

CÓMO RECUPERAR LA CONFIANZA PERDIDA

CONTENIDO

¿Cómo se pierde la confianza?

- Cuando alguien te miente.
- Cuando alguien te engaña.
- Cuando alguien te traiciona.
- Cuando alguien te hace falsas promesas.
- Cuando alguien te muestra una falsa imagen de sí.

¿Cómo se recupera una confianza perdida?

- Por fe, debes perdonar.
- Por fe, tienes que dar otra oportunidad.
- Por fe, debes creer en su deseo de cambio.
- Por fe, tienes que apoyar su deseo de cambio.
- Por fe, trata a esa persona como si ya cambió.

Si hay experiencia en la que con toda seguridad los seres humanos nos veremos inmersos alguna vez, es en la experiencia de la pérdida de la confianza. Sea en el ámbito del trabajo, la amistad, la familia, el matrimonio, el ministerio o cualquier otro, lo cierto es que la pérdida de la confianza es una experiencia que vivimos todos los seres humanos, y no sólo una vez, sino en distintas ocasiones, y en diferentes escenarios de la vida.

El libro de los proverbios nos hace una advertencia:

“Defiende tu causa contra tu prójimo, pero no traiciones la confianza de nadie”

Proverbios 25:9

Nota cómo aquí se intercambia dos ideas muy significativas: por un lado, la necesidad que uno tiene de ser una identidad autónoma e independiente y poder expresar uno sus opiniones, sentimientos, criterios, etc., es decir que uno está autorizado por la Biblia a defender su causa; pero, por el

otro lado, señala que la defensa de la causa no puede llevar a traicionar la confianza.

De ahí que, uno puede defender sus causas de una manera o de otra, pues a veces uno cambia sus ideales en el camino; pero cuando uno traiciona la confianza de alguien, no es fácil recuperarla. A veces, la confianza que ha perdurado por décadas se puede perder en un instante; y la reconstrucción de esa confianza por seguro va a tomar años. Y es que la confianza es como un velo muy delicado, que una vez

dañado toma tiempo y esfuerzo restaurarlo.

¿Cómo se pierde la confianza?

Cuando alguien te miente

En primer lugar sucede que esa persona te mintió. Mentir, es uno de los grandes factores amenazantes de la confianza.

Es mejor que la verdad cruda se discuta, y que la persona te haga grandes reclamos; pero cuando tú te acostumbras a mentir

todo el tiempo, y resuelves urgencias con mentiras —desde llegadas tardes, promesas incumplidas, hasta situaciones que no le participaste a la otra persona—, déjame decirte que sólo estás preparando la telaraña en la que, como insecto, quedarás atrapado.

La Biblia descarta totalmente el mentir como manera de resolver situaciones. Equivocadamente hemos creado conceptos como el de mentiras blancas o mentiras piadosas, pero son un total absurdo; a Biblia

abierta, no tienen sentido.

Así que ten cuidado con las mentiras, no sea que acabes defraudando a alguien. No hay mentiras piadosas, ni existen las mentiras blancas. Lo único que hay son las mentiras, clasificadas todas en el mismo renglón.

Cuando alguien te engaña

Mentir es una cosa, engañar es otra. El engaño tiene otras implicaciones y otros factores

interactuando; mentir, es decir una cosa por otra, o decir algo que no fue así; pero el engaño significa cruzar la frontera de la lealtad hacia la otra persona. El engaño tiene un componente de intriga consigo, porque para engañar a alguien tienes que planear cómo lo harás para que esa persona no se dé cuenta.

El engaño construye todo un andamiaje de argumentos desde su presentación; y, definitivamente, en el engaño se incluyen la mentira, la intriga, la falsedad, el irrespeto a la lealtad, etc.

El engaño golpea la lealtad, pues cruza la línea de la confianza, de la confidencialidad, y del compromiso para con esa persona.

