



Spanish Fort, Alabama, 6 de junio de 2026

La espina bajo la silla de montar

Saludos cordiales una vez más amigos, hermanos, compañeros de trabajo, familia espiritual, e hijos de Dios dispersos desde aquí en la Costa del Golfo en el sur de Alabama. Mi esposa y yo oramos y esperamos que estén bien y que su semana haya sido bendecida.

A lo largo de los años, a menudo me han preguntado: “¿Por qué siempre llevas algún tipo de calzado, incluso cuando vas a la playa?” Y, por lo general, a esto le sigue el comentario: “¡La arena está hecha para que uses chanclas o para que vayas descalzo!” Sí, puede parecer extraño, pero debo tener mucho cuidado para no cortarme, rasparme o perforarme los pies, ya que una infección podría desarrollarse rápidamente y acarrear consecuencias graves.

Probablemente muchos de ustedes hayan sufrido infecciones en el pasado. Tal vez se hayan hecho un corte o un hematoma y la herida se haya infectado. En ese caso, tuvieron que limpiar la herida y la zona circundante, y aplicar algún tipo de antibiótico o pomada cicatrizante. En algunos casos, las heridas no llegan a sanar y, con el tiempo, surgen consecuencias graves a partir de lo que podría haber parecido una lesión insignificante. No es inusual que, en el caso de algunas personas que se han sometido a una cirugía, sea necesario reabrir la herida para limpiar la infección, o incluso tener que realizar la intervención quirúrgica de nuevo.

Padecer una infección sinusal puede ser también una experiencia sumamente desagradable, acompañada de secreciones y de la necesidad de expulsarlas sonándose la nariz con frecuencia. Yo sufro de esto de vez en cuando, y el hecho de haber viajado con frecuencia en avión a lo largo de los años agrava el problema. A veces, incluso los filtros de aire de los hoteles están tan sucios que me despierto con los senos nasales completamente obstruidos. Para algunas personas, esta afección puede volverse crónica. Si usted nunca ha sufrido una

infección sinusal, considérese afortunado.

Por lo tanto, soy plenamente consciente de la existencia de las infecciones, pues son muchas las que existen. Además de las infecciones físicas, tanto usted como yo podemos ver nuestra mente y nuestro pensamiento infectados por actitudes y emociones nocivas. Una de ellas es la amargura. Como seres humanos, todos estamos expuestos a ella de vez en cuando.

El diccionario describe la amargura como algo que es amargo, áspero, difícil de soportar, penoso, hiriente y/o caracterizado por una intensa animosidad. La amargura puede surgir cuando una persona sufre algún tipo de injusticia o agravio y luego se aferra a los sentimientos hirientes, permitiendo que se arraiguen profundamente. Esto puede terminar extendiéndose a otras áreas de nuestra vida.

Sentirse herido y entristecido a causa de acciones, palabras u otros hechos dolorosos es una reacción humana normal. Sin embargo, tanto tú como yo debemos gestionar esas heridas con sumo cuidado y de una manera saludable, evitando alimentarlas y, sobre todo, impedir que nos consuman y nos envenenen. Hay quienes se aferran a sus heridas y permanecen amargados durante décadas.

Me viene a la memoria el patriarca Job, quien soportó una gran aflicción y se angustió profundamente preguntándose por qué tenía que sufrir de tal manera. No pudo contener sus palabras ni sus sentimientos, incluida la amargura. *“Por tanto, no refrenaré mi boca; hablaré en la angustia de mi espíritu; me quejaré en la amargura de mi alma”* (Job 7:11). Su dolor incesante resultaba difícil de sobrellevar, y él reconoció que sentía cierta amargura a causa de todo aquello. Job no cedió a la tentación de culpar a Dios de haber obrado mal; no obstante, luchó por comprender qué estaba sucediendo y por qué. Con el tiempo, Dios le concedió entendimiento; fue entonces cuando Job recibió la sanidad de sus dolorosos forúnculos y vio disiparse la amargura que se había apoderado de él. Él resistió y perseveró (Santiago 5:11), aceptó la situación y la corrección divina, y se humilló (Job 42:6). Al final —o, como solía decir un famoso orador llamado Paul Harvey: *“Ahora conocemos el resto de la historia”*, en lugar de permanecer amargado, Job oró por sus amigos; fue entonces cuando su vida volvió a ser

verdaderamente gozosa.

Isaías 38 registra otra lección: el suceso en el que Ezequías, rey de Judá, enfermó de muerte. Se le comunicó que debía *“poner su casa en orden”*. Ezequías respondió con una oración en la que pidió al Señor que tomara en cuenta su trayectoria de rectitud, mientras lloraba amargamente (vv. 1-3). Ezequías recibió la noticia de que sería sanado. Escribió acerca de la amargura que lo había invadido al sentir los efectos de su enfermedad: *“Ciertamente, para mi propia paz tuve gran amargura; pero tú has librado con amor mi alma del pozo de la corrupción, pues has echado todos mis pecados a tus espaldas”* (v. 17). Se mostró agradecido por tener más vida por delante y así lo expresó: *“El que vive, el hombre viviente, es quien te alabará, tal como yo lo hago hoy; el padre dará a conocer tu verdad a los hijos”* (v. 19).

Rumiar el pasado y quedarse estancado en la amargura y el resentimiento es una fórmula para el fracaso, la depresión o una ira destructiva. Las heridas pueden provenir de muchas direcciones distintas: de un cónyuge, de los hijos, de los padres, de los amigos e incluso de ministros y de la propia comunidad eclesial.

Aferrarse a la amargura y al resentimiento perjudica principalmente a la persona que los alberga. Existe un viejo dicho que suelo citar a menudo: *“la rebaba bajo la silla del caballo lastima tanto al caballo como al jinete”*. Esta frase tiene su origen en la equitación. Una *“rebaba”* es una vaina de semillas áspera y espinosa. Si una de estas rebabas queda atrapada bajo la silla de montar de un caballo, se clava en la piel del animal, provocándole una constante incomodidad y agitación. Lo que parece insignificante puede convertirse en algo enorme en muy poco tiempo.

Siempre hay algo que aprender cuando tú y yo atravesamos una prueba o una experiencia dolorosa. Aferrarnos a la mala voluntad y al resentimiento contra alguien que nos ha agraviado solo nos acarreará más dolor y daño a nosotros mismos. El apóstol Pablo nos instruye sobre cómo procesar y lidiar con la amargura y la ira: *“Airaos, pero no pequéis; no se ponga el sol sobre vuestro enojo. Quitese de vosotros toda amargura, enojo, ira, gritería y maledicencia, y toda malicia. Antes sed benignos unos con otros, misericordiosos, perdonándoos unos a otros, como Dios también os perdonó a vosotros en Cristo”* (Efesios 4:26, 31-32).

Cristo no nos habría dirigido estas palabras inspiradas en Efesios si no hubiera comprendido que nos veríamos desafiados por la ira y la amargura.

Por ello, debo preguntar: ¿cómo voy yo? ¿Y tú?

Al entrar en Su día de reposo, te invito a reflexionar, orar y meditar conmigo sobre estos pensamientos, ¿lo harás?

¡Amigos, brazos arriba! Nuestras oraciones y pensamientos están con ustedes todos los días. Por favor, oren por nosotros.



T. S. Hoefker

(Pastor principal, *Ministerios de la Iglesia de Dios*)

E-mail: tshoefker@coqministries.org / Sitio en Internet: www.coqministries.org

Teléfono en oficinas: 251-930-1797 / P.O. Box 983, Daphne, AL 36526-0983