrán la última palabra en nuestra vida. La Persona que, para lograrlo, estuvo dispuesta a hacer todo y a sacrificar todo, incluso Su propia vida. Señor y Salvador, por favor ayúdanos a descubrir esa verdad.

Nuestra vergüenza

La vergüenza suele acechar en las sombras. Resulta más fácil identificar la ansiedad, la depresión, la obsesión con el trabajo, el enojo o la adicción en nuestra vida que ver la vergüenza que suele acompañar esas experiencias. Puede que luchemos con el perfeccionismo, el agotamiento, la desesperanza, el escapismo, la autoagresión... —la lista es interminable— e ignoremos el sentido de indignidad subyacente. La vergüenza florece en las tinieblas, así que el primer paso de nuestro viaje hacia la esperanza es identificarla y describirla con palabras. Cuando entendamos mejor nuestra vergüenza y logremos hablar mejor al respecto con Dios y los demás, empezaremos a descubrir la luz de la vida.

DÍA 1

Comencemos por el final

«El tabernáculo de Dios está entre los hombres [...] Él enjugará toda lágrima de sus ojos, y ya no habrá muerte, ni habrá más duelo, ni clamor, ni dolor, porque las primeras cosas han pasado» (Ap 21:3-4).

Querido creyente, al comenzar, debes saber que este viaje puede resultar difícil. Te invitaré a pensar en cosas que probablemente no te gustarán. Por lo tanto, comenzaré por el final para darte un vistazo del lugar al que nos dirigimos, para que sepas que este trabajo arduo y caótico no será en vano.

El pasaje de hoy describe un día en que Dios morará contigo. Él se acercará para limpiar con ternura todas tus lágrimas. El duelo, el clamor y el dolor ya no existirán. La vergüenza no tendrá la última palabra en tu vida.

Imagina el día en que ya no sentirás dolor al pensar en ti mismo ni experimentarás envidia al compararte con los demás: serás libre para amar y servir con valentía. No más esfuerzos interminables por tratar de demostrar lo que eres; podrás disfrutar plenamente al Señor y experimentar Su deleite en ti. No más exclusión, soledad ni rechazo: Él estará contigo para siempre. No más pecados, fracasos o lamentos: las cosas viejas pasarán. No más desprecio propio, secretos oscuros o esfuerzos ansiosos. Lo único que quedará será gozo, pertenencia, intimidad, luz, bondad, resplandor, belleza, descanso y vida.

Tal vez te parece que es demasiado bueno para ser cierto, y eso está bien. Por ahora, incluso un atisbo de posibilidad será suficiente.

¿Alguna vez has visto una película de acción donde la tensión aumenta tanto que parece que no hay esperanza? El enemigo tiene la ventaja; el panorama es sombrío. Sin embargo, ¿qué pasa si antes de ver la película leíste cómo termina? Tu experiencia es distinta. No importa lo que ocurra, no importa cuántos buenos mueran, no importa cuán terrible parezca la situación, sabes que el bien prevalecerá.

El pasaje de hoy nos cuenta cómo terminará nuestra vida. El final de nuestro viaje con la vergüenza no es algo incierto. Dios va a ganar; y por la muerte y la resurrección de Cristo, nosotros también. La cercanía, la intimidad, la luz y el resplandor van a ganar. Necesitamos esa certeza. Necesitamos tener la esperanza de que, a pesar del enredo de la vergüenza —a pesar de lo que parece oscuro, irredimible e imposible de resolver—, el bien prevalecerá también en nosotros. Eso es lo que nos enseña el pasaje de hoy aunque ahora no lo veamos, ni lo imaginemos; aunque ahora parezca que lo contrario es cierto.

En la consejería, la primera sesión puede ser la más difícil. Los aconsejados entran y explican qué fue lo que los llevó a buscar ayuda. Mientras se escuchan hablar, irrumpen la desesperación. «Esto es demasiado...».

«Pero estás aquí», suelo decir yo. «Dios te llevó a buscar ayuda. Te trajo a este centro de consejería. Tal vez esta es la manera en que Él quiere que sepas que está buscándote y que ya está actuando».