Cuando alguien te traiciona

Nota la progresión en todos estos elementos, uno es la mentira —que por lo general es algo verbal—, luego la mentira lleva al engaño —que tiene que ver con diversos tipos de subterfugios, de actuaciones falsas, de tramas, de intrigas—, y luego el engaño,

en una expresión todavía mayor, lleva a la traición. Mentira, engaño traición... esa es la progresión.

Cuando se traiciona a alguien, de alguna manera se le entrega. Vemos un ejemplo en la clásica y la típica traición en la Biblia: Judas traicionó a Jesucristo vendiéndole por unas monedas de plata, y lo entregó a sus enemigos.

Traicionamos a alguien cuando, a esa persona que está supuesta a gozar de nuestra lealtad, de alguna manera la vendemos por algún precio. Ese

precio puede tratarse de “algo valioso” en el ámbito personal, de la familia, el trabajo, los negocios, el ministerio eclesial, etc.; y a cambio de obtenerlo, entregamos a la persona, traicionándola.

Cuando alguien te hace falsas promesas

Suelo decir a los padres y madres de familia: Cuando le digan a un niño que lo van a llevar a pasear, cumplan sus promesas.

La Biblia tiene una seria y fuerte admonición al respecto. Dice:

“Mejor es que no prometas, y no que prometas y no cumplas” (Eclesiastés 5:5-RV60).

Hay gente que promete, y no saben qué. Luego se excusan preguntando: “¿De veras yo te dije eso? ¿De veras yo te prometí eso?” O arguyen: “Yo no te he dicho eso.” Y es porque olvidan lo que prometen.

Los creyentes entendemos bien el término “promesa”, porque vivimos de promesas de Dios. Imagínate que Dios nos hiciera una promesa en Su

Palabra, para luego no cumplirla; entonces, ¿cómo depositas tu confianza en Dios? Pues, es igual en el plano de las relaciones humanas. Tú no puedes estar dando promesas a diestra y siniestra, para luego incumplirlas por un mero olvido. Así es que cuando alguien te hace falsas promesas, mente te hará perder la confianza.

Cuando alguien te muestra una falsa imagen de sí

Una de las más grandes decepciones en la vida es darse cuenta de que uno se estuvo relacionando por años con una persona, considerando genuina su imagen, pero al final resultó no ser tal como se mostraba, sino, aparentaba una falsa imagen de sí. Todo fue un disfraz, todo fue una actuación, todo fue una máscara.

Es una de las más grande decepciones en las relaciones humanas, darte cuenta que estuviste relacionándote con alguien que tenía una falsa imagen. Por eso

mi consejo siempre es que te conozcan como eres, para que si te aman, te amen por lo que eres realmente, por tu verdadero ser.

Yo veo a veces en los noviazgos que los muchachos y muchachas se presentan con su mejor cara y llegan relucientes donde su pareja; se ponen su mejor camisa y pantalón, se limpian la boca con enjuague bucal, hasta mastican una goma de mascar sabor menta...

¿Y qué pasa? Se terminan casando con una persona que se prepara de cierta manera para esos

encuentros de la relación y luego de casado o casada se dan cuenta que no conocían a esa persona, que conocían al perfumado o perfumada, pero que esa persona estaba llena de un montón de conductas que no las mostraba.

En pocas palabras, mostró una falsa imagen de sí, y eso acaba por defraudar.

¿Cómo se recupera una confianza perdida?

Todos los individuos tenemos fronteras que

debemos aprender a respetar. De ello nos habla el proverbista bíblico cuando nos dice: ***“Defiende tu causa contra tu prójimo, pero no traiciones la confianza de nadie,”***

Proverbios 25:9

Esto significa que uno puede defender sus opiniones —por supuesto de manera honrosa, digna, respetuosa, hablando la verdad en amor, como diría San Pablo—. Uno debe defender su opinión, pues quedarse callado es lo peor que uno puede hacer en una relación, pero hay que aprender a defender la

causa de manera digna. Esta es una frontera que hay que aprender a respetar.

