



“¿CÓMO PODEMOS AIRARNOS SIN PECAR?”

“Airaos, pero no pequéis; no se ponga el sol sobre vuestro enojo, ni deis lugar al diablo” Efesios 4:26-27.

Una majestuosa carta paulina

Esta epístola (62 d.C.) de solo seis capítulos, Pablo la escribió desde una cárcel en Roma. Esta carta contiene una impresionante gama de revelación del cristianismo, y se cree que el apóstol la escribió pensando en muchos lectores y no solo en los hermanos de la iglesia de Éfeso. Dios fluyó de manera extraordinaria en la vida de su siervo por medio de una intensa vida de oración y le entregó una gigantesca riqueza espiritual y doctrinal que es vertida en toda la epístola en manera magistral. Se despliega una gran cantidad de revelación doctrinal para la iglesia como; La elección de los creyentes en Cristo, la obra poderosa del Espíritu Santo en la iglesia y en el cristiano, la salvación solo por gracia, el poder de la muerte cruz, la salvación en Cristo también al mundo gentil, el valor de la unidad Espiritual de los creyentes, los ministerios de la iglesia, el valor de la sujeción y la cobertura, los roles de los componentes de la familia etc.

“Airaos, pero no pequéis”

Otras versiones del Nuevo Testamento leen de esta manera; *“Si se enojan que eso no los haga pecar. El enojo no debe durarles todo el día”* **Versión Lenguaje Actual**, ¡que difícil es airarse sin caer en el pecado! ya que la Biblia muestra el enojo y la ira excesiva, como un gran pecado y como un sentimiento negativo. La Biblia llama a la ira, pecado e insensatez, cuando ella

se apodera del ser humano es una clara manifestación de la naturaleza pecaminosa del hombre, las escrituras muchas veces condenan este estado de ánimo, el creyente es exhortado a ser sobrio, pacífico y conciliador en la medida que sea posible, es decir con dominio propio (**2ª. Pedro 1:16**).

“El necio al punto (inmediatamente) da a conocer su ira; Mas el que no hace caso de la injuria es prudente” **Proverbios 12:16**. *“Deja la ira, y desecha el enojo; No te excites en manera alguna a hacer lo malo”* **Salmo 37:8**. *“Cruel es la ira, e impetuoso el furor; Mas ¿quién podrá sostenerse delante de la envidia?”* **Proverbios 27:4**, *“No te apresures en tu espíritu a enojarte; porque el enojo reposa en el seno de los necios”* **Eclesiastés 7:9**, *“Porque la ira del hombre no obra la justicia de Dios”* **Santiago 1:20** (**Lucas 14:21, 2ª. Corintios 12:20, Efesios 4:31, 1ª. Timoteo 2:8**).

Ira= *“palabra latina que significa cólera. Estado de ánimo muy violento en que se pierde el control de uno mismo, furor, pasión violenta que mueve a indignación y enojo”*.

KIPIEDIA= *“La ira, rabia, enojo o furia es una emoción que se expresa a través del resentimiento o de la irritabilidad. Los efectos físicos de la ira incluyen aumento del ritmo cardíaco, de la presión sanguínea y de los niveles de adrenalina y noradrenalina. Algunos ven la ira como parte de la respuesta cerebral de atacar o huir de una amenaza o daño percibidos. La ira se vuelve el sentimiento predominante en el comportamiento, cognitivamente, y fisiológicamente cuando una persona hace la decisión consciente de tomar acción para detener inmediatamente el comportamiento amenazante de otra fuerza externa. La ira puede tener muchas consecuencias físicas y mentales”*.

Las expresiones externas de la ira se pueden encontrar en la expresión facial, lenguaje corporal, respuestas fisiológicas, y, en momentos, en actos públicos de agresión. Humanos y animales por ejemplo hacen fuertes sonidos, intentan verse físicamente más grandes que el agresor o el oponente, mostrar los dientes, y mirarse fijamente. Rara vez ocurre un altercado físico sin una previa expresión de ira de por lo menos uno de los participantes. Los psicólogos apuntan que una persona irritable puede fácilmente estar equivocada porque la ira causa una pérdida en la capacidad de auto-monitorearse y en la observación objetiva. La ira puede movilizar recursos

psicológicos para una acción correctiva. La ira incontrolada puede, sin embargo, afectar negativamente personal o socialmente la calidad de vida. Mientras muchos filósofos y escritores han advertido sobre los ataques de ira espontáneos y descontrolados, ha habido desacuerdo sobre el valor intrínseco de la ira”.

