



Bill Clark/CQ Roll Call

Amor al odio de Trump

El mismo espíritu que está azotando a los estadounidenses en cólera también le afecta a usted. Aquí le mostramos cómo controlarlo.

- Joel Hilliker
- [30/1/2017](#)

Durante la segunda semana de noviembre, estudiantes de algunas universidades de Estados Unidos estaban emocionalmente tan consternados que simplemente no pudieron rendir una prueba, y los profesores se acomodaron a ellos posponiendo los exámenes. ¿Cuál fue el gran trauma que impactó a estos estudiantes, y a los maestros, todos al mismo tiempo? La victoria electoral de Donald Trump.

Por otro lado, los seguidores de Hillary Clinton lloraban en las aceras o marchaban por las calles gritando groserías, o publicaban amenazas de odio y muerte online o las pintaban con aerosol en las paredes de los edificios.

Este fue el ejemplo más reciente de una tendencia de los jóvenes liberales “catastrofizando”, es decir, teniendo colapsos emocionales estilo ‘el cielo se está cayendo’ sobre eventos normales, no apocalípticos.

Greg Lukianoff y Jonathan Haidt escribieron acerca de este fenómeno en *elAtlantic*. En “La mimada mente estadounidense” (septiembre 2015), ellos señalaron el ejemplo de la Universidad de Yale, donde los administradores recomendaron a los estudiantes no usar ciertos disfraces en Halloween. Un profesor gentilmente sugirió por e-mail que los estudiantes deberían tomar sus propias decisiones, que fueran responsables por ellos mismos, y que manejaran cualquier ofensa a través de una conversación con madurez. Algunos estudiantes de Yale se ofendieron tanto por esta idea que comenzaron a faltar a clases y a abandonar el trabajo académico, diciendo que estaban perdiendo sueño y que estaban sufriendo quiebres emocionales. Ellos vulgar y públicamente atacaron a la autora del e-mail y a su esposo, demandando que fueran despedidos.

Lo que sea que los jóvenes liberales estén aprendiendo, o no estén aprendiendo, ahora mismo en las instituciones estadounidenses de educación superior, definitivamente están aprendiendo *cómo ofenderse* –y a cómo dejar que sus emociones se salgan de control.

Ofender a alguien puede ser ciertamente una forma de maldad, pero *también lo puede ser el ofenderse*. El pensamiento de víctima e hipersensibilidad no se limita a unos elitistas estudiantes universitarios. Es un espíritu que *llena nuestra era*. Somos susceptibles a él.

Si usted no lo reconoce y lo expulsa, éste llenará su mente. El hecho es que *si usted falla en controlar sus emociones, no está viviendo su propia vida realmente*. Usted es susceptible a la manipulación emocional desde todas las direcciones: de personas que usted odia, de personas que le agradan, y por fuerzas más allá de su control. Proverbios 25:28 lo resume así: “Como ciudad derribada y sin muro es el hombre cuyo espíritu no tiene rienda”.

Los encabezados actuales están llenos de esta evidente verdad. ¡La emoción desenfrenada es una fuerza tan potente que puede sumergir y poner en peligro a países enteros! Está poniendo en peligro a Estados Unidos y a otras naciones hoy.

¿Qué es la emoción?

Cuando nos ofendemos, reaccionamos naturalmente con una emoción negativa. La emoción no es una debilidad o un defecto en los seres humanos. No es una rareza evolutiva. Es una característica creada por Dios: ¡Es parte de lo que nos hace humanos! La emoción puede ser una de las bendiciones más agradables que poseemos. Sin ella, nuestras vidas serían sosas, monótonas, inexpresivas—difícilmente dignas de vivir. Nuestras relaciones serían aburridas, y nuestros trabajos monótonos. Dios nos dio el poder de los sentimientos para que pudiéramos experimentar *gozo y amor; relaciones profundas*; e incluso *ira, celos, temor y tristeza*. Por medio de las emociones, experimentamos una mayor variedad, fuerza y profundidad de pensamiento.

El Creador mismo de los seres humanos tiene emociones. Dios experimenta *amor*; Él es amor (Juan 3:16; 1 Juan 4:8, 16). Él experimenta *gozo* (Mateo 25:21, 23; Gálatas 5:22), *odio* (Salmos 11:5; 45:7), *enojo* (Jueces 10:7; Salmos 7:11), *indignación* (Isaías 34:2), *celos* (Éxodo 20:5; 34:14), *preocupación* (Deuteronomio 5:29), *pena* (Génesis 6:6; Salmos 78:40), *dolor* (Isaías 53:3) y *compasión* (Mateo 9:35-36).