Me pregunto si eso mismo es cierto en tu caso. Podrías estar haciendo millones de otras cosas, pero estás leyendo este devocional. Quizás Dios está mostrándose que traerá redención a las áreas quebrantadas y vergonzosas de tu vida.

Tienes trabajo arduo por delante. Sin embargo, al saber que Dios ya está actuando y qué es lo que Él va a hacer al final de la historia, podemos hallar una pizca de valor para empezar.

Reflexiona: ¿Te sientes derrotado o escéptico al comenzar este devocional? ¿Sientes esperanza? ¿Te da miedo albergar esperanzas? ¿Cómo te afecta la lectura de hoy?

Actúa: Expresa cómo te sientes ante Dios. Pídele que tenga compasión de ti. Si quieres, escribe una oración.

DÍA 2

¿Cuál es tu historia?

Cuando la mujer vio que el árbol era bueno para comer [...] tomó de su fruto y comió. También dio a su marido que estaba con ella, y él comió. Entonces fueron abiertos los ojos de ambos, y conocieron que estaban desnudos; y cosieron hojas de higuera y se hicieron delantales (Gn 3:6-7).

«Estoy orgulloso de ti». Cuando Andrés estaba creciendo, anhelaba oír a su padre decirle esas palabras, pero nada de lo que hacía parecía bastar. Ahora era un empresario exitoso y respetado. Sin embargo, los logros, la afirmación, las riquezas y el estatus que había conseguido no podían borrar su persistente sentido de indignidad.

«Ningún hombre piadoso querrá casarse conmigo». Ana perdió la virginidad con un hombre que ella pensaba que sería su futuro esposo. Pero él la trajo y la abandonó. El desprecio por sí misma fue lo único que quedó.

Dos historias de vergüenza.

Aquí hay otra: un hombre y una mujer estaban en un huerto. Todo iba bien. Génesis 2:25 enfatiza que «ambos estaban desnudos, el hombre y su mujer, pero no se avergonzaban». Sin embargo, conocemos la historia: un árbol prohibido y el engaño de una serpiente. El fruto se veía bien y la mujer comió. El hombre también comió. De pronto, pasaron de estar «desnudos, pero no avergonzados» a cubrirse con hojas de higuera porque tenían mucha vergüenza. La tendencia humana de cubrirnos frente a los demás ha pasado de generación en generación hasta la actualidad.

¿Qué podemos aprender sobre la vergüenza en estas historias?

En primer lugar, la vergüenza incluye a otras personas. Andrés anhelaba la aprobación de su padre. Ana estaba desesperada porque pensaba que ningún hombre piadoso la quería. La vergüenza hizo que Adán y Eva escondieran sus cuerpos el uno del otro y de Dios. Todos tenemos personajes en nuestra historia de vergüenza.

En segundo lugar, la vergüenza supone estándares. Adán y Eva sintieron vergüenza después de transgredir el mandato divino de no comer del árbol prohibido. No habían obedecido Sus estándares. Al igual que Adán y Eva, que Andrés y Ana, nosotros también experimentamos vergüenza cuando no cumplimos ciertos estándares, ya sean los mandatos de Dios, las expectativas de nuestros padres o amigos, o las normas culturales. Usamos diversos estándares como criterios para evaluar lo que somos y lo que valemos, y sentimos vergüenza cuando no los cumplimos.

Aquí hay algunas preguntas que debes considerar:

- ¿Cuál es *tu* historia de vergüenza?
- ¿Qué experiencias específicas de la vida te impulsaron a leer este devocional?
- ¿De quién son las opiniones que de verdad te han importado en el pasado?
- ¿De quién es la aprobación que estás buscando hoy? ¿De quién es la desaprobación que temes?
- ¿En qué áreas te ves tentado a luchar por demostrar lo que eres?
- ¿Qué estándares no logras cumplir?

Te invito a ser específico en tus respuestas, pues Dios quiere que este viaje sea personal. Te habla a *ti*, a *tu* historia. Él conoce a las personas y los estándares que han hecho que tu vergüenza sea tan persistente y promete ayudarte. Sus misericordias te encuentran en las inseguridades y los dolores específicos de tu corazón. Al comenzar a identificar los detalles de tu historia de vergüenza, ¿hablarás con Él y le pedirás ayuda?