Una manera de lesionar la confianza es traicionándola. La traición de la confianza es un golpe tan fuerte que provoca una herida tan honda, que sangra profusa y continuamente, que pueden pasar años y décadas y la persona nunca pudo recuperarse. Perdió la confianza, y esa pérdida la convirtió en un enfoque de vida. De ahí en adelante dice: “Yo no confío en nadie porque yo

confié, y me traicionaron.”

¿Quieres un consejo? No te des semejante “lujo”, porque no vas a poder pagar la costosa factura de traicionar la confianza de alguien.

Ahora bien, ¿es posible recuperar la confianza perdida? ¡Claro que se puede recuperar! ¿Cuesta lograrlo? ¡Sí cuesta! ¿Toma tiempo lograrlo? ¡Sí toma tiempo! Pero es posible. ¡Claro que sí! Pero el hecho que lleve un proceso e involucre tiempo no significa que no se pueda verificar el milagro de recuperar

la confianza perdida.
¿Cómo se logra? ¡Por
fe! Veamos cómo:

Por fe, debes perdonar

Nunca esperes
estar listo para
perdonar. Nadie está
listo para perdonar.

Nunca esperes sentirte
bien, como listo para
perdonar. Se perdona,
sangrando todavía,
debatiendo con el
resentimiento,
forcejando con el
rencor; se perdona en
la lucha con los deseos
de desquite o con los
deseos de romper

completamente
aquella relación.
Por eso el consejo:
Por fe, debes
perdonar.

Perdonar es una
decisión. E insisto, es
una decisión que no va
acompañada de un
sentir positivo.

De ahí que no podrás
decirte: “Cuando me
sienta mejor, voy a
perdonar; cuando ya
no me sienta herido,
voy a perdonar.”

Eso puede ser que te
tome demasiado
tiempo, y ya no haya
oportunidad para el
perdón cuando
decidas hacerlo.

No puede ser así. Tú
debes perdonar por fe.
¿Y eso qué significa?

Que debes,
simplemente,
obedecer lo que la
Biblia te manda.

La Biblia te dice que
tienes que perdonar.
Y no se trata de si te
gusta, te agrada o lo
disfrutas... Perdonar es
obedecer la Palabra;
se perdona como una
manera de sanar una
relación herida, una
manera de restaurar
una relación afectada.

Tal vez no te guste
este primer consejo
para recuperar la
confianza perdida,
pero no es negociable.
Tienes que perdonar.
¡Hazlo por fe!

Por fe, tienes que dar otra oportunidad

Me imagino que
no estás de
acuerdo con lo que te
estoy diciendo, pero
también es un consejo
bíblico. Uno de los
clásicos pasajes acerca
de dar otra
oportunidad, es
cuando Jesús perdona
a una mujer
sorprendida en el acto
mismo de adulterio.
Jesús, al final de ese
encuentro que
tuvieron, le dijo:
*“Mujer, ¿dónde están
los que te acusaban?
¿Ninguno te condenó?
Ella dijo: “Ninguno,
Señor. Entonces Jesús*

le dijo: *Ni yo te condeno; vete, y no peques más.*" Juan 8:10-11

"Vete, y no peques más" significa el dar otra oportunidad. Pero note que involucra el compromiso o responsabilidad por parte de la persona perdonada de no reincidir otra vez en su pecado.

Dar otra oportunidad no es premiar a quien te ha hecho daño o herido, como quien dice: "Te perdono, sigue haciendo lo que quieras." No, tú das otra oportunidad, pero debe haber una implicación muy seria

por parte de la otra persona en cuanto a decidir: "Si me das otra oportunidad es porque yo no voy a reincidir ni una sola vez en esto que te ha defraudado, en eso que te ha hecho perder la confianza puesta en mí."