Dios no tiene los cambios fisiológicos que nosotros experimentamos cuando tenemos emociones. No obstante, Él tiene profundos, poderosos e intensos estados de ánimo. Dios creó la raza humana a Su semejanza (Génesis 1:26) con el propósito de crecer y llegar a ser como Él (Mateo 5:48).

La Biblia implica que Dios nos dio estos cambios fisiológicos para ayudarnos a entender la profundidad de Su pensamiento. Por lo tanto, *aprender a manejar sus emociones significa aprender a pensar como su Creador*.

La emoción no es opuesta ni contraria a *larazón*. Estas dos herramientas motivacionales se complementan perfectamente y se refuerzan la una con la otra cuando usted controla sus emociones.

¿Cuán hábil es usted en esta parte importantísima de la vida? ¿Se ofende usted fácilmente? ¿Es usted propenso a estallar emocionalmente por pequeños problemas? ¿Son sus emociones inmaduras y dañinas? ¿Es usted zarandeado constantemente hacia los extremos del espectro emocional? O, por el contrario, ¿es usted casual o indiferente acerca de las cosas de las que *debería* tener un sentimiento profundo? ¿Están sus emociones fundadas en la realidad, o están basadas en suposiciones, percepciones erradas y mentiras?

La fuente de la ofensa

Tal vez usted no grite pidiendo que despidan a personas por defender la libertad de expresarse, o quizás no cause disturbios por no estar de acuerdo con los resultados de una elección. Pero es importante pensar en cómo usted toma la ofensa, y las formas sutiles con las que usted reacciona con inmadurez emocional.

¿Por qué se ofende usted? Quizás porque siente que alguien está criticando algo que usted hizo. O siente que alguien debería haberle dado más crédito. O siente que alguien no le está dando el respeto que usted se merece. O es sensible a problemas en su vida que no ha resuelto. O está molesto por los rasgos o imperfecciones superficiales de alguien. O se altera cuando alguien falla en estar a la altura de sus expectativas. O usted asume que las acciones de alguien más son causadas por los peores motivos.

Hay un elemento en común en todas estas situaciones. Es *lavanidad*—el amor al yo—la autojusticia—el tipo equivocado de orgullo. Y la Biblia revela al autor de tal pensamiento: Satanás el diablo.

Satanás es el “dios de este mundo”, el que “engaña al mundo entero” (2 Corintios 4:4; Apocalipsis 12:9). Fue en él en quien se concibió el pecado por primera vez (Ezequiel 28:14-15). Y la *esencia* de esa actitud pecaminosa fue *amor al yo*—su corazón se enaltecía a causa de su belleza, la cual Dios había creado (versículo 17). Esta actitud es lo opuesto al amor que emana de Dios.

Bajo la influencia del diablo, el mundo *exalta* hoy en día el amor al yo. Promueve el ofenderse como un tipo de búsqueda de la justicia, como si eso fuera a hacer al mundo algo mejor, más justo, más pacífico. Pero no lo hará. De hecho, ese equivocado amor al yo puede encontrarse en la fuente de toda ofensa, fricción interpersonal, conflicto, odio, dolor emocional y sufrimiento. ¡Nutrirlo e impulsarlo *siempre* llevará a más problemas! ¡*Siempre!*

En la Biblia, la palabra griega para ofensa, *esskandalon*, y puede referirse al tirador de una trampa. Si usted se ofende, es una trampa—*¡para usted!* Usted sucumbe al negativismo, al resentimiento y a la emoción debilitante.

Aquellos que van por ahí estableciendo su propia justicia—*auto-justicia*—en vez de someterse a la justicia de Dios, son ignorantes y sufrirán por ello (Romanos 10:3). La persona autojusta está muy en sintonía con lo que percibe como los defectos de todos los demás. En cualquier conflicto, siente que la otra persona es culpable. Se ofende rápidamente y a menudo se siente como una víctima. Exactamente de la misma manera que Satanás mismo se siente.