Tres tipos de iras

El griego del nuevo testamento habla de tres distintos tipos de IRA o ENOJO

ELORGES= *“ira carnal, bestial y destructiva, desenfado, irritación”*. Es el enojo que Dios reprueba, y que cómo hemos visto, pertenece a los frutos de la carne, esa ira mala, engeguedora, desproporcionada y destructiva (**Proverbios 14:17, Romanos 2:8, Gálatas 5:20, Colosenses 3:8**).

TUMOS= *“indignación por la transgresión a las normas, llamado de atención a los que desobedecen, muestra de desaprobación a los actos indebidos en lo social, familiar etc.”*, este relacionado con la rabia que siente una madre con su hijo cuando este desobedece, un padre que llama la atención a los componentes de una familia, un hermano a otro hermano etc. (**Proverbios 4:1-4, 24:25, Marcos 8:33, Lucas 17:3**).

PAROGISMO= *“ira santa, celo, molestia por las transgresiones a la ley de Dios, la ira que Dios expresa con su creación cuando esta desobedece”*, se refiera al enojo divino contra el pecado y el pecador (**Éxodo 34:6, Números 11:10, Esdras 5:12, Salmo 30:5, 69:9**), la rabia que muchos hombres de Dios experimentaron ante la impiedad y la herejía (**1ª. Reyes 19:10, Hechos 17:16, 2ª. Corintios 11:2-4, Santiago 4:5**), y el mismo Jesús cuando entró al templo a reprender a los que hacían comercio en la casa de Dios (**Juan 2:13-17**).

¿Qué significa, No se ponga el sol sobre vuestro enojo

Según la Biblia, los creyentes nos podemos enojar, de hecho, todos los seres humanos hemos experimentado en algún momento rabia, ira y enojo ¿Quién podría decir que nunca se ha enojado en toda su vida? El propio Moisés que era el “hombre más manso de la tierra” se enojó en un momento contra los Israelitas y perdió la paciencia; *“Entonces Moisés tomó la vara de delante de Jehová, como él le mandó. Y reunieron Moisés y Aarón a la congregación delante de la peña, y les dijo: !!Oíd ahora, ¡rebeldes! ¿Os hemos de hacer*

salir aguas de esta peña? Entonces alzó Moisés su mano y golpeó la peña con su vara dos veces; y salieron muchas aguas, y bebió la congregación, y sus bestias” **Números 20:9-11**. Podemos enojarnos y muchísimo frente a situaciones que creemos ameritan nuestro sentimiento de rabia, pero no llegar al grado del pecado, la grosería, la insolencia o las profundas raíces de amargura que se extienden a veces por largo tiempo.

Ese enojo no debe ser perdurable, ni extenderse demasiado en el tiempo, cuando pasa de un día ya se convierte en amargura y resentimiento, Esaú es un claro ejemplo de eso, más de 20 años estuvo enojado con su hermano Jacob (**Genesis 27:41**) no debemos alimentar el enojo con falta de perdón, odio, resentimiento y orgullo desmedido.

Palabras finales

Entre más vacíos del Espíritu Santo estemos, más propensos a airarnos y pecar estaremos. La ira puede convertirse en un mal hábito y una reacción constante frente a situaciones adversas y que no somos capaces de solucionar con sabiduría, carácter, los argumentos bíblicos y necesarios, nos podemos airar, pero sin caer en el pecado, ni permitir que pase un solo día y mantenernos enojados, airados y llenos de rencor. Que Dios llene nuestro corazón de su infinita y divina paz; *“Y la paz de Dios, que sobrepasa todo entendimiento, guardará vuestros corazones y vuestros pensamientos en Cristo Jesús”* **Filipenses 4:7**.