Por fe, debes creer en su deseo de cambio

iCuántas personas escucho decir: "Es que yo no le creo"! Y argumentan: "Yo dejé de creerle cuando me falló en esto o aquello;

o yo dejó de creerle cuando me traicionó de ésta u otra manera.” ¿Quieres recuperar la confianza perdida? Eso no te va a caer como maná del cielo. No hay tal cosa como que te levantas un día de estos y dices: “¡Vaya, ya recuperé la confianza! ¡Gloria a Dios!”. No, eso es algo que tú reconstruyes con la ayuda de Dios; y comienza con creer en el deseo de cambio de la persona que te defraudó.

Si tú no crees en esa persona, ya no hay más que hacer en esa relación. La vida está basada en actos de fe, de confianza.

Hay veces que la confianza viene por el conocimiento, pero otras, viene como acto de fe, como quien siembra una semilla con la fe de conseguir una buena cosecha.

Por fe, tienes que apoyar su deseo de cambio

Es cuando tú te preguntas: “¿De qué manera puedo apoyar a esta persona que ha perdido mi confianza? ¿De qué manera puedo apoyar a esta persona que necesita ser perdonada, que está pidiendo una

oportunidad para restaurar nuestra relación?

Así que, además de creer que su deseo de cambio es sincero, debes buscar la manera de apoyarle en su deseo de cambiar para recuperar la confianza perdida.

Ahí, entonces, es cuando tú comienzas a hacer una lista de cosas mediante las cuales tú le pruebas a esa persona que estás apoyando su deseo de cambio.

Por fe, trata a esa persona

como si ya cambió

Esto es desafiante: Tratar a quien te defraudó como si ya hubiera cambiado. Pero sí es posible. La Biblia dice que Dios llama las cosas que no son como si fuesen; es decir, que Dios se anticipa y le da forma primero llamando las cosas que todavía no se han materializado como si fuesen, y eso las hace materializarse.

Nosotros, los humanos —que somos creados a imagen y semejanza de Dios—, tenemos

alguna capacidad en este sentido. De ahí que, si tratamos a esa persona como si ya cambió, aunque todavía está en proceso, lo que hacemos es que apresuramos el milagro del cambio; y esa persona, ¡por fin!, va a tener una conducta totalmente diferente.

Entonces, por fe perdonar, por fe dar otra oportunidad, por fe creer que el deseo de la otra persona de cambio es sincero, por fe apoyar su deseo de cambio y, finalmente, por fe tratarle como si ya cambió, son maneras como se recupera la confianza perdida.

Este fascículo es parte de la serie **REALIDADES**,
de la autoría de **RENÉ PEÑALBA**.

Para mayor información sobre el ministerio y otras
publicaciones del autor, por favor visite
www.renepenalba.org

Otros títulos de esta serie:

- *Debilidad ajena, fortaleza tuya*
- *Aprovecha al máximo tus oportunidades*
- *Cansado de tus errores*
- *¿Carácter u obstinación?*
- *Claves para llevarse bien con los demás*
- *¿Cómo manejar un desacuerdo?*
- *¿Cómo recibir el consuelo divino?*
- *Cómo superar un estado de frustración*
- *Cuando las cosas ayudan a bien*
- *Debilidad ajena, fortaleza tuya*
- *La batalla de la indecisión*
- *La cruda verdad del pecado*
- *¡Mis finanzas son un desastre!*
- *¿Por qué un hijo crece resentido?*
- *Proveer para los tuyos*
- *Reacciones de fatiga emocional*
- *Tratando con las imperfecciones*
- *Los efectos de la soledad*
- *Para que te vaya bien*
- *Cómo administrar las decisiones*
- *Las alianzas saludables*
- *Cuando pesan los remordimientos*
- *Cómo enfrentar tus temores*
- *Ante lo inexplicable*
- *Cómo se restaura una relación herida*
- *Las explosiones de la ira*
- *Actitudes que construyen relaciones*
- *¿Persistir o renunciar?*

CCI Publicaciones

Tegucigalpa, Honduras

(504) 2235-5968

www.ccipublicaciones.org