Cómo vencer la ofensa

Salmos 119:165 dice: “Mucha paz tienen los que aman tu ley, y *nada los ofenderá*” (VKJ). Esta es la forma de cómo evitar caer

en la trampa de ser ofendido: Amar la ley de Dios. Seguir la ley del *amor hacia los demás*

¿Cómo es el amor de Dios? “El amor es muy paciente, es benigno. El amor no es celoso; el amor no hace alarde, el amor no es jactancioso, no es rudo, no es egoísta, no se irrita...” (1 Corintios 13:4-5 versión Moffatt). El amor al *yo* puede ser muy impaciente. Se provoca fácilmente, puede ser rudo y egoísta. El amor de Dios no es ninguna de esas cosas.

El obedecer la ley de amor de Dios le ayuda a permanecer bajo calma, estable y sin ofenderse. Someterse a Dios significa siempre amar a la otra persona. También le hace ser más compasivo. Usted llega a tener una perspectiva más clara de sus propias fallas, lo cual le ayuda a reconocer sus propias contribuciones a los conflictos interpersonales, y lo hace juzgar menos a los demás en sus luchas.

“[N]o resistáis al que es malo; antes, a cualquiera que te hiera en la mejilla derecha, vuélvele también la otra; y al que quiera ponerte a pleito y quitarte la túnica, déjale también la capa... Oísteis que fue dicho: Amarás a tu prójimo, y aborrecerás a tu enemigo. Pero yo os digo: Amad a vuestros enemigos, bendecid a los que os maldicen, haced bien a los que os aborrecen, y orad por los que os ultrajan y os persiguen” (Mateo 5:39-40, 43-44).

¿Es difícil esto? ¡Sí! Es completamente contrario al espíritu de este mundo. Pero el poder de escoger sus propias reacciones está completamente bajo *su* control.

Con esta actitud de no ofenderse, un e-mail desagradable, una mirada fría o una crítica no le dañará. De hecho, usted se volverá a prueba de balas contra la manipulación emocional.

Jesucristo fue causa de burla, ridiculizado, golpeado, torturado y crucificado—no obstante Su respuesta fue orar: “Padre, perdónalos, porque no saben lo que hacen” (Lucas 23:34). ¡Esto es absolutamente opuesto a la actitud hipersensible, exigente, vengativa que este mundo está cultivando deliberadamente y la cual está destruyendo a la sociedad!

Domine sus emociones

¿Cómo responde usted a los desprecios e insultos? ¿Piensa como Jesucristo—o como el diablo?

Todos necesitamos monitorear y regular nuestras respuestas a lo que sucede en nuestras vidas. Debemos desarrollar conciencia de nuestras propias emociones—ponernos en sintonía con lo que pasa en nuestra mente—para identificar lo que está causando nuestra emoción y reconocer cuando nos estamos poniendo emocionales en una forma destructiva. Proverbios 14:29 nos da este consejo sólido como una roca: “El que tarda en airarse es grande de entendimiento; mas el que es impaciente de espíritu (o fácil de alterarse) enaltece la necesidad”.

Sin embargo, dominar sus emociones no se trata solamente de ser lento para airarse. También es acerca de *decultivar* y *usar* la emoción. Filipenses 4:8 es un resumen poderoso de cómo hacerlo: “Por lo demás, hermanos, todo lo que es verdadero, todo lo honesto, todo lo justo, todo lo puro, todo lo amable, todo lo que es de buen nombre; si hay virtud alguna, si algo digno de alabanza, en esto pensad”.

En un marcado contraste al amor al *yo*, el amor de Dios “nunca se goza cuando otros van mal, el amor se goza de la bondad, siempre tardo para exponer a otros, siempre ansioso de creer lo mejor, siempre esperanzado, siempre paciente” (1 Corintios 13:6-7 versión Moffatt). Así es como debemos responder a los desprecios, a las ofensas, problemas y conflictos. Este es el dominio emocional en el que deberíamos trabajar para desarrollar.

¡Esta es la verdadera madurez emocional! Y alguien con la madurez emocional piadosa no sólo puede evitar los extremos drásticos que vemos en la sociedad hoy, ¡sino también construir una vida poderosa, vívida y significativa creciendo en cercanía al Creador de las emociones!

Para más instrucción bíblica sobre dominar su naturaleza humana, solicite nuestro folleto gratuito [Cómo ser un vencedor](#) . ▪