Reflexiona: Elige y responde una pregunta de la lista que aparece en esta meditación. No hagas evaluaciones ni juicios morales: por ahora, tu único objetivo es identificar más detalles.

Actúa: Escribe dos o tres estándares que con frecuencia te exiges a ti mismo, pero que no logras cumplir. A medida que vayas pensando en otros estándares durante los próximos días, puedes ampliar tu lista.

DÍA 3

«Tengo que esconderme»

El hombre y su mujer se escondieron de la presencia del SEÑOR Dios entre los árboles del huerto. Pero el SEÑOR Dios llamó al hombre y le dijo: «¿Dónde estás?». Y él respondió: «Te oí en el huerto, tuve miedo porque estaba desnudo, y me escondí» (Gn 3:8-10).

Al examinar la vergüenza, debemos buscar áreas de nuestra vida en que nos vemos tentados a ocultar, encubrir y simular:

- Un niño de once años planea maneras de esconder sus calificaciones de sus padres, pues le da terror decepcionarlos.
- Una víctima de abuso sexual infantil evita revelar su pasado a sus amigos, pues teme que sientan repulsión por su «lastre emocional».
- Un hombre aprende a reprimir sus emociones, ya que cuando niño le enseñaron que los hombres no lloran y que las emociones muestran debilidad.
- Una mujer compra ropa que oculte los kilos que ha subido.
- Un matrimonio sonríe impecablemente los domingos en la iglesia y en las redes sociales, pretendiendo que todo está bien cuando en la intimidad del hogar sus vidas se están desmoronando.

Muchos de nosotros aparentamos estar mejor de lo que estamos. Solo les mostramos a los demás lo que queremos que vean. ¿Por qué? Porque tememos que las personas descubran nuestras áreas feas y despreciables, y nos rechacen. Luchamos a solas porque no estamos listos para asumir los riesgos de la confesión, la apertura y la honestidad. La vergüenza complica y desgasta nuestras relaciones, incluso nuestra relación con Dios. Por eso Adán dijo: «Te oí en el huerto, tuve miedo».

Tim Keller escribió: «El trato con el ser amado que aún no se conoce del todo es agradable, pero superficial. El ser conocido y no ser amado es nuestro mayor temor. Ser plenamente conocido y ser verdaderamente amado [...] es lo que necesitamos por encima de todo en esta vida...».¹

La verdad es que las relaciones son difíciles y caóticas. Pueden quedar marcadas por la ansiedad. Muchos nos hemos conformado con lo «agradable, pero superficial» en nuestras relaciones. Sin embargo, la cita de Keller apunta a una posibilidad mejor: tal vez es posible que la vulnerabilidad y la intimidad vuelvan a hacer que nos sintamos seguros y vivificados, como era el caso de Adán y Eva antes de que pecaran. Quizás podemos vencer nuestra tendencia a escondernos y encontrar una manera de saborear el gozo de ser plenamente conocidos y amados de verdad.

«Nunca le había contado esto a nadie». Cuando una persona aconsejada me dice eso, no importa qué confesión venga después. Sé que en ese instante ha habido una victoria ganada por el Espíritu: un paso glorioso de las tinieblas a la luz, del aislamiento a la comunidad, del secreto y el ocultamiento a la libertad y a una nueva vida. Es heroico y admirable, una muestra del propósito de Dios para nuestra vida y nuestras relaciones. Más adelante en este devocional, veremos cómo Dios cumple este plan en Jesucristo.

Reflexiona: ¿Qué tiendes a esconder de los demás? ¿Qué partes de tu historia o facetas de tu personalidad deseas mantener ocultas? ¿Qué luchas del presente te cuesta compartir con otros?

Actúa: Piensa en las estrategias que usas para ocultarte en tus relaciones. ¿Mientes o exageras? ¿Evitas revelar tus luchas y tus emociones? Anota una o dos maneras en que tiendes a esconder, encubrir o